

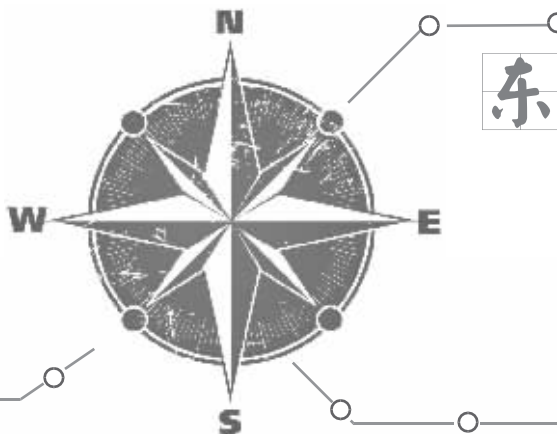
天空放晴,或许是今年最后的温暖

# 抓紧赏秋,往东向西都可以



11月12日,天气放晴,阳光明媚,秋意正浓,在冬天即将来临的时候,或许这是今年最后的温暖,也是近期出游的黄金阶段。赏秋自然是现在的主题,这次我们将推荐两条线路,一路向西,一路往东。虽然在家里老婆让你往西你不敢往东,但在我们这里随你选择。

■记者 刘涛



## 婺源赏红叶

**活动时间:**11月16日19:30,贺龙体育场南门集合出发,18日午餐后返回长沙。

**活动简介:**婺源的油菜花闻名全国,但那里还有一张王牌——秋天的枫叶。婺源有很多高大古老的枫树,深秋时节,抬头放眼,但见婺源一片片红叶林映入眼帘,满山红叶竞相争艳,与灰白的民居交相辉映,形成了秋季婺源乡村别样的风光。

**活动费用:**报价制。

## 西

### 桂林观银杏

**活动时间:**11月23日18:30,贺龙体育场南门集合出发,25日晚返回长沙。

**活动简介:**与婺源一样,桂林同样有两张王牌,除了世人皆知的山水,还有秋天海洋乡的银杏。海洋银杏林有

银杏树100万株,其中有50多万株年代久远的银杏树,最古老的一株已有500多年历史,百年以上的便有1.7万多株,最大的“白果王”树高达30米,树干需6人合抱。

**活动费用:**报价制。

### 武功山10万亩金色草甸

**活动时间:**11月16日19:00,湖南日报门口集合出发,18日晚餐后返回长沙。

**活动简介:**武功山的景色不用多说,去过的都知道,没去过的一定得去看看,这个时节是武功山赏秋的最

好时间,10万亩绵延不绝的金黄高山草甸足以震撼你的相机,而徒步的强度也是新驴入门的首选。活动详情可登录华声在线户外频道,点击相关主题帖查询。

**活动费用:**AA制。

## 东

**注意事项:**①三条线路,不带相机一定后悔;②天气转凉,不带衣物一定后悔;③本活动参与者到五湖四海户外店购买装备均享受七五折。

**参与方式:**登录<http://haowan.voc.com.cn>,点击相关主题帖;或加三湘好玩俱乐部QQ群79622337咨询和报名。

趁着小贴士:趁着天晴,背上包赶紧走。



·第九天

## 杨氏太极看着容易练着难 挑战者“拜师”南怀瑾

11月13日,由三湘好玩俱乐部联合三湘都市报周末发起的“挑战21天”活动迎来了第9天。9天前,俱乐部让15名挑战者在“杨氏太极”、“陈氏太极”以及晨跑这三个锻炼项目中选出他们认为最容易的项目,10多个人毫不犹豫选择了“杨氏太极”。何育就是其中一位,不过现在他对自己曾说过的话可是“后悔莫及”。

“虽然之前没有接触过杨氏,但是看那一招一式速度慢,动作又不大,以为会很容易学。”现在回忆起9天前的想法,那真可谓“很傻很天真”。何育说道,其实每天如果只是记太极拳动作,打个“马虎”其实很容易,但要真正学会一边练动作一边结合正确的“呼吸”,那还是很有难度的。所以何育每天在晚饭后的一小时就开始“复习”。“我在家除了根据李却非老



何育(右)每天都要拍下李老师的打拳视频。 实习生 李健 摄

师的视频练习外还会看南怀瑾的书籍和演讲视频。”何育认为南怀瑾的文字可以让心更静下来,隔天去练习“杨氏太极拳”的时候身心也更放松。

■实习记者 康蒙 记者 潘梁平

## 竞彩看台

11月14日(周三)

- 19:35 热身赛 中国VS新西兰 CCTV5
- 21:00 世预赛 伊拉克VS约旦 欧洲体育
- 22:45 世预赛 卡塔尔VS黎巴嫩 广东体育
- 23:00 热身赛 俄罗斯VS美国 风云足球

11月15日(周四)

- 00:30 世预赛 伊朗 VS 乌兹别克 欧洲足球
- 03:30 热身赛 瑞典VS英格兰 风云足球
- 03:30 热身赛 荷兰VS德国 风云足球
- 03:45 热身赛 意大利VS法国 PPTV

### NBA 战报 (11月13日)

凯尔特人 101 : 95 公牛  
 爵士 140 : 133 猛龙  
 雄鹿 105 : 96 费城 76 人  
 雷霆 92 : 90 活塞  
 热火 113 : 110 火箭  
 森林狼 90 : 82 小牛  
 掘金 100 : 110 太阳  
 老鹰 95 : 87 开拓者

## 国际足联比赛日,多场比赛等着看 友谊赛就是闹着玩 太较真了你伤不起

据说,中国足协已经给国足主帅卡马乔下了道通牒,必须尽快提高国足的世界排名。世界第88,亚洲第8,这个吉利的数字对于中国队今后冲击2018年世界杯实在太不吉利。

相对于没怎么见过世面的中国队,拥有多名海外国脚的新西兰,实力“想必是极好的”。更何况,我们还听说中国队队员们早已想着放长假,而恒大和舜天的队员则要为了周末的足协杯决战留一份力。

友谊赛那点事,相当的不靠谱。英格兰VS瑞典、荷兰VS德国、意大利VS法国,几支强队都面临不同程度的伤病,德国队更是有包括克洛泽、施魏因斯泰格等8名主力缺席。说到底,友谊赛玩玩而已。对于竞彩玩家而言,不靠谱的比赛需要不靠谱的玩法,投注时不妨多留个心眼,太较真了反而伤不起。

投注推荐(胜平负3串4):荷兰胜德国+瑞典负英格兰+意大利平法国,8元/注,25倍投,预计最高奖金2060元,错一场最低奖金335元。 ■记者 陈普庄

## 中国体育彩票开奖公告

“7星彩”第12134期 本期投注额:15602642元

中奖号码	4 2 8 2 9 3 0
一等奖	0
二等奖	20
三等奖	233
四等奖	2738
五等奖	32317
六等奖	378672

22选5第12311期 本期投注额:1669118元

中奖号码	04 12 13 14 16
一等奖	48
二等奖	4262
三等奖	56263

排列3、排列5第12311期 本期投注额:18613426元

中奖号码	6 4 4		
投注类型	全国中奖注数(注)	单注奖金(元)	
3	直选	1226	1000
	组选3	1078	320
	组选6	0	160
中奖号码	6 4 4 9 8		
一等奖	31	100000	

体育彩票开奖结果查询  
网络直播:新浪网(www.sina.com) 每日20:30左右  
电视:旅游卫视 当日21:00-21:06,次日7:25-7:30重播;中央5台 每日21:50-22:00  
电台:湖南电台新闻频道(FM102.8 FM93) 当日21:30-21:35,次日7:55-8:00  
中国人民广播电台(中国之声) 每日21:00

湖南省体育彩票管理中心 2012年11月13日

## 新播客

- 11月14日
- 08:00 尼克斯VS魔术 新浪
- 11:30 湖人VS马刺 CCTV5

## 德安东尼周四接管湖人

北京时间11月14日,湖人将在主场迎战老对手马刺,这场比赛仍将由临时主帅比克斯塔夫执教。新任主帅迈克·德安东尼还没有到任,据悉,德安东尼将于北京时间本周四抵达洛城接手球队。北京时间周日湖人主场与太阳一战,德安东尼有望拿起教鞭,迎战自己的老东家。 ■记者 潘梁平

## 崑山举办“脱光节”

11月10日夜,由崑山风景名胜管理处主办的第二届“脱光节”大型自助篝火派对活动在崑山北大门隆重举行,来自全国各地2222名单身男女齐聚山下,参与了这场爱的篝火晚会。

晚会在“崑山欢迎您”的音乐中开场,戴着各色面具的女嘉宾翩然起舞。LED大屏幕上不断滚出男女嘉宾传达心意的表白,挂满信息卡片的爱情树下挤满了男女嘉宾。活动为媒,青山作证。这次活动共有38对男女成功牵手“脱光”。 ■陈志强 通讯员 杨坚