

开元多重优惠活动 与您相约明媚春天

沐浴着和煦的阳光,脚踩着松软的土地,在这美好的时节,何不到室外去走一走,呼吸一下泥土的芬芳,感受一下大自然的美丽。枣庄开元凤鸣山庄酒店坐拥凤鸣山水之美,尽享灵动雅秀水韵。为答谢新老宾客,特推出以下优惠活动。

推出“春来价到”活动



枣庄开元凤鸣山庄推出2017“春来价到”活动。宾客通过开元官网直接预订,即可享受酒店客房1间夜(含双早)、价值130元Mini吧畅饮(包括:啤酒2瓶、加多宝2瓶、石榴汁2瓶、1.5L矿泉水2瓶、点心1袋、扑克1副)欢迎水果一份、凭房卡可享受游泳、健身活动,会员还可享受房价优惠。活动适用时间为:2017年3月1日至4月28日。

推出“春季旅行”特惠活动

春意盎然,出行正酣。枣庄开元凤鸣山庄与携程网合作推出“春季旅行”特惠活动。活动内容为:酒店标准双床房458元/间夜、豪华大床房/豪华双床房498元/间夜(含双早),并赠送价值130元Mini吧畅饮、欢迎水果一份,还可凭房卡享受游泳、健身等活动。无微不至的开元关怀,让您出行在外也能感受“家”的温暖。

推出“三月新人”促销活动

春回大地,万物萌动。为答谢新老会员多年的支持厚爱,枣庄开元凤鸣山庄联合淘宝飞猪旅游网推出“三月新人”促销活动。本次活动对所有会员给予网络价8折超值优惠,每间夜含两份自助早餐,凭房卡可享受酒店健身房、游泳等活动;另外对于未在飞猪旅游网下过订单的新用户,平台另行补贴100元,节假日通用;活动截止至2017年5月30日。

枣庄婚宴 开元经典



枣庄开元凤鸣山庄推出2017年婚宴/娃娃宴优惠政策。2017年迎宾楼婚宴1188元/桌起,贵宾楼婚宴1388元/桌起,指定日期1588元/桌起,包厢娃娃宴1000元/桌起,宴会厅800元/桌起。凡客人在酒店餐饮消费达到18000元(含),可赠送一辆32座大巴车,餐饮消费到35000元(含),可赠送两辆32座大巴车;用于枣庄市区或薛城市区来回接送一趟。20桌以上赠送一单一标间/夜婚房,免费婚房布置;接送一次;赠送婚礼蛋糕一个;香槟酒两瓶;指示牌和条幅各一个。凡在酒店预订婚宴1288元/桌起,婚宴桌数满20(含)桌以上情况下,赠送2瓶天赐帝豪酒(赠完为止)。详情请致电咨询:0632-8898888转8777。

推出“女性关爱房”活动

时值“三八国际妇女节”之际,枣庄开元凤鸣山庄特推出“女性关爱房”活动。活动内容:原价1280元/间夜的高级大床房,3月8日当天订房408元/间,赠送价值168元红酒一瓶,另凭房卡还可享受游泳、健身等活动,让宾客尽享开元关怀。

推出“会员7折房券”优惠活动

枣庄开元凤鸣山庄推出“会员7折房券”优惠活动。凡是酒店会员,入住酒店时均可享受酒店客房1间夜网络价格7折优惠(房型包括:标准双床房/豪华大床房/豪华双床房/豪华套房/商务套房),客房每间夜含两份自助早餐,宾客还可凭房卡享受酒店健身房、游泳等活动。

枣庄开元凤鸣山庄是由山东泉兴矿业集团有限公司投资,按国际五星级酒店标准设计兴建的高标准酒店,也是枣庄地区乃至鲁南地区首家按五星标准建造、管理的酒店,已成为枣庄市最重要的政务、商务接待基地之一。总投资10.5亿元,占地近300亩,由三栋主楼依山建设而成,与大自然融为一体,空气清新,风景迷人。

酒店位于枣庄市高新区龟山环路(市政大厦北侧),位于枣庄市中央政务、商务区,至枣庄市火车站仅10公里,京福高速公路约3公里,距徐州观音机场80公里,距临沂机场90公里,距济南市机场280公里。



适合熬夜时吃的水果

加班熬夜,对很多上班族来说是“家常便饭”,我们知道熬夜毁身体,尤其是会影响新陈代谢,所以,如果一定要熬夜的话,应该在熬夜的同时注意保健身体。健康饮食专家发现,很多熬夜的人到了午夜容易饿,这个时候吃点水果,不仅能补充体力,还能帮你减小熬夜带来的伤害。

显。葡萄营养价值极高,含有丰富的抗氧化成分,可对肝脏起到保护的作用,能延缓衰老,非常适合熬夜的人多吃。

1、苹果



俗话说“每天吃苹果,医生远离我”,苹果是一种对身体好处很多的水果,其中含有丰富的有机酸、果胶、维生素、矿物质、膳食纤维、多酚及黄酮类营养物质。由于熬夜的人很容易出现内分泌失调而便秘或者肥胖,皮肤变差等。因此苹果中大量的维生素和苹果酸能使积存于体内的脂肪分解,可有效防止体态肥胖,增加血色素,使皮肤变得细腻。其丰富的果胶,还可以促进排泄,防止动脉硬化。

2、杨桃

杨桃中含有对人体健康有益的多种成分,如糖分、维生素A、维生素C以及各种纤维质、酸素。杨桃中丰富的果酸能够抑制黑色素沉淀,并且有保湿的作用,对改善干性或油性皮肤组织都有显著的功效。对于熬夜的女性来说,是有益皮肤的好水果。

3、葡萄

葡萄好吃又有营养,葡萄被誉为世界四大水果之首,葡萄中含有丰富的葡萄糖及多种维生素,对保护肝脏效果非常明

4、橙子

橙子几乎已经成为维生素C的代名词了,维生素C可以避免皮肤受到日光的侵害以及电脑的辐射等等,抑制色素颗粒的形成,使皮肤白皙润泽。同时熬夜的人由于长时间的规律生活,导致休息不够容易便秘,而橙子中特有的纤维素和果胶物质,还有利于清肠通便,排除体内有害物质,确保身体健康,增强免疫力。

很多熬夜的人都会容易饿,所以,宵夜是他们经常要吃的东西。不少人在宵夜的选择上很任性,经常是爱吃什么就吃什么,这种错误的饮食方法,可能会毁掉健康哦。我们在熬夜的时候,应该多喝水,多吃蔬果,还可以搭配一些坚果,但要注意,热量高的食物要少吃。

5、柠檬

柠檬可以说是水果美白的典范,经常熬夜的人容易上火,脸上就容易长斑长痘,柠檬酸能去斑、防止色素沉着,内服外涂都很有效果,同时可促进消化吸收,是熬夜一族日常应该多吃的水果,常吃柠檬可帮助消化吸收,令皮肤光洁细腻。



茶若人生 沉时坦然 浮时淡然

喝茶,只有两个动作——拿起和放下。喝茶就是这么简单,拿起,然后放下。而人生,看起来繁杂的一切,其实又何尝不是这么简单?有些事何必纠结于心?有些人何必纠缠不清?很多时候,看淡一些,看轻一些,世事原本可以像喝茶一样,不过拿起和放下罢了。

茶不过两种姿态:浮、沉;茶人不过两种姿势:拿起、放下。浮沉时才能品味出茶叶清香;举放间方能凸显出茶人风姿;懂得浮沉与举放的时机则成就茶艺。

人生如茶,沉时坦然,浮时淡然,拿得起放得下。待这茶尽具净之后,自有人会记得你是如何的真香满溢。

低调的人,一辈子像喝茶,水是沸的,心是静的。一几,一壶,一人,一幽谷,浅酌慢品,任尘世浮华,似眼前不绝升腾的水雾,氤氲,缭绕,飘散。茶罢,一敛裾,绝尘而去。只留下,大地上让人欣赏不尽的优雅背影。安静一点,淡然一点,沉稳一点,随意一点。

品茶,品人生百态。在一杯茶面,世界安静了下来,喧嚣、浮华如潮水般地褪去,茶——人在草木间,只剩下最纯净的自己,在这一刻,茶与禅是如此地默契,茶……融水之润、木之萃、土之灵、金之性、火之光,禅:冥思、纯厚、枯寂、洞彻,解茶之旷达随心,释茶之圆融自在,金木水火土乃茶之五性,茶与禅,乃至真至拙至天然……

懂不懂茶并不重要,千休禅师说:“须知茶道之本,不过是烧水点茶”。喝什么茶也不重要,适合自己的茶才是好茶。喝茶就是“忙里偷闲,苦中作乐”。每个茶人心中都有一方清雅净土,可容花木,可纳雅音。日日在此间醒来,不问凡尘,静心享受其中!人生如茶,沉时坦然,浮时淡然,沉浮之间,淡然处之。

饮茶,就是品味一种文化。人生如茶,沉时坦然,浮时淡然,月色朦胧,将尘世喧嚣冲泡成手中的一杯茶,任汤色一点点淡去,慢慢读懂茶的品格与韵味。当你用心品茶时,茶叶绽放出的美丽、茶香亦是不同。茶之道,茶知道,守一怀净土,盈一眸恬淡,因为懂得,所以慈悲。愿每个人,在纷呈世相中不会迷失荒径,可以端坐磐石上,陶醉茶香中。