

■ 网民谈股

## 大盘冲上5000点 市场危机初步解除

**市场操作难度增大** 周四大盘走出大跌眼镜的行情,主板上落差达300点,创业板剧震近8%,这其实已透露出一个信号,4500点之上,市场操作风险将会越来越大。从操作上看,周四大盘当天拉回,其实就是主力机构不想让周五解冻的资金抄底。但在周四大盘大跌250点的最低位时,许多散户再次犯下严重的操作错误,将筹码割在地板上,这主要还是被当时的恐慌心理所吓到。经过急跌后,虽大盘转危为安,但仍不能完全放松警惕。一是在没有创新高前,警报仍没有完全解除,二是仓位控制最好不超半仓,像周四市场突然急跌,一直满仓操作的就没“子弹”抄底补仓。**Laakp** <http://blog.cs.com.cn/a/01010006995800E5AB30BCED.html>)

**关注市场热点板块** 由于5000点关口出现的两次大幅下跌均在短时间内收复失地,表明短线调整已完成。目前市场热点主要在于:一是6月政策有望进一步放松,如再次下调存款准备金率。这对上市公司有喜有忧,一方面政策压力可能会松一些,另一方面房价下跌会影响企业利润。短线看好地产股的态度没有改变,逢低建仓地产板块是比较可行的策略。二是煤化工板块指数在获得前高支撑后,周二再度创出新高,而白酒板块一度因上周四暴跌而跌破前高支撑,但周一回到前高位之上后,周二向下运行时未再跌破支撑位,显示前高位支撑有效。由于该板块已经过充分震荡,若市场交投入气不发生大的改变,稳健型投资者不妨对该板块予以关注。(沙漠雄鹰 <http://blog.cs.com.cn/a/0101000109E400E5AB05E992.html>)

**把握个股黄金机会** 周四一小时上下震荡高达300点,最终大盘分时以V字形收红,这个比预期强势。场外资金实在太多,这是一个好现象。周五市场站上5000点,这意味着大盘危机初步解除,大盘将以震荡方式完成调整,随后将延续慢牛走势。眼下市场创出新高之后将冲击5200点高点。之所以说是5200点,是因为在2008年1月21日留下跳空缺口的位置是5200点至4818点,随后大盘有望在4818点至5200点之间反复震荡,在消化压力之后将再度走上慢牛之旅,操作上,近期应高抛低吸。后面建议继续密切关注前期涨幅不大的煤炭和有色板块,以及地方国企改革股机会。(金鼎 <http://blog.cs.com.cn/a/01010001291A00E5AB0C31F8.html>)

**做好两点应对剧震走势** 近来,市场发生剧烈震荡的根源还是来自于前期市场累积的风险过大,一旦权重股出现异动,往往就会造成近似疯狂的“踩踏”行情。对比K线图不难发现,这样的剧烈震荡甚至是暴跌行情,已越来越频繁,因此这就需要投资者提前做好心理应对。

个人认为,可以从以下两个方面着手应对。首先是客观认清当前的剧烈震荡和快速下跌走势。与上周四一样,个人认为盘中出现大跌不是坏事,因为市场的主动调整远比由政策带来的被动性挨打要强得多。这也是对前期累积风险的释放,利大于弊。当然这是建立在当前市场基础没有发生改变的前提之上。其次,就如前面所说的,近期市场剧烈震荡已越来越频繁,个股出现普跌其实并不可怕,可怕的是有些个股一跌不回头。因此,准确判断个股的价值和质地将变得尤为重要。

操作上,建议投资者从基本面和场面这两个方面来考虑。就基本面而言,不仅看公司当前业绩水平,更要关注企业未来增长前景,尤其是当公司正试图通过转型来实现未来的增长,那么转型的逻辑合不合理及转型的每一步落实情况都必须关注。而就市场面来说,必须关注股价是否完全反映转型带来的利好、市值是否具备进一步增长空间。(陈操 <http://blog.cs.com.cn/a/01010003631800E5A9843360.html>)

以上博文由中证网博客版主倪伟提供  
 本栏文章均源自博客,内容不代表本报观点。如有稿费及涉文事宜,请与本版编辑联系。

## 微博关键词

### 创业板

**④卢振安:**创业板指已形成清晰的强者恒强特征,热钱始终聚集在创业板上上市公司上,进而释放出强大做多能量。判断A股市场走势趋势的风向标就是创业板指数。

**④古展丞:**即使创业板泡沫破灭,对整个大盘的影响也不大。首先,创业板规模较小,总市值只相当于上交所股票总市值的10%。其次,中国创业板走势具有较大独立性。创业板与沪深300指数之间的回报相关性还不到30%,泡沫破灭不大可能蔓延到其他板块。另外,A股市场的估值总体看还不算太高。

**④老股怪:**以科技互联网+、第三产业为代表的小盘股是当前时代背景下最大的成长投资主线,而以传统周期行业为代表的大盘股不是成长主线,却在享受政策红利下的估值提升。因此,一旦未来经济复苏导致政策放松预期收敛,那么大盘股的“泡沫”反而可能先破,而小盘股届时可能还有“最后的疯狂”。

### 货币政策

**④晓州:**在经济低迷、通缩持续压力下,货币政策料将维持相对宽松。在房地产市场去库存、传统工业去产能和地方政府投融资活动持续萎缩背景下,国内经济短期内仍将面临持续下行压力。面对经济低迷和通缩持续风险,货币政策有望维持相对宽松取向。

**④瓷瓜子:**股市每逢大跌,市场总有传言,央行必降准降息。这也只能算是心理安慰,货币政策不是以股市为锚的,前几次降准降息更多是对经济景气疲软的回应,只是时间节点上容易让人联想到是支持股市,但实际上,二者相关性不大。

### 楼市

**④路易贾:**四方面原因将导致未来房价仍将呈现上涨态势:一是需求在上升,而供给没跟上;二是房企资金链得到改善,由于资本市场繁荣,融资成本下降;三是政策宽松,宏观政策除降准降息外,购房政策支持力度也明显;四是不可忽视的财富效应,股市的牛市行情已进入中后段,不少投资者选择退出。

**④阳光愚翁:**仅就风险管控方面考虑,抛股买房更为理智。股民会把从股市获得的资金投入更安全的地方,不动产无疑是更安全的选择之一。股民无论是挣钱、投资、做事业,最终都是为改变生活,所以股市资金释放出来后,第一个去处便是楼市。(田鸿伟 整理)

■ 时尚消费

□ 本报记者 陈莹莹

“今天,你排第几?”“5万步,他是怎么做到的……”近日,微信朋友圈中的“晒跑”族越来越多,每天晒运动跑步的公里数,成为一种新时尚。

中国证券报记者注意到,眼下从小白领到大老板,从爱美女士到退休中老年人,大家对于运动、健身方面的消费投入越来越多,需求也趋于个性化。除传统的运动健身模式,在“互联网+”时代,健身行业移动端的开发也越来越贴近普通百姓的生活。

### 年轻人线上线下“通吃”

80后小蔡是一名资深篮球迷,他说自己在参加工作以前几乎每隔一天都要和同学朋友去打一场篮球。“但自参加工作以后,工作压力、生活压力也就大了,篮球或者其他运动健身项目都被抛在了脑后。”

小蔡笑着说,“终于有一天,我被自己的啤酒肚给吓坏了,毕竟我才三十岁出头啊!”他说,刚刚开始自己急于去打球,却发现体力和反应大不如前了。于是,小蔡通过咨询专业健身教练,为自己制定一份健身计划,报名自己感兴趣的健身项目。“现在让我和一些90后的小青年去打‘3V3’的篮球对抗也没有太大问题。”小蔡得意地告诉记者。

小蔡说,或许是在自己的带动下,身边的一些同事朋友,也加入了健身“大军”当中,“抛开了手机和电脑,大家在健身运动的同时还多了一些交流。因为都是年轻人,一些经常健身锻炼的陌生人也成了朋友。所以说,这年头,请人吃饭还真不如请人流汗,这才叫‘把钱花在刀刃上’。”

除一些传统健身消费方式,小蔡说自己也十分关注运动相关的线上APP,微信公众号等,称“觉得

■ 流行

# 定制男装走向大众

□ 本报记者 张玉洁

在上海茂名南路上分布着不少男士服装定制店,精致的店面装潢、昂贵的进口面料、经验丰富的裁缝师傅,这些细节都无一不彰显出男装定制“高大上”的定位。

不过,做一套好西服、选购一件高支数好面料的男士衬衫,现在已不仅是精英行业男士的服装诉求。在主要面对宅男、专业人士的互动平台“知乎”上,男士如何着装是不少用户关注的热门话题。其中不少知友对定制衬衫和西服显示出浓厚兴趣。这显示出,定制男装正在走向大众化,随着需求逐渐扩大,未来定制男装的价格或将更加亲民。

### 量体裁衣受关注

西装定制在国外有着悠久的历史。在高端西服定制中,一般有两种模式,一种是“半定制”,是先让客人试穿一套现有款式,然后根



很新鲜、有意思”。而不少精明的商家更是瞄准这一潜在的消费市场。据网络调查数据显示,我国城市居民用于个人健身的消费每年以30%的速度递增,明显高于全球20%的平均速度。分析人士表示,民众日益增强的健身理念和移动信息化需求的不断膨胀,使得健身行业移动端开发已成为大势所趋。随着全民健身意识的提高,运动健身消费正日益受到追捧。

此外,有业内人士介绍,目前市场上和体育领域相关的应用基本上可以分为三类:第一类是像虎扑这样为用户提供媒体信息的服务;第二类是帮助用户记录各类运动轨迹、数据的应用;第三类则是提供综合性健身服务的应用。

实际上,国务院此前公布的《关于加快发展体育产业,促进体育消费的若干意见》部署积极扩大体育产品和服务供给,推动体育

请人吃饭不如请人流汗

# 运动健身消费成“新宠”



产业成为经济转型升级的重要力量。并将全民健身上升为国家战略,把体育产业作为绿色产业、朝阳产业培育扶持。

### 中老年也“不甘落后”

“不要以为中老年人只会吵吵闹闹的广场舞,我们也可以很潮流。”刚刚退休的王阿姨虽已年过50岁,但注重养生和保养的她,看上去却最多40岁出头的样子。王阿姨说,自己年轻的时候由于工作太忙、家庭负担也较重,忽略健身运动的重要性,后来在身边朋友的建议下才开始健身锻炼。

王阿姨大方表示,“舞蹈班、瑜伽班,年轻人喜欢的我也喜欢,而且练了一段时间以后发现自己头不晕了、腰不疼了,身体好了很多。”专业瑜伽教练告诉记者,“中老年人练瑜伽对颈椎、腰椎好,能增进身体柔韧性,对筋骨、气血、经络运行也

有好处。老年人上了年纪,身体柔韧性开始下降,有些人颈椎、腰椎不好,练练瑜伽都能有所改善。”

王阿姨告诉记者,瑜伽班里主要还是年轻姑娘多,但其实瑜伽是男女老少都合适。她说,虽练瑜伽的消费支出不低,但和那些乱七八糟的医药费比起来,可就太划算了。“约上三五个老姐妹,一起练瑜伽,一起潮流一把,本身就是一件开心的事儿啊!”

不过,专家提醒像王阿姨一样的中老年健身爱好者,目前正值夏季气温高,运动健身身体会大量出汗,造成血液黏稠度增高容易诱发中风、心梗、心肌梗塞等心脑血管疾病发生,中老年人健身运动时一定要量力而行,循序渐进,以舒适为宜。与此同时,中老年人锻炼也需控制运动量,半小时以上、一小时左右的有氧运动为宜,健身运动完不能感到太疲劳。

### 合理制定健身消费计划

毫无疑问,运动健身消费正成为普通老百姓的“新宠”。而专家和业内人士也提醒健身爱好者们,在积极锻炼健身的同时,要合理制定自己的健身计划,理性配置健身消费。

一方面,在健身计划中,首先选择有氧锻炼。常见的有氧锻炼包括散步、骑自行车、慢跑、有氧健身操、游泳、越野滑雪及网球、壁球等。在从这类锻炼方式中选择最适合自己的项目时,还要参照如下因素:健身经历、体格状况、自由支配时间、财力状况、个人爱好等。交叉式锻炼方式能增强身体的平衡能力,提高灵活性及应变能力,值得一试。与此同时,善于倾听身体发出的声音。要明白心脏病发出的警示信号,如胸痛、胸闷、短气甚至窒息感,一旦接到这些信息,就要马上停下来进行休息,情况严重时还需去医院诊治。不要忽视那些会加重疼痛病症的轻微症状,早期治疗能预防严重病症的发生。

另一方面,健身消费支出必不可少,但绝不盲目。目前,健身卡大多存在“预付式”消费问题,这种方式在一定程度上确实让消费者得到了实惠。但消费者一定要谨慎选择,最好提前考察该经营机构的资质,选择信誉度高、规模大的商家,降低消费风险。尽量选择时间短、金额小的卡种。如果可以的话,尽量与对方签订详细的书面合同。切不可选择小区内流动性强的服务机构,以免陷入商家“预付式骗局”,遭遇日后维权难的尴尬。业内人士坦言,目前健身行业良莠不齐,携款跑路情况时有发生,尤其是期限较长的健身卡很容易出现问题。“这种方式就是赚快钱,快速收回成本,以后健身馆经营难以继时,肯定就会关门走人。”

示,男士服饰个性化定制的需求会越来越强烈,但纯粹的互联网方法也不能完全解决体验问题。在量身定制这个领域,必须走实体店和互联网结合道路。

定制服务的一大特点是回头率高,当客户完成一次定制后,相关体型数据就会记录在后台,今后只需直接选择面料和款式,就能在较短的时间内收到定制的服装。除互联网创业公司外,不少服装类上市公司也已在布局O2O定制这个领域。鲁泰作为老牌面料生产商,今年初投资成立鲁泰优仿,同时在北京地区推广定制服务;报喜鸟和大杨创世老牌西装制造商,也纷纷开展线上线下相结合的西装定制业务,这类业务无库存、毛利率高、对物理网点渠道依赖较小,同时有利于高端品牌形象塑造传播,报喜鸟和大杨创世均对该项新兴业务寄予较大期望。

不过,业内人士同时也指出,目前消费者实际购买定制服务的基数还是很小。因此,推广定制理念和文化,开发出价格更加亲民的优质产品吸引并留住客户,仍是行业发展的要点。

繁荣的出现和原因的分析,都显得既冷静睿智又独树一帜,与当下发生在我们身边的一些经济现象如此的契合。

罗斯巴德断言,大萧条的错误并不在自由市场经济本身,而应该归咎于政府政客、官僚和那些所谓的“经济学家”。如果人类社会未能在本质意义上认识到这一点,过去的经济大萧条就不会构成我们生活的教训,而未来还会有更加严重的经济萧条在历史的路边,静静等候着我们。历史轮回之际,商业周期理论是否依然有效?4万亿元救市的历史评价?政府之手与市场之手应当扮演何种角色?而我们又该如何面对当下的中国经济转型?读罗斯巴德的《美国大萧条》有助于我们反思这次危机的真正原因,思考政府采取的政策是否恰当,也有助于未来不再犯同样的错误。

注:《美国大萧条》,[美]默里·罗斯巴德著,谢华育译,上海人民出版社出版