

■ *Construction Update*

เกาะติดความคืบหน้าการก่อสร้างโครงการ

■ *The Stage Update*

สิ้นสุดการรอคอย

รถไฟฟ้าสายสีม่วง ทดลองเดินรถ มี.ย.นี้!

เดินทางเป็นศูนย์กลางเชื่อมต่อการเดินทาง

■ *Knowledge Corner*

ลบความเชื่อแบบผิดๆ ออกกำลังกายไหนได้ผลดีที่สุด?

■ *Real Family*

Bike for health ปั่นจักรยานชมชิลล์ที่บางกระเจ้า

■ *Real Living*

ร้านอาหารทะเลและคาเฟ่ของหวานเด็ดดัง!



EDITOR'S TALK

คุยกับบรรณาธิการ

สวัสดีผู้อ่านทุกท่านครับ ช่วงนี้อากาศเปลี่ยนแปลงบ่อย ร้อนบ้างฝนตกบ้าง ขอให้ผู้อ่านดูแลสุขภาพตัวเองดีๆ ออกไปไหนมาไหนอย่าลืมพกร่มเอาไว้อุ่นใจกว่าครับ ฉบับนี้ก่อนอื่นเลยทีมงาน **The Stage** ขอขอบพระคุณผู้อ่านทุกท่านที่ตัดสินใจเลือกซื้อโครงการ **The Stage เตาปูน อินเตอร์เซนต์** ทางทีมงานของ **The Stage** จึงดำเนินงานกันอย่างตั้งใจที่มุ่งมั่นเกินร้อยเพื่อให้การก่อสร้างโครงการทุกส่วนสามารถดำเนินงานให้เสร็จเร็วกว่ากำหนดการเดิมที่ได้วางเอาไว้

โดยฉบับนี้เราจะมีการอัปเดตความคืบหน้าของงานดำเนินการก่อสร้างอย่างละเอียด พร้อมรายงานความคืบหน้าของการเปิดใช้บริการของสถานีรถไฟฟ้าสายสีม่วงที่จะเริ่มใช้จริงในเดือน ส.ค. ปีนี้ รวมทั้งแนะนำร้านอาหาร และร้านของหวานที่ทางเราได้คัดสรรแต่ร้านเด็ด ร้านอร่อยที่ผู้อ่านไม่ควรพลาดมานำเสนอครับ

ในปีนี้อะไรยังมีกิจกรรมต่างๆ ที่น่าสนใจและห้ามพลาดอีกมากจากเรียลเอสเสท ท่านสามารถติดตามอัปเดตข่าวสารก่อนใครได้ทาง Facebook page : Realassetdevelopment หรือทางเว็บไซต์ realasset.co.th ได้ตลอด 24 ชม. ครับ

พบกันใหม่ฉบับหน้า สวัสดีครับ



▲ งานเสาชั้น 5



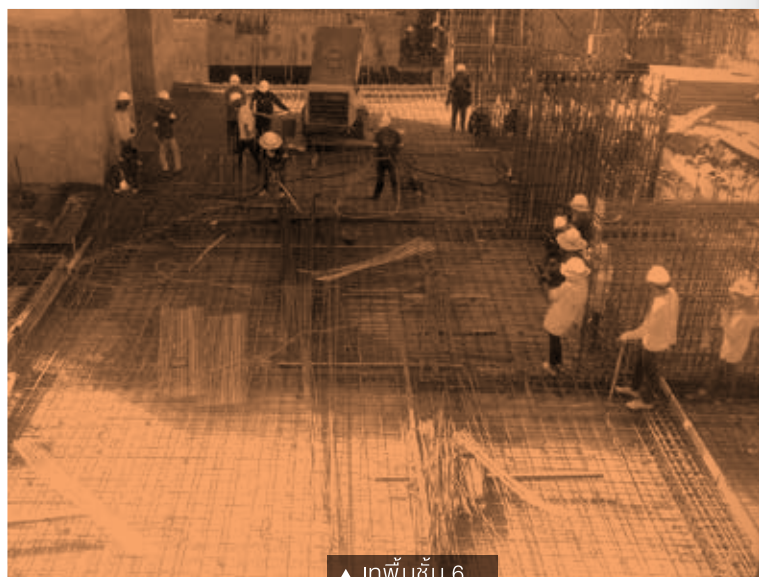
▲ เทพื้นชั้น 5



▲ ภาพรวมโครงสร้าง



▲ เทพื้นชั้น 5



▲ เทพื้นชั้น 6

THE STAGE

TAOPOON-INTERCHANGE

Construction Update

ความคืบหน้าการก่อสร้าง
ไตรมาส 2 ปี 2559

สำหรับไตรมาส 2 นี้

ความคืบหน้าของงานก่อสร้างโดยรวมทั้งหมดเป็นที่น่าพอใจ

โดยก่อสร้างเสร็จแล้วทั้งสิ้น 16.39%

และสามารถดำเนินงานได้เร็วกว่ากำหนดการที่วางไว้เดิมถึง 3.98%

ดำเนินงานโครงสร้างเสร็จสิ้นจนถึงบริเวณชั้น 6

และกำลังดำเนินงานโครงสร้างในบริเวณชั้น 7 อยู่ในปัจจุบัน

งานก่อสร้างทั้งโครงการ	=	16.39 %
ตามแผนต้องเสร็จ	=	12.41 %
สำเร็จเร็วกว่าแผน	=	+ 3.98 %

หมวดงานฐานราก แล้วเสร็จ 100%

- หมวดงานเสา แล้วเสร็จ 13.57%
- หมวดงานคาน แล้วเสร็จ 32.92%
- หมวดงานพื้น แล้วเสร็จ 37.83%
- หมวดงานพื้น POST - TENSION แล้วเสร็จ 9.50% = ชั้น 7
- หมวดงานผนัง Shear Wall แล้วเสร็จ 15.68% =ชั้น 8
- หมวดงานบันได แล้วเสร็จ 3.00% = ชั้น 6
- หมวดงานทึบกันน้ำใต้ดิน แล้วเสร็จ 88.77%

หมวดงานวิศวกรรมระบบประกอบอาคาร แล้วเสร็จ 0.54%

- หมวดงานไฟฟ้าและสื่อสาร แล้วเสร็จ 0.08%
- หมวดงานสุขาภิบาล แล้วเสร็จ 0.97%

โดยท่านสามารถติดตามรับชมความคืบหน้าการก่อสร้างโครงการได้ทาง
Official youtube channel เพียงพิมพ์ค้นหาคำว่า The Stage Condo
Official ได้อีกช่องทางหนึ่งครับ

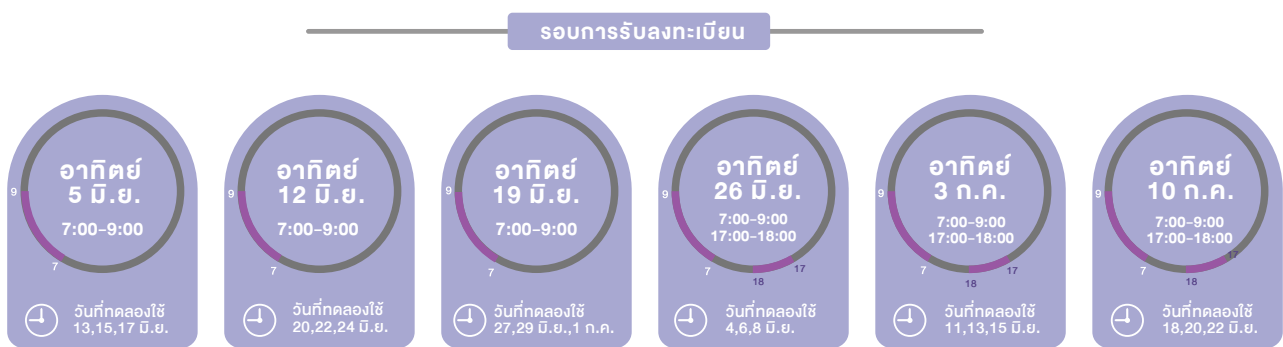
MRT SYSTEM MAP



รถไฟฟ้าสายสีม่วงพร้อมแล้ว เปิดทดลองเดินรถ มิ.ย.นี้ เปิดใช้จริง 6 ส.ค. 59

ถือเป็นการสิ้นสุดการรอคอยกันอย่างเป็นทางการแล้ว สำหรับท่านลูกค้าโครงการ The Stage เต่าปูน อินเตอร์เซกซ์ หลายท่านที่รอคอยการเปิดตัวของ **รถไฟฟ้าสายสีม่วง ช่วงบางใหญ่-บางซื่อ** เนื่องจากเป็นที่ยืนยันจาก สฟบ. แล้วว่า **รถไฟฟ้าสายสีม่วงช่วงบางใหญ่-บางซื่อ** จะเริ่มเปิดทดลองเดินรถแบบเสมือนจริงเต็มระบบ ในระหว่างเดือน มิ.ย – ก.ค.นี้ ก่อนเปิดให้บริการจริงในวันที่ 6 ส.ค.59 โดยคาดว่าจะน่าจะได้รับเสียงตอบรับเป็นอย่างดีและมีผู้เข้าใช้บริการจำนวนมากกว่า 2 แสนคนภายในช่วงครึ่งปีหลังนี้ และน่าจะทำให้การเดินทางของประชาชนสะดวกขึ้นอย่างมาก รวมถึงช่วยแก้ไขปัญหการจราจรบนภาคพื้นดินได้อีกด้วย

สำหรับท่านลูกค้าโครงการ The Stage ท่านใดที่ต้องการเข้าร่วมทดลองใช้บริการสามารถลงทะเบียนรับบัตรโดยสารฟรีโดยไม่เสียค่าใช้จ่ายได้ที่สถานีคลองบางไผ่ สถานีแยกถนนบุรี 1 และสถานีเตาปูน ซึ่งผู้ที่ลงทะเบียนจะได้รับบัตร 3 ใบ สำหรับใช้เดินทางได้ 3 วัน (บัตร 1 ใบเดินทางพร้อมกันได้ 2 คน) โดยมีรอบในการรับลงทะเบียนดังนี้



รถไฟฟ้าสายสีม่วง ช่วงบางใหญ่-บางซื่อ มีจำนวนสถานีทั้งหมด 16 สถานี รวมระยะทาง 23 กิโลเมตร โดยค่าโดยสารเริ่มต้นอยู่ที่ 14-40 บาท และสามารถนั่งได้รถไฟฟ้าสายสีม่วงตลอดสายได้ด้วยงบประมาณไม่เกิน 70 บาทเท่านั้น

- | | | | |
|----------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------|
| ① สถานีคลองบางไผ่ | ⑤ สถานีบางรักใหญ่ | ⑨ สถานีแยกถนนบุรี 1 | ⑬ สถานีแยกติวานนท์ |
| ② สถานีตลาดบางใหญ่ | ⑥ สถานีบางรักน้อยท่าอิฐ | ⑩ สถานีศรีพรสวรรค์ | ⑭ สถานีวงศ์สว่าง |
| ③ สถานีสามแยกบางใหญ่ | ⑦ สถานีไทรน้า | ⑪ สถานีศูนย์ราชการนนทบุรี | ⑮ สถานีบางซ่อน |
| ④ สถานีบางพล | ⑧ สถานีสะพานพระนั่งเกล้า | ⑫ สถานีกระทรวงสาธารณสุข | ⑯ สถานีเตาปูน |

รถไฟฟ้าสายสีม่วง ช่วงบางใหญ่-บางซื่อ นี้ถูกออกแบบมาให้สามารถเชื่อมต่อกับรถไฟฟ้าสายสีน้ำเงินได้ที่สถานีปลายทางเตาปูนโดยตรง เพียงเดินลงบันไดเลื่อน 1 ชั้นเพื่อเปลี่ยนสาย (คล้ายจุดเปลี่ยนสายของรถไฟฟ้า BTS สถานีสยาม) ดังนั้น สำหรับใครหลายคนที่กำลังกังวลว่าสถานีรถไฟฟ้าสายสีม่วงจะสิ้นสุดที่สถานีเตาปูน โดยไม่เชื่อมต่อกับรถไฟฟ้าใต้ดินสายสีน้ำเงินหรือสายเฉลิมรัชมงคลนั้น ขอยืนยันว่าไม่เป็นความจริงแต่อย่างใดค่ะ

ทางเชื่อมต่อนี้จะอยู่ภายใต้การดูแลของโครงการรถไฟฟ้าสายสีน้ำเงินส่วนต่อขยาย คาดว่าน่าจะได้เปิดใช้งานจริงราวช่วงปลายปี 2561 เนื่องจากต้องใช้เวลาในการเสนอแนวทางแก้ไขแก่คณะกรรมการร่วมทุนภาครัฐและเอกชน (PPT) พิจารณา และใช้เวลาดำเนินการเชื่อมต่อและทดสอบระบบประมาณ 18-22 เดือน โดยกรมได้มอบหมายให้กระทรวงคมนาคมช่วยบรรเทาปัญหาชั่วคราวโดยการเสนอให้ใช้รถ Shuttle Bus ของ สฟบ. ในการรับ-ส่งผู้โดยสารจากสถานีเตาปูนถึงบางซื่อ หรือนั่งรถไฟจากสถานีบางซื่อไปสถานีบางซ่อน ทั้งนี้อยู่ระหว่างการหาข้อสรุป โดยมีโอกาสในการที่จะเปิดให้ประชาชนได้ใช้บริการรถ Shuttle bus หรือ รถไฟรางใต้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

ได้ข่าวดีแบบนี้แล้วท่านเจ้าของห้องโครงการ **The stage เต่าปูน อินเตอร์เซกซ์** คงจะสบายใจในเรื่องของการเดินทางไปอีกมากเลยใช่ไหมคะ เมื่อสถานีเตาปูนเปิดให้บริการจุดเชื่อมต่อทุกจุดอย่างเป็นทางการ สถานีเตาปูนจะสามารถเชื่อมต่อกับสถานีบางซื่อของรถไฟฟ้ามหานคร สายเฉลิมรัชมงคล และในอนาคตจะเชื่อมต่อกับรถไฟฟ้าสายสีน้ำเงิน ช่วงบางซื่อ-ท่าพระ และรถไฟฟ้าสายสีม่วง ช่วงเตาปูน-ราษฎร์บูรณะ รวมถึงระบบรถไฟรางอีกด้วยค่ะ แบบนี้ จะมุ่งหน้าเข้าเมือง จะออกนอกเมืองไปธุระรอบนอก ไม่ว่าจะเที่ยวต่างจังหวัดหรือเดินทางไปต่างประเทศด้วยสนามบินสุวรรณภูมิก็ง่ายเพียงสัปดาห์เดียว



ควรออกกำลังกายกันเวลาไหนดีถึงจะได้ผลดีที่สุด? ทำไมออกกำลังกายซะหนักหน่อยแต่ไม่พอมชกที ?

ฉบับนี้มีคำตอบ !

คนส่วนใหญ่มักเลือกที่จะเล่นกีฬาตอนช่วงเย็นหลังเลิกงาน เพราะการสร้างแรงใจในยามเช้านั้นยากแสนยาก เพียงแค่ตื่นมาทำงานให้ทันในช่วงเวลาเร่งรีบก็ยากอยู่แล้ว และคิดว่าการออกกำลังกายเวลาไหนก็จะได้ผลที่เหมือนกัน ซึ่งในความเป็นจริงเราคิดผิดกันมากๆ เลยค่ะ การออกกำลังกายในช่วงเย็นไปจนถึงดึกนั้น นอกจากจะไม่ทำให้คุณรู้สึกสดชื่น กระฉับกระเฉงอย่างที่ควรจะเป็นแล้วกลับกันการออกกำลังกายเวลาจะเพิ่มความรู้สึกเหนื่อยล้าและอ่อนเพลีย อันเนื่องมาจากการที่ร่างกายทำงานอย่างหนักมาตลอดทั้งวันจนเกิดความล้า

ดังนั้นเราควรหันมาออกกำลังกายก่อนออกไปทำงาน แล้วผู้อ่านจะพบว่าร่างกายของท่านกระปรี้กระเปร่า และกระฉับกระเฉงขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเลยทีเดียว อีกทั้งยังทำให้ร่างกายมีพลังงานในการทำกิจกรรมได้ตลอดวันโดยไม่รู้สึกเหน็ดเหนื่อยด้วย ช่วยให้สมองปลอดโปร่งพร้อมเริ่มต้นการทำงานได้อย่างสดชื่น รวมทั้งยังลดความตึงเครียดในระหว่างการทำงานให้น้อยลงได้อีกด้วย ที่สำคัญที่สุดยัง **ช่วยควบคุมความอยากอาหาร และเผาผลาญไขมันได้มากขึ้น** โดยการออกกำลังกายก่อนรับประทานอาหารเช้า ร่างกายจะดึงพลังงานที่เก็บกักเอาไว้ออกมาใช้ในช่วงที่เล่นกีฬา นั่นหมายความว่า **การออกกำลังกายช่วงที่ท้องว่างอยู่นั้น จะเป็นการเผาผลาญแคลอรีส่วนเกินในร่างกายทางอ้อม** ด้วย

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น ทำให้ทีมงาน The Stage เล็งเห็นถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย ทีมนักออกแบบของเราจึงออกแบบให้โครงการ **The Stage เตาปูน-อินเตอร์เซนต์** มีส่วนส่วนกลางขนาดใหญ่ถึง 3 แห่งด้วยกัน ที่บริเวณชั้น Ground ,บริเวณสระว่ายน้ำชั้น 7 และชั้นดาดฟ้าเพื่อเป็นอีกหนึ่งทางเลือกให้ลูกบ้านทุกท่านได้ออกกำลังกายพร้อมเติมอัมกับพื้นที่สีเขียวที่โอบล้อมในทุกอณูของการอยู่อาศัย รวมทั้งได้ดื่มด่ำกับอากาศที่บริสุทธิ์ ซึ่งจะช่วยใช้เวลาในการพักผ่อนของคุณมีความหมาย...



BIKE FOR HEALTH

ปั่นจักรยาน ชม ช้อป ชิล ที่บางกระเจ้า

ผ่านไปแล้วค่ะ กับกิจกรรม Bike for health อีกหนึ่งกิจกรรมสร้างสุขภาพและความสัมพันธ์ในครอบครัว ที่เรียลแอสเสทฯ ชวนคุณลูกบ้านทั้งความวุ่นวายไว้เบื้องหลัง ไปปั่นจักรยานท่องเที่ยวชมธรรมชาติแบบวันเดียวไปกลับ สนุกสนานไปกับกิจกรรมต่างๆ ในบรรยากาศอันสงบร่มรื่น ที่कु้งบางกระเจ้า จ.สมุทรปราการ นอกจากนี้จะได้ออกกำลังกาย ยับร่างกาย สุดออกซิเจนกันให้เต็มปอดแล้วยังมีอาหารอร่อยๆ จากร้านที่เราคัดสรร วนกันแวะทำบุญเลี้ยงปลา เติมน้ำในตลาดท้องถิ่น เที่ยวชมพิพิธภัณฑ์แถมยังได้ของ ที่ระลึกติดมือกลับบ้านกันยิ้มแ้มประทับใจด้วยค่ะ

ส่วนกิจกรรมต่อไปจะเป็นอะไร ต้องห้ามพลาดเลยนะคะ ติดตามข่าวสารพิเศษต่างๆ ก่อนใครได้ที่ทาง Facebook page Real Asset Development ค่ะ



REAL LIVING



ร้านกึ่งกึ่ง eat with your own hands

ฉบับนี้ขอเอาใจผู้ที่ชื่นชอบการรับประทานอาหารทะเล ต้องร้านนี้เลย “ร้านกึ่งกึ่ง” ลือชื่อ ตั้งอยู่ที่ตลาดเจจกรีน ชั้น 2 เดินทางสะดวกมากถ้าเดินทางโดยรถไฟฟ้าบีทีเอสลงสถานีหมอชิต เดินเข้ามานิดเดียวก็ถึงเลย ร้านนี้มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวอยู่ที่ การรับประทานอาหารบนโต๊ะแบบใช้มือ ไม่มีจาน ไม่มีช้อนส้อม มันอร่อยตรงนี้แหละ มีให้เลือกทั้งกุ้งตัวโตๆ หอยตลับ หอยแมลงภู่ นิว-ซีแลนด์ และปลาหมึกสดๆ ผสมคลุกเคล้ากับซอสสูตรพิเศษ นอกจากนี้ยังมีเมนูเด็ดอีกเมนูหนึ่งที่มาแล้วต้องทานให้ได้คือ corn cheese เมื่อนำข้าวโพดหวานๆ มารวมกับชีสมันเป็นอะไรที่เข้ากันเข้ากันค่ะ ใครสนใจบอกเลยว่าต้องจอง เพราะร้านนี้คนแน่นมากจริงๆ ร้านเปิดให้บริการ วันอังคารและวันพุธ เวลา 17.00-22.00 น. วันพฤหัสบดี-วันอาทิตย์ เวลา 17.00-01.00 น. หยุดให้บริการทุกวันจันทร์ ใครสนใจสามารถเข้าไปดูรายละเอียดเพิ่มเติมพร้อมจองเมนูที่น่าทานกันได้เลยที่ Facebook : Koongtung หรือโทร เบอร์ 086-761-5558



พักคลายร้อนกับ Jaiyen cafe' สุดน่ารัก

มีของหวานก็ต้องมีของหวาน ฉบับนี้ขอแนะนำร้านนี้เลย Jaiyen cafe' (ไจเย็น คาเฟ่) ร้านไอศกรีม Home made สัญชาติไทย บรรยากาศของร้านตกแต่งเป็นแบบคาเฟ่ บรรยากาศน่ารักมาก เหมาะกับการไปนั่งชิลๆ เป็นที่สุด เมนู signature ของร้านต้องตัวนี้เลย “Jaiyen Dips” เช็ดเนื้อมือคอกับ 8 ลูกเลือกได้ตามชอบใจ เสิร์ฟในหม้อที่วางด้วย dry ice ให้ความรู้สึกร้อน ความเย็น สดชื่น ทานกับ Dip ให้เลือก 3 สด สตรอว์เบอร์รี่ มินต์ และช็อกโกแลต การตกแต่งเน้นสีสดใส ในราคาเบาๆ เพียง 155 บาท ส่วนอีกเมนูที่ต้องของแนะนำเลยคือ “summer beach ice-cream” ไอศกรีมและมิวส์ ที่ตกแต่งหน้าตาเหมือนอยู่บนชายหาด มีร่ม แครกเกอร์ และน้องเปิดตัวเล็กๆ วางอยู่ด้านบน ราคา 155 บาท รับรองถ้าใครได้ไปลิ้มลองต้องฟินมากแน่นอน การันตีความอร่อยด้วยรางวัล Best of Wongnai 2 ปีซ้อน ปี 2015 และ 2016 ตอนนี้ก็มีด้วยกัน 2 สาขาที่ ทองหล่อ 13 & พารากอน ใครสนใจคลิกเลยที่ Facebook : Jaiyen Cafe ค่ะ

