

2024-11-22 [Health and Lifestyle] What Are the Good Effects of Walking 词汇表

- 1 **ability** 2 [əˈbɪlɪti] n.能力, 能耐; 才能
- 2 **about** 2 [əˈbaʊt] prep.关于; 大约 adj.在附近的; 四处走动的; 在起作用的 adv.大约; 周围; 到处 n.大致; 粗枝大叶; 不拘小节的人 n.(About)人名; (法)阿布
- 3 **across** 1 [əˈkrɒs, əˈkrɔːs] prep.穿过; 横穿 adv.横过; 在对面
- 4 **active** 1 [ˈæktɪv] adj.积极的; 活跃的; 主动的; 有效的; 现役的 n.主动语态; 积极分子
- 5 **activities** 1 英 [ækˈtɪvɪti] 美 [ækˈtɪvəti] n. 活动; 活跃 vt. 表演 adj. 厉害
- 6 **activity** 2 [ækˈtɪvəti] n.活动; 行动; 活跃
- 7 **adapted** 1 [əˈdæptɪd] adj. 适合的 动词adapt的过去式和过去分词.
- 8 **adding** 1 [ˈædɪŋ] v.增加 (add的ing形式) n.(Adding)人名; (瑞典)阿丁
- 9 **adj** 2 abbr. (=adjuvant disease) 佐剂病; (=adjective) 形容词
- 10 **adults** 1 [əˈdʌltɪz] n. 成年人; 成年动物; 成虫 名词adult的复数
- 11 **advice** 1 [ədˈvaɪs] n.建议; 忠告; 劝告; 通知
- 12 **advise** 1 [ədˈvaɪz] vt.建议; 劝告, 忠告; 通知; 警告 vi.建议; 与...商量
- 13 **after** 1 [ˈɑːftə, ˈæf-] adv.后来, 以后 prep.在.....之后 conj.在.....之后 adj.以后的
- 14 **afterward** 1 [ˈɑːftəwəd, ˈæf-] adv.以后, 后来
- 15 **against** 1 [əˈɡeɪnst, əˈɡeɪnst] prep.反对, 违反; 靠; 倚; 防备 adj.不利的; 对立的
- 16 **age** 1 [eɪdʒ] n.年龄; 时代; 寿命, 使用年限; 阶段 vi.成熟; 变老 vt.使成熟; 使变老, 使上年纪 n.(Age)人名; (瑞典)阿格; (日)扬(姓); (西、荷)阿赫
- 17 **also** 5 [ˈɔːlsəʊ] adv.也; 而且; 同样 conj.并且; 另外 n.(Also)人名; (罗)阿尔索
- 18 **although** 1 conj.尽管; 虽然; 但是; 然而
- 19 **American** 1 n.美国人, 美洲人; 美国英语 adj.美国的, 美洲的; 地道美国式的
- 20 **an** 1 art.一 (在元音音素前)
- 21 **and** 20 [强ænd, 弱ənd, ən] conj.和, 与; 就; 而且; 但是; 然后 n.(And)人名; (土、瑞典)安德
- 22 **anita** 1 [əˈni:tə] n.安尼塔 (女子名)
- 23 **appeared** 1 [əˈpiəd] adj. 出现的 动词appears的过去式和过去分词.
- 24 **are** 3 [强ɑː, 弱ə] v.是 (be的第二人称单复数现在式) n.公亩 n.(Are)人名; (意、西、芬)阿雷
- 25 **around** 3 [əˈraʊnd] adv.大约; 到处; 在附近 prep.四处; 在...周围
- 26 **as** 2 [æz] conj.因为; 随着; 虽然; 依照; 当...时 prep.如同; 当作; 以...的身份 adv.同样地; 和...一样的
- 27 **associated** 1 [əˈsəʊʃi, eɪtɪd] adj.关联的; 联合的 v.联系 (associate的过去式和过去分词)
- 28 **at** 5 prep.在 (表示存在或出现的地点、场所、位置、空间); 以 (某种价格、速度等); 向; 达; 因为; 朝; 忙于 n.阿特 (老挝货币基本单位att); [化]砒 (极不稳定放射性元素) abbr.密封的 (airtight); 气温 (airtemperature)
- 29 **attack** 1 [əˈtæk] n.攻击; 抨击; 疾病发作 vt.攻击; 抨击; 动手干 vi.攻击; 腐蚀 n.(Attack)人名; (瑞典)阿塔克
- 30 **average** 1 n.平均; 平均数; 海损 adj.平均的; 普通的; 通常的 vt.算出...的平均数; 将...平均分配; 使...平衡 vi.平均为; 呈中间色
- 31 **back** 1 n.后面; 背部; 靠背; 足球等的后卫; 书报等的末尾 vt.支持; 后退; 背书; 下赌注 vi.后退; 背靠; 倒退 adv.以前; 向后地; 来回地; 上溯; 回来; 回原处 adj.后面的; 过去的; 拖欠的 n.(Back)人名; (西、英、德、法、瑞典、捷)巴克
- 32 **be** 3 vt.是; 有, 存在; 做, 成为; 发生 n.(Be)人名; (緬)拜; (日)部(姓); (朝)培; (中非)贝
- 33 **because** 1 [bɪˈkɔːz] conj.因为
- 34 **become** 1 [bɪˈkʌm] vi.成为; 变得; 变成 vt.适合; 相称
- 35 **before** 1 [bɪˈfɔː] prep.在...之前, 先于 adv.以前; 在前 conj.在...以前; 在...之前
- 36 **being** 1 [ˈbiːŋ] n.存在; 生命; 本质; 品格 adj.存在的; 现有的
- 37 **bend** 1 [bend] vt.使弯曲; 使屈服; 使致力; 使朝向 vi.弯曲, 转弯; 屈服; 倾向; 专心于 n.弯曲 n.(Bend)人名; (瑞典)本德
- 38 **benefits** 1 [ˈbenɪfɪt] n. 利益; 津贴; 义演; 保险金; 借助 vt. 有益于; 得益
- 39 **better** 1 [ˈbetə] n.长辈; 较好者; 打赌的人 (等于bettor) adv.更好的; 更多的; 较大程度地 adj.较好的 vt.改善; 胜过 vi.变得较好 n.(Better)人名; (西、瑞典、德)贝特尔

- 40 **big** 1 [bɪg] adj. 大的; 重要的; 量大的 adv. 大量地; 顺利地; 夸大地 n. (Big) 人名; (土) 比格
- 41 **birds** 1 ['bɜːdz] n. 鸟, 鸟类; 禽 (名词bird的复数形式)
- 42 **Blankenship** 1 n. 布兰肯希普
- 43 **blood** 2 [blʌd] n. 血, 血液; 血统 vt. 从...抽血; 使先取得经验 n. (Blood) 人名; (英、西) 布拉德
- 44 **body** 2 ['bɒdi] n. 身体; 主体; 大量; 团体; 主要部分 vt. 赋以形体 n. (Body) 人名; (英、法、罗) 博迪
- 45 **bone** 2 [英[bəʊn] 美[bɒn]] n. 骨; 骨骼 vt. 剔去...的骨; 施骨肥于 vi. 苦学; 专心致志 n. (Bone) 人名; (英) 博恩; (法、西、罗、塞) 博内; (老) 奔
- 46 **brianna** 1 n. 布里安娜
- 47 **briefly** 1 ['brɪ:flɪ] adv. 短暂地; 简略地; 暂时地
- 48 **brigham** 1 n. 布里格姆 (男子名)
- 49 **building** 1 ['bɪldɪŋ] n. 建筑; 建筑物 v. 建筑; 建立; 增加 (build的ing形式)
- 50 **builds** 1 [bɪld] v. 建造; 开发; 创建; 逐渐增强 n. 体格; 身材
- 51 **but** 2 [强 bat, 弱 bət, bʌt] conj. 但是; 而是; 然而 adv. 仅仅, 只 prep. 除...以外 n. (But) 人名; (俄、罗) 布特; (越) 笔
- 52 **by** 1 prep. 通过; 被; 依据; 经由; 在附近; 在.....之前 adv. 通过; 经过; 附近; [互联网] 白俄罗斯的国家代码顶级域名
- 53 **bypass** 1 ['baɪpɑ:s,-pæs] vt. 绕开; 忽视; 设旁路; 迂回 n. 旁路; [公路] 支路
- 54 **called** 1 [kɔ:l] vt. 呼叫; 打电话; 把...称为 n. 打电话; 访问; 召唤; 呼叫; 把...看作 vi. 呼叫; (短暂的) 拜访
- 55 **calms** 1 [kɑ:m] adj. 平静的; 冷静的 v. (使) 平静; (使) 镇静 n. 镇定; 平静; 平稳
- 56 **campaign** 1 [kæmpeɪn] vi. 作战; 参加竞选; 参加活动 n. 运动; 活动; 战役
- 57 **can** 6 vt. 将...装入密封罐中保存 aux. 能; 能够; 可以; 可能 n. 罐头; (用金属或塑料制作的) 容器; (马口铁或其他金属制作的) 食品罐头
- 58 **cancer** 1 ['kænsə] n. 癌症; 恶性肿瘤
- 59 **cardiologist** 1 [ˌkɑ:di'ɒlədʒɪst] n. 心脏病学家; 心脏病科医师
- 60 **care** 1 [keə] n. 关怀; 照料; 谨慎; 忧虑 vi. 照顾; 关心; 喜爱; 顾虑 vt. 在意; 希望或喜欢 n. (Care) 人名; (英) 凯尔; (塞) 察蕾
- 61 **city** 2 ['sɪti] n. 城市, 都市 adj. 城市的; 都会的
- 62 **club** 4 [klʌb] n. 俱乐部, 社团; 夜总会; 棍棒; (扑克牌中的) 梅花 vt. 用棍棒打; 募集 vi. 集资; 组成俱乐部 adj. 俱乐部的 n. (Club) 人名; (英) 克拉布
- 63 **clubs** 1 [klʌb] n. 俱乐部; 棍棒; (扑克牌中) 梅花 v. 用棍棒打; 分担花费; 凑钱; 泡夜总会
- 64 **coffee** 1 ['kɒfi] n. 咖啡; 咖啡豆; 咖啡色 n. (Coffee) 人名; (英) 科菲
- 65 **comment** 1 n. 评论; 意见; 批评; 描述 vt. 发表评论; 发表意见 vi. 为...作评语 n. (Comment) 人名; (德) 科门特; (法) 科芒
- 66 **complex** 1 ['kɒmpleks] adj. 复杂的; 合成的 n. 复合体; 综合设施
- 67 **consider** 1 [kən'sɪdə] vt. 考虑; 认为; 考虑到; 细想 vi. 考虑; 认为; 细想
- 68 **could** 1 [强 kʊd, 弱 kəd] aux. 能够 v. 能 (can的过去式)
- 69 **crookston** 1 n. 克鲁克斯顿
- 70 **dates** 1 [deɪt] n. 日期; 年代; 会晤时间; 约会; 约会对象; 枣椰树; 枣子 v. 给...标明日期; 确定年代; 过时; 显老; 和...约会; 追溯到
- 71 **day** 5 [deɪ] n. 一天; 时期; 白昼 adv. 每天; 经常在白天地 adj. 日间的; 逐日的 n. (Day) 人名; (英、法、西) 戴; (越) 岱; (阿拉伯、土) 达伊
- 72 **days** 1 [deɪz] adv. 每天; 在白天 n. 天 (day的复数形式); 时期 n. (Days) 人名; (英) 戴斯
- 73 **dementia** 1 [dɪ'menʃiə] n. [内科] 痴呆
- 74 **depression** 1 n. 沮丧; 忧愁; 抑郁症; 洼地; 不景气; 低气压区
- 75 **development** 1 [dɪ'veləpmənt] n. 发展; 开发; 发育; 住宅小区 (专指由同一开发商开发的); [摄] 显影
- 76 **disease** 2 [dɪ'zi:z] n. 病, [医] 疾病; 弊病 vt. 传染; 使...有病
- 77 **dividing** 1 [dɪ'vaɪdɪŋ] adj. 区分的; 起划分作用的 v. 分开 (divide的ing形式)
- 78 **do** 1 n. 要求; 规定; C大调音阶中的第一音 v. 做; 干; 学习; 研究; 进行; 完成; 解答; 整理; 算出; 引起; 行过 aux. 助动词 (构成疑问句和否定句); (代替动词); (用于加强语气) vi. 行, 足够; 生长 n. (英) 多 (人名Dorothea和Dorothy的昵称) n. (口语) 事件; (主英国口语) 诈骗; (主英国、新西兰口语) 宴会; (口语) 必须做到的事情
- 79 **does** 2 [dʌz] v. 做; 工作; 有用 (do的第三人称单数形式) n. (Does) 人名; (荷) 杜斯
- 80 **dogs** 1 n. 狗 (dog的复数); 瘦狗类 v. 紧紧跟踪; 追猎; 紧随 (dog的第三人称单数) n. (Dogs) 人名; (德) 多格斯
- 81 **doing** 1 [dʊ:ɪŋ] v. 做; 干 (do的ing形式) n. 活动; 所作所为
- 82 **don** 2 [dɒn] n. 先生, 阁下; 指导教师, 大学教师 vt. 穿上 n. (Don) 人名; (缅) 顿; (英) 唐 (男子教名Donald的昵称)

- 83 **down** 1 [daʊn] adv.向下, 下去; 在下面 adj.向下的 n.软毛, 绒毛; [地质]开阔的高地 prep.沿着, 往下 vt.打倒, 击败 vi.下降; 下去 n.(Down)人名; (英)唐
- 84 **dr** 1 abbr.速度三角形定位法 (deadreckoning); 数据记录器 (DataRecorder)
- 85 **during** 1 [ˈdʒuəriŋ] prep.在...的时候, 在...的期间 n.(During)人名; (法)迪兰; (瑞典、利比)杜林
- 86 **each** 1 [i:tʃ] adj.每; 各自的 adv.每个; 各自 pron.每个; 各自
- 87 **ease** 1 [i:z] vt.减轻, 缓和; 使安心 n.轻松, 舒适; 安逸, 悠闲 vi.减轻, 缓和; 放松; 灵活地移动
- 88 **easy** 1 [i:zi] adj.容易的; 舒适的 adv.不费力地, 从容地 vi.停止划桨 vt.发出停划命令
- 89 **eby** 4 n. 伊比
- 90 **effects** 3 [ɪˈfektz] n.效果 (effect的复数形式); 财物
- 91 **emus** 1 动车组
- 92 **endurance** 2 [ɪnˈdʒʊərəns] n.忍耐力; 忍耐; 持久; 耐久
- 93 **energy** 1 [ˈenədʒi] n.[物]能量; 精力; 活力; 精神
- 94 **English** 1 [ˈɪŋɡlɪʃ] adj.英国人的; 英国的; 英文的 n.英语; 英国人; 英文; 英格兰人 vt.把...译成英语
- 95 **enough** 2 [ɪˈnʌf] adv.足够地, 充足地 n.很多; 充足 adj.充足的 int.够了!
- 96 **equipment** 3 [ɪˈkwɪpmənt] n.设备, 装备; 器材
- 97 **especially** 1 [ɪˈspeʃəli] adv.特别; 尤其; 格外
- 98 **every** 3 [ˈevri] adj.每一的, 每个的; 每隔...的 n.(Every)人名; (英)埃夫里
- 99 **exercise** 6 [ˈeksəsaɪz] n.运动; 练习; 运用; 操练; 礼拜; 典礼 vt.锻炼; 练习; 使用; 使忙碌; 使惊恐 vi.运动; 练习
- 100 **exercises** 2 [ˈeksəsaɪz] n.练习题, 演习; 运动
- 101 **expand** 1 [ɪkˈspænd] vt.扩张; 使膨胀; 详述 vi.发展; 张开, 展开
- 102 **experts** 4 英 [ˈeksɜːpt] 美 [ˈeksɜːpt] n.专家; 能手 adj.熟练的; 内行的
- 103 **extra** 1 [ˈekstrə] adv.特别地, 非常; 另外 n.临时演员; 号外; 额外的事物; 上等产品 adj.额外的, 另外收费的; 特大的
- 104 **extremely** 1 [ɪkˈstriːmli] adv.非常, 极其; 极端地
- 105 **Federal** 1 [ˈfederal] adj.联邦的; 同盟的 n.北部联邦同盟盟员; 北京连邦软件产业发展公司, 国内主要的正版软件经销商 n.(Federal)人名; (英)费德勒尔
- 106 **fine** 1 [faɪn] adj.好的; 优良的; 细小的, 精美的; 健康的; 晴朗的 n.罚款 vt.罚款; 澄清 adv.很好地; 精巧地 n.(Fine)人名; (意)菲内; (英)法恩
- 107 **first** 1 [fɜːst] adv.第一; 首先; 优先; 宁愿 n.第一; 开始; 冠军 adj.第一的; 基本的; 最早的 num.第一 n.(First)人名; (英)弗斯特; (捷)菲尔斯特
- 108 **fitness** 1 [ˈfɪtnɪs] n.健康; 适当; 适合性
- 109 **five** 1 [faɪv] n.五, 五个; 五美元钞票 num.五, 五个 adj.五的; 五个的 n.(Five)人名; (挪)菲弗
- 110 **flexibility** 2 [ˌfleksɪˈbɪləti] n.灵活性; 弹性; 适应性
- 111 **flightless** 1 [ˈflaɪtlɪs] adj. (鸟等)不能飞的
- 112 **for** 11 [fɔː, fɔː] prep.为, 为了; 因为; 给; 对于; 至于; 适合于 conj.因为
- 113 **force** 1 [fɔːs] n.力量; 武力; 军队; 魄力 vt.促使, 推动; 强迫; 强加 n.(Force)人名; (意)福尔切; (英、法)福斯
- 114 **forms** 1 [fɔːmz] n.表格; 形式; 年级 名词form的复数形式.
- 115 **free** 1 [friː] adj.免费的; 自由的, 不受约束的; [化学]游离的 vt.使自由, 解放; 释放 adv.自由地; 免费 n.(Free)人名; (英)弗里
- 116 **freely** 1 [ˈfriːli] adv.自由地; 免费地; 大量地; 慷慨地; 直率地
- 117 **friends** 2 n.朋友 名词friend的复数形式.
- 118 **from** 2 [fɹɒm, frɒm] prep.来自, 从; 由于; 今后 n.(From)人名; (瑞典、丹、德)弗罗姆
- 119 **general** 2 adj.一般的, 普通的; 综合的; 大体的 n.一般; 将军, 上将; 常规 n.(General)人名; (英)杰纳勒尔
- 120 **get** 2 vt.使得; 获得; 受到; 变成 n.生殖; 幼兽 vi.成为; 变得; 到达
- 121 **girls** 2 [gɜːlz] n.女孩子们 名词girl的复数形式.
- 122 **gives** 1 [gɪv] v.给; 赠予; 送; 捐助; 提供; 供给; 举行; 弯曲 n.弹性
- 123 **goal** 3 [gəʊl] n.目标; 球门, 得分数; 终点 vi.攻门, 射门得分
- 124 **good** 4 [gʊd] adj.好的; 优良的; 愉快的; 虔诚的 n.好处; 善行; 慷慨的行为 adv.好 n.(Good)人名; (英)古德; (瑞典)戈德
- 125 **great** 3 [greɪt] adj.伟大的, 重大的; 极好的, 好的; 主要的 n.大师; 大人物; 伟人们
- 126 **greet** 1 [griːt] vt.欢迎, 迎接; 致敬, 致意; 映入眼帘 n.(Greet)人名; (英)格里特
- 127 **group** 1 [gruːp] n.组; 团体 adj.群的; 团体的 vi.聚合 vt.把...聚集; 把...分组

- 128 **guideline** 1 [ˈɡaɪdlaɪn] n. 指导方针 参考
- 129 **gust** 2 [ɡʌst] n. 风味；一阵狂风；趣味 vi. 一阵阵地劲吹 n.(Gust)人名；(德、捷)古斯特
- 130 **gym** 3 [dʒɪm] n. 健身房；体育；体育馆
- 131 **gymnasium** 1 [dʒɪmˈneɪziəm] n. 体育馆；健身房
- 132 **had** 1 v. 有；吃；得到（动词have的过去式和过去分词） aux. 已经（用于过去完成时和过去完成进行时）
- 133 **half** 1 [hɑːf, hæf] n. 一半；半场；半学年 adv. 一半地；部分地 adj. 一半的；不完全的；半途的 n.(Half)人名；(阿拉伯)哈勒夫；(德)哈尔夫；(英)哈夫
- 134 **has** 4 v. 有，吃，得到，从事，允许，雇用，享有（have的第三人称单数）；（亲属关系中）接受；拿；买到
- 135 **have** 2 [hæv, 弱həv, əv, v] vt. 有；让；拿；从事；允许 aux. 已经 n.(Have)人名；(芬)哈韦；(德)哈弗
- 136 **he** 2 [hiː, 弱hi, iː, i] n. 男孩，男人；它（雄性动物） pron. 他 n.(He)人名；(日)户(姓)；(朝)海；(柬)赫
- 137 **health** 6 [helθ] n. 健康；卫生；保健；兴旺
- 138 **healthcare** 2 [ˈhelθkeə] 保健
- 139 **healthy** 3 [ˈhelθi] adj. 健康的，健全的；有益于健康的
- 140 **hear** 1 [hiə] vt. 听到，听；听说；审理 vi. 听；听见
- 141 **heard** 1 [hɔːd] v. 听到（hear的过去式和过去分词）；闻知 n.(Heard)人名；(英)赫德
- 142 **heart** 4 [hɑːt] n. 心脏；感情；勇气；心形；要点 vt. 鼓励；铭记 vi. 结心 n.(Heart)人名；(英)哈特
- 143 **help** 1 [help] vt. 帮助；促进；治疗；补救 n. 帮助；补救办法；帮忙者；有益的东西 vi. 帮助；有用；招待 n.(Help)人名；(芬)海尔普
- 144 **helped** 1 [help] v. 帮助；有助于；促进；擅自拿取；（不）能防止或避免某事物 n. 帮助；援助；帮手；佣人；仆人 int. 救命！
- 145 **helpful** 1 [ˈhelpfʊl] adj. 有帮助的；有益的
- 146 **helps** 2 [ˈhelps] v. 帮助；有助于；促进（动词help的第三人称单数形式）
- 147 **her** 2 pron. 她（she的宾格）；她的（she的所有格）；她（指某个国家；一艘船） n.（法）埃尔（人名）
- 148 **here** 1 [hiə] adv. 在这里；此时 int. 嘿！；喂！ n. 这里 n.(Here)人名；(罗)赫尔施
- 149 **high** 1 [haɪ] adj. 高的；高级的；崇高的；高音调的 n. 高水平；天空；由麻醉品引起的快感；高压地带 adv. 高；奢侈地 n.(High)人名；(英)海伊
- 150 **Hills** 1 n. 希尔思（猫粮品牌）
- 151 **him** 1 [hɪm, 弱ɪm] pron. 他（宾格） n.(Him)人名；(东南亚国家华语)欣；(柬)亨；(中)谦(广东话·威妥玛)
- 152 **hours** 1 n. 小时（hour的复数形式） n.(Hours)人名；(法)乌尔
- 153 **how** 1 [haʊ] adv. 如何；多少；多么 n. 方法；方式 conj. 如何 n.(How)人名；(英)豪
- 154 **if** 1 [ɪf] conj.（表条件）如果；即使；是否；（表假设）假如 n. 条件；设想
- 155 **impact** 2 n. 影响；效果；碰撞；冲击力 vt. 挤入，压紧；撞击；对...产生影响 vi. 影响；撞击；冲突；压紧（on, upon, with）
- 156 **important** 2 [ɪmˈpɔːtənt] adj. 重要的，重大的；有地位的；有权力的
- 157 **improve** 1 [ɪmˈpruːv] vt. 改善，增进；提高...的价值 vi. 增加；变得更好
- 158 **improves** 1 [ɪmˈpruːv] vt. 改善；改进；提高 vi. 变得更好；改进
- 159 **in** 12 [ɪn] prep. 按照（表示方式）；从事于；在...之内 adv. 进入；当选；（服装等）时髦；在屋里 adj. 在里面的；时髦的 n. 执政者；门路；知情者 n.(In)人名；(中)演(广东话·威妥玛)；(柬)殷(用于名字第一节)，因；(日)寅(名)
- 160 **include** 1 [ɪnˈkluːd] vt. 包含，包括
- 161 **including** 1 [ɪnˈkluːdɪŋ] prep. 包含，包括
- 162 **increase** 1 [ɪnˈkriːs, ˈɪnkriːs] n. 增加，增长；提高 vi. 增加，增大；繁殖 vt. 增加，加大 n.(Increase)人名；(英)英克里斯
- 163 **injury** 1 [ˈɪndʒəri] n. 伤害，损害；受伤处
- 164 **intensity** 2 [ɪnˈtensəti] n. 强度；强烈；[电子]亮度；紧张
- 165 **into** 1 [ɪntuː, -tu, -tə] prep. 到...里；深入...之中；成为...状况；进入到...之内 n.(Into)人名；(芬、英)因托
- 166 **inviting** 1 [ɪnˈvaɪtɪŋ] adj. 诱人的；有魅力的 v. 邀请（invite的ing形式）
- 167 **involving** 1 [ɪnˈvɒlvɪŋ] adj. 包括的 动词involve的现在分词.
- 168 **is** 15 [ɪz, z, s] v. 是（be的三单形式） n. 存在
- 169 **it** 9 [ɪt] pron. [指无生命的东西、动物、植物]它；这；那 pron. 指已提到或将提及的事物、活动、经验、抽象观念等 pron. 在不分性别或情况不详时指代 pron. 作无人称动词的主语，表示天气、时日、距离、状态、温度等等 abbr. 信息技术 informationtechnology
- 170 **its** 1 [ɪts] pron. 它的 n.(Its)人名；(俄)伊茨
- 171 **James** 1 [dʒeɪmz] n. 詹姆斯（姓氏，男子名）；《雅各书》

- 172 **janet** 1 [ˈdʒænit] abbr.联合科研网 (jointacademicnetwork)
- 173 **japan** 1 [dʒəˈpæn] n.漆器; 日本亮漆 vt.在...上涂漆
- 174 **joined** 1 [dʒɔɪnd] 动词join的过去式和过去分词形式
- 175 **joining** 1 [ˈdʒɔɪniŋ] n.连接; 接缝; 连接物
- 176 **joint** 1 [dʒɔɪnt] n.关节; 接缝; 接合处, 接合点; (牛, 羊等的腿)大块肉 adj.共同的; 连接的; 联合的, 合办的 vt.连接, 贴合; 接合; 使有接头 vi.贴合; 生节 n.(Joint)人名; (法)茹安
- 177 **joints** 1 [dʒɔɪnt] adj.联合的; 共同的; 连带的; 合资的 n.关节; 接头; 接合处; 接缝; 夜总会 v.贴合; 连接
- 178 **Joye** 1 茹瓦 (音译名)
- 179 **jr** 2 abbr. (父子同名时; 用于儿子姓名后)小(=Junior) abbr. 杂志; 期刊(=Journal)
- 180 **julie** 1 [dʒuːli] n.朱莉 (女子名)
- 181 **just** 1 [dʒʌst] adv.只是, 仅仅; 刚才, 刚刚; 正好, 恰好; 实在; 刚要 adj.公正的, 合理的; 正直的, 正义的; 正确的; 公平的; 应得的 n.(Just)人名; (英)贾斯特; (法)朱斯特; (德、匈、波、捷、挪)尤斯特; (西)胡斯特
- 182 **keep** 1 [ki:p] vt.保持; 经营; 遵守; 饲养 vi.保持; 继续不断 n.保持; 生计; 生活费 n.(Keep)人名; (英)基普
- 183 **keeping** 1 [ˈki:piŋ] n.保管; 一致; 协调; 遵守 v.保持; 遵守 (keep的ing形式)
- 184 **Kentucky** 1 [kenˈtʌki; kən-] n.肯塔基州
- 185 **kinds** 1 [kændz] n.种类 名词kind的复数形式.
- 186 **knows** 1 英[nəʊ]美[noo] v.了解; 知道; 认识 n.知情
- 187 **Kohn** 1 n.(Kohn)人名; (德、英、法、罗、葡、瑞典、捷)科恩
- 188 **large** 1 [lɑ:dʒ] adj.大的; 多数的; 广博的 adv.大大地; 夸大地 n.大 n.(Large)人名; (英)拉奇; (法)拉尔热
- 189 **last** 1 [lɑ:st, læst] n.末尾, 最后; 上个; 鞋楦 (做鞋的模型) adj.最后的; 最近的, 最新的; 仅剩的; 最不可能...的 vi.持续; 维持, 够用; 持久 vt.度过, 拖过; 使维持 adv.最后地; 上次, 最近; 最后一点 n.(Last)人名; (英、德、葡、罗、瑞典)拉斯特
- 190 **launched** 1 [lɔ:ntʃ] v.发起; 推出 (新产品); 发射; 使(船)下水 n.发射; 产品推介
- 191 **Laura** 1 [ˈlɔ:rə] n.劳拉 (女子名)
- 192 **learning** 1 [ˈlɜ:nɪŋ] n.学习; 学问 v.学习 (learn的现在分词)
- 193 **least** 2 [li:st] adj.最小的; 最少的 (little的最高级) adv.最小; 最少 n.最小; 最少
- 194 **less** 1 [les] adv.较少地; 较小地; 更小地 adj.较少的; 较小的 prep.减去 n.较少; 较小 n.(Less)人名; (德、意、匈、芬)莱斯
- 195 **lets** 1 abbr.地方交易系统 (LocalExchangeTradingSystem)
- 196 **level** 1 [ˈleɪvəl] n.水平; 标准; 水平面 adj.水平的; 平坦的; 同高的 vi.瞄准; 拉平; 变得平坦 vt.使同等; 对准; 弄平 n.(Level)人名; (法)勒韦尔
- 197 **levels** 1 [ˈleɪvəlz] n.层次 名词level的复数形式. 动词level的第三人称单数形式.
- 198 **life** 1 [laɪf] n.生活, 生存; 寿命
- 199 **like** 1 [laɪk] vt.喜欢; 想; 愿意 vi.喜欢; 希望 prep.像; 如同 adj.同样的; 相似的 n.爱好; 同样的人或物 adv.可能 conj.好像
- 200 **long** 1 n.长时间; [语]长音节; (服装的)长尺寸; 长裤 adj.长的; 过长的; 做多头的; 长时间的; 冗长的, 长音 vi.渴望; 热望 adv.长期地; 始终 n. (英、法、德、瑞典)朗 (人名); (柬)隆 (人名)
- 201 **lose** 1 [lu:z] vt.浪费; 使沉溺于; 使迷路; 遗失; 错过 vi.失败; 受损失 n.(Lose)人名; (英)洛斯; (德)洛泽
- 202 **Louisville** 2 [ˈlu:ɪvɪl] n.路易斯维尔 (美国肯塔基州城市)
- 203 **low** 1 [ləʊ] adj.低的, 浅的; 卑贱的; 粗俗的; 消沉的 adv.低声地; 谦卑地, 低下地 n.低; 低价; 低点; 牛叫声 vi.牛叫 n.(Low)人名; (英、德)洛
- 204 **lowers** 1 英[ˈləʊə]美[ˈloʊə] n.皱眉; 不悦 名词lower的复数形式.
- 205 **lungs** 1 [ˈlʌŋz] n.肺 lung的复数.
- 206 **machine** 1 [məˈʃi:n] n.机械, 机器; 机构; 机械般工作的人 vt.用机器制造 n.(Machine)人名; (意)马基内
- 207 **malls** 1 [mɔ:l] n.大槌 v.打伤; 虐待; 粗暴对待; 猛烈抨击
- 208 **many** 4 [ˈmeni] pron.许多; 许多人 adj.许多的 n.(Many)人名; (法)马尼
- 209 **march** 1 vi. (坚定地)向某地)前进; 行军, 进军; 游行示威; 进展, 进行 vt.使前进; 使行军 n.行进, 前进; 行军; 游行示威; 进行曲
- 210 **mario** 2 [ˈmæriəʊ; ˈmɑ:-] n.马里奥 (男子名)
- 211 **marketing** 1 [ˈmɑ:kɪtɪŋ] n.行销, 销售 v.出售; 在市场上进行交易; 使...上市 (market的ing形式)
- 212 **mass** 1 n.块, 团; 群众, 民众; 大量, 众多; 质量 adj.群众的, 民众的; 大规模的, 集中的 vi.聚集起来, 聚集 vt.使集合
- 213 **Massachusetts** 1 [ˌmæsəˈtʃu:sɪts] n.马萨诸塞州 (美国)
- 214 **me** 2 [mi:, 弱mi] pron.我 (宾格) n.自我; 极端自私的人; 自我的一部分 n.(Me)人名; (日)马(姓); (朝)袂; (阿拉伯、柬、老)梅

- 215 **meal** 1 [mi:l] n.一餐, 一顿饭; 膳食 vi.进餐
- 216 **medical** 1 [ˈmedɪkəl] adj.医学的; 药的; 内科的 n.医生; 体格检查
- 217 **medicine** 1 [ˈmedɪsɪn] n.药; 医学; 内科; 巫术 vt.用药物治疗; 给...用药
- 218 **meet** 1 [mi:t] vt.满足; 遇见; 对付 vi.相遇; 接触 n.集会 adj.合适的; 适宜的 n.(Meet)人名; (英)米特
- 219 **meeting** 1 [ˈmi:tɪŋ] n.会议; 会见; 集会; 汇合点 v.会面; 会合 (meet的ing形式)
- 220 **Members** 1 [ˈmembəz] n.成员; 会员; 四肢; 构件 名词member的复数形式.
- 221 **membership** 1 n.资格; 成员资格; 会员身份
- 222 **mental** 1 [ˈmentəl] adj.精神的; 脑力的; 疯的 n.精神病患者
- 223 **Minnesota** 1 [ˌmɪnɪˈsɔ:tə] n.明尼苏达州 (美国中北部洲)
- 224 **minutes** 4 [ˈmɪnɪts] n.分钟; 会议记录 名词minute的复数形式.
- 225 **moderate** 3 [ˈmɒdəreɪt, ˈmɒdərət] adj.稳健的, 温和的; 适度的, 中等的; 有节制的 vi.变缓和, 变弱 vt.节制; 减轻
- 226 **more** 1 [mɔ:] adv.更多; 此外; 更大程度地 adj.更多的; 附加的 pron.更多的数量 n.更多 n.(More)人名; (英、法)莫尔; (意、西、以)莫雷
- 227 **morning** 1 [ˈmɔ:niŋ] n.早晨; 黎明; 初期
- 228 **move** 1 n.移动; 步骤; 迁居; 策略 vi.移动; 搬家, 迁移; 离开 vt.移动; 感动
- 229 **moving** 1 [ˈmu:vɪŋ] adj.移动的; 动人的; 活动的 v.移动 (move的ing形式)
- 230 **much** 1 [mʌtʃ] adv.非常, 很 adj.大量的 n.许多, 大量 pron.许多, 大量 n.(Much)人名; (德)穆赫; (英)马奇
- 231 **muscle** 1 [ˈmʌsl] n.肌肉; 力量 vt.加强; 使劲搬动; 使劲挤出 vi.使劲行进
- 232 **my** 1 [maɪ, 弱mi] pron.我的 int.哎呀 (表示惊奇等); 喔唷 n.(My)人名; (越)美; (老、柬)米
- 233 **name** 1 n.名称, 名字; 姓名; 名誉 vt.命名, 任命; 指定; 称呼; 提名; 叫出 adj.姓名的; 据以取名的 n.(Name)人名; (日)滑(姓); (英)内姆
- 234 **nation** 1 [ˈneɪʃən] n.国家; 民族; 国民 n.(Nation)人名; (英)内申
- 235 **need** 3 [ni:d] n.需要, 要求; 缺乏; 必要之物 vt.需要 vi.需要
- 236 **new** 1 [nju:, nu:] adj.新的, 新鲜的; 更新的; 初见的 adv.新近 n.(New)人名; (英)纽
- 237 **Norton** 2 [ˈnɔ:tən] n.诺顿 (男子名); 诺顿公司 (美国一软件公司)
- 238 **not** 6 adv.表示否定, 不 n.“非” (计算机中逻辑运算的一种)
- 239 **note** 1 [nəʊt] n.笔记; 音符; 票据; 注解; 纸币; 便笺; 照会; 调子 vt.注意; 记录; 注解 n.(Note)人名; (英)诺特
- 240 **noted** 1 [ˈnəʊtɪd] adj.著名的; 显著的; 附有乐谱的 v.注意; 记下 (note的过去式和过去分词)
- 241 **now** 1 [naʊ] adv.现在; 如今; 立刻 adj.现在的 n.现在; 目前 conj.由于; 既然
- 242 **number** 1 [ˈnʌmbə] n.数; (杂志等的)期; 号码; 数字; 算术 vi.计入; 总数达到 vt.编号; 计入; 数...的数目; 使为数有限
- 243 **obsessed** 1 [əbˈsest] adj.着迷的; 无法摆脱的 v.着迷 (obsess的过去式); 纠缠
- 244 **October** 1 [ˌɒkˈtəʊbə] n.[天]十月
- 245 **of** 9 [ɒv, əv, v, f] prep.关于; 属于; ...的; 由...组成的
- 246 **officer** 1 [ˈɒfɪsə, ˈɔ:-] n.军官, 警官; 公务员, 政府官员; 船长 vt.指挥 n.(Officer)人名; (英)奥菲瑟
- 247 **officially** 1 [əˈfɪʃəli] adv.正式地; 官方地; 作为公务员
- 248 **old** 3 [əʊld] adj.陈旧的, 古老的; 年老的 n.古时 n.(Old)人名; (英)奥尔德
- 249 **On** 3 [ɒn, ɔ:n, ən, n] adv.向前地; 作用中, 行动中; 继续着 prep.向, 朝.....; 关于; 在.....之上; 在.....时候 adj.开着的; 发生着的, 正在进行中 n.(On)人名; (日)温(姓、名); (缅、柬、印)翁
- 250 **one** 3 [wʌn] pron.一个人; 任何人 adj.一的; 唯一的 n.一 num.一; 一个 n.(One)人名; (老)温
- 251 **only** 2 [əʊnli] adv.只, 仅仅; 不料 adj.唯一的, 仅有的; 最合适的 conj.但是; 不过; 可是
- 252 **opens** 1 英 [ˈəʊpənz] 美 [ˈoʊpənz] v.打开 动词open的第三人称单数形式.
- 253 **operation** 1 [ˌɒpəˈreɪʃən] n.操作; 经营; [外科]手术; [数][计]运算
- 254 **or** 11 conj.或, 或者; 还是; 要不然 n.(Or)人名; (中)柯(广东话·威妥玛); (柬)奥; (土、匈、土库、阿塞、瑞典)奥尔
- 255 **other** 3 [ˈʌðə] adj.其他的, 另外的 pron.另外一个
- 256 **others** 1 pron.其他人
- 257 **our** 1 [aʊə, ɑ:] pron.我们的
- 258 **overall** 1 [ˌəʊvəˌrɔ:l, ˌəʊvəˈrɔ:l] adj.全部的; 全体的; 一切在内的 adv.全部地; 总的说来 n.工装裤; 罩衫
- 259 **own** 1 [aʊn] vt.拥有; 承认 vi.承认 adj.自己的; 特有的 n.自己的 n.(Own)人名; (阿拉伯)奥恩

- 260 **pain** 2 [peɪn] n.疼痛; 努力 vt.使...痛苦; 使...烦恼 vi.感到疼痛; 引起疼痛 n.(Pain)人名; (意)烦恼; (俄)派因; (法)潘; (英)佩因
- 261 **path** 1 [pɑːθ, pæθ] n.道路; 小路; 轨道
- 262 **people** 5 [piːpl] n.人; 人类; 民族; 公民 vt.居住于; 使住满人
- 263 **per** 1 [强pəː, 弱pə] prep.每; 经; 按照; 每一 n.(Per)人名; (德、挪、丹、瑞典)佩尔
- 264 **personal** 1 [ˈpɜːsnəl] adj.个人的; 身体的; 亲自的 n.人事消息栏; 人称代名词
- 265 **physical** 2 adj.[物]物理的; 身体的; 物质的; 根据自然规律的, 符合自然法则的 n.体格检查
- 266 **physically** 1 [ˈfɪzɪkli] adv.身体上, 身体上地
- 267 **physician** 1 [fɪˈziʃən] n.[医]医师; 内科医师
- 268 **place** 1 [pleɪs] n.地方; 住所; 座位 vt.放置; 任命; 寄予 vi.名列前茅; 取得名次 n.(Place)人名; (罗)普拉切; (法)普拉斯; (英)普莱斯
- 269 **policy** 1 [ˈpɒlɪsi] n.政策, 方针; 保险单
- 270 **post** 1 [pəʊst] n.岗位; 邮件; 标杆 vt.张贴; 公布; 邮递; 布置 vi.快速行进 n.(Post)人名; (英、西、捷、瑞典、荷)波斯特
- 271 **press** 1 [pres] vt.压; 按; 逼迫; 紧抱 vi.压; 逼; 重压 n.压; 按; 新闻; 出版社; [印刷]印刷机 n.(Press)人名; (英、德、俄、西、瑞典)普雷斯
- 272 **pressure** 2 [ˈpreʃə] n.压力; 压迫, [物]压强 vt.迫使; 密封; 使.....增压
- 273 **prevent** 1 [prɪˈvent, priː-] vt.预防, 防止; 阻止 vi.妨碍, 阻止
- 274 **program** 1 [ˈprɒɡræm, -grəm] n.程序; 计划; 大纲 vt.用程序指令; 为...制订计划; 为...安排节目 vi.编程序; 安排节目; 设计电脑程式
- 275 **provide** 1 [prəˈvaɪd] vt.提供; 规定; 准备; 装备 vi.规定; 抚养; 作准备
- 276 **puts** 1 [pʊts] n. C语言的字符串输出语句
- 277 **rainy** 1 [ˈreɪni] adj.下雨的; 多雨的 n.(Rainy)人名; (英)雷尼
- 278 **rapp** 1 abbr.航空挂号邮包 (Registered Air Parcel Post)
- 279 **recently** 1 [ˈriːsəntli] adv.最近; 新近
- 280 **recommend** 1 [ˌrekəˈmend] vt.推荐, 介绍; 劝告; 使受欢迎; 托付 vi.推荐; 建议
- 281 **recommended** 1 [ˌrekəˈmendɪd] adj. 被推荐的 动词recommend的过去式和过去分词.
- 282 **recommends** 1 [ˌrekəˈmend] vt. 推荐; 建议; 劝告; 使受欢迎; 使可取
- 283 **recover** 1 [rɪˈkʌvə] vt.恢复; 弥补; 重新获得 vi.恢复; 胜诉; 重新得球 n.还原至预备姿势 n.(Recover)人名; (西)雷科韦尔
- 284 **registered** 1 [ˈredʒɪstəd] adj.注册的; 记名的; 登记过的; (家畜等)附有血统证明的
- 285 **relatively** 1 [rɪˈlætvɪli] adv.相当地; 相对地, 比较地
- 286 **reported** 1 [rɪˈpɔːtɪd] adj.报告的; 据报道的 v.报道 (report的过去分词); 报告; 记录
- 287 **resistance** 2 [rɪˈzɪstəns] n.阻力; 电阻; 抵抗; 反抗; 抵抗力
- 288 **retiree** 1 [rɪˈtaɪəˈriː] n. (美) 退休人员; 歇业者
- 289 **risk** 1 [rɪsk] n.风险; 危险; 冒险 vt.冒...的危险 n.(Risk)人名; (英、阿拉伯)里斯克
- 290 **ritter** 2 [ˈrɪtə] n.骑士 n.(Ritter)人名; (英)里特; (西、俄、德、法、匈、捷)里特尔
- 291 **room** 1 n.房间; 空间; 余地; 机会; 房间里所有的人 vt.为...提供住处; 租房, 合住; 投宿, 住宿; 留...住宿 vi.居住; 住宿 n. (英)鲁姆(人名); (俄)罗姆(人名)
- 292 **runs** 1 [rʌnz] n. 腹泻 名词run的复数形式; 动词run的第三人称单数.
- 293 **said** 9 adj.上述的, 该 v.说 (say的过去式和过去分词) n.(Said)人名; (西、塞、哈萨克、乌兹、吉尔、塔吉、土库、阿塞、阿拉伯)赛义德
- 294 **sarah** 1 [ˈsærə] n.莎拉(女子名); 萨拉(《圣经》中的人物)
- 295 **say** 3 [seɪ] vt.讲; 说明; 例如; 声称; 假设; 指明 vi.讲; 表示; 念; 假定; 背诵 n.(Say)人名; (土)萨伊; (法、老、柬)赛; (英)塞伊; (匈、罗)绍伊
- 296 **says** 1 [sez] v.说(第三人称单数)
- 297 **schmied** 1 施米德
- 298 **science** 1 [ˈsaɪəns] n.科学; 技术; 学科; 理科 n.(Science)人名; (英)赛恩斯
- 299 **seasoned** 1 [ˈsiːzənd] adj.经验丰富的; 老练的; 调过味的
- 300 **setting** 1 [ˈsetɪŋ] n.环境; 安装; 布置; [天]沉落 v.放置; 沉没; 使...处于某位置 (set的ing形式)
- 301 **she** 4 [ʃiː] pron.她(主格); 它(用来指雌性动物或国家、船舶、地球、月亮等) n.女人; 雌性动物 n.(She)人名; (中)余(普通话·威妥玛)
- 302 **should** 1 [ʃud, 弱ʃəd, ʃd] aux.应该; 就; 可能; 将要

- 303 **show** 1 [ʃəʊ] vt.显示; 说明; 演出; 展出 vi.显示; 说明; 指示 n.显示; 表演; 炫耀 n.(Show)人名; (中)邵(普通话·威妥玛); (英)肖
- 304 **since** 1 [sɪns] conj.因为; 由于; 既然; 自...以来; 自...以后 prep.自...以来; 自...以后 adv.后来
- 305 **sing** 1 vi.唱歌; 歌颂; 鸣叫; 呼号 vt.唱; 用诗赞颂; 唱着使 n.演唱; 鸣声; 呼啸声 n.(Sing)人名; (老·德·泰)辛
- 306 **sleep** 1 [sli:p] vi.睡, 睡觉 n.睡眠 n.(Sleep)人名; (英)斯利普
- 307 **snowy** 1 [ˈsnəʊi] adj.下雪的, 多雪的; 被雪覆盖的; 洁白无瑕的
- 308 **so** 1 [səʊ, 弱sə] adv.如此, 这么; 确是如此 conj.所以; 因此 pron.这样 n.(So)人名; (柬)索
- 309 **some** 3 adj.一些; 某个; 大约; 相当多的 pron.一些; 若干; 其中的一部分; (数量不确切时用)有些人 adv.非常; 相当; <美>稍微
- 310 **something** 1 [ˈsʌmθɪŋ] pron.某事; 某物 n.重要的人; 值得重视的事 adv.非常; 有点; 大约 adj.大约; 有点象
- 311 **space** 1 [speɪs] n.空间; 太空; 距离 vi.留间隔 vt.隔开
- 312 **speed** 1 [spi:d] vi.超速, 加速; 加速, 迅速前行; 兴隆 n.速度, 速率; 迅速, 快速; 昌盛, 繁荣 vt.加快...的速度; 使成功, 使繁荣 n.(Speed)人名; (英)斯皮德
- 313 **sports** 1 n.运动; 运动会 (sport的复数); (报纸)体育版面; 突变; 娱乐 adj.运动的; 适用于运动的 v.娱乐; 戏弄 (sport的第三人称单数)
- 314 **started** 1 [s'tɑ:tɪd] v. 出发, 启动, 开始 (动词start的过去式和过去分词)
- 315 **starts** 1 [s'tɑ:tɪz] v. 开始; 启动; 开创 (start的第三人称单数形式) n. 开始; 开创 (名词start的复数形式)
- 316 **state** 1 [steɪt] n.国家; 州; 情形 vt.规定; 声明; 陈述 adj.国家的; 州的; 正式的 n.(State)人名; (罗·瑞典)斯塔特; (英)斯泰特
- 317 **staying** 1 英[ˈsteɪm]美[ˈstem] n. 拉线(撑; 刚性结合); 停留 动词stay的现在式和现在分词形式.
- 318 **step** 1 [step] n.步, 脚步; 步骤; 步伐; 梯级 vi.踏, 踩; 走 vt.走, 迈步
- 319 **steps** 2 n. 太阳热离子电源系统 (=Solar Thermionic Electrical Power System); 台阶, 步骤 (名词step的复数形式)
- 320 **still** 1 [stɪl] adv.仍然; 更; 静止地 adj.静止的, 不动的; 寂静的, 平静的; 不起泡的 n.寂静; 剧照; 蒸馏室 conj.仍然; 但是; 尽管如此 vt.蒸馏; 使...静止; 使...平静下来 vi.静止; 平静; 蒸馏 n.(Still)人名; (英·芬·瑞典)斯蒂尔; (德)施蒂尔
- 321 **stopping** 1 [ˈstɒpɪŋ] n.停止; 制止; 堵塞物 v.停止; 妨碍 (stop的ing形式)
- 322 **story** 2 [ˈstɔ:ri] n.故事; 小说; 新闻报道; 来历; 假话 vt.用历史故事画装饰 vi.说谎 n.(Story)人名; (英)斯托里
- 323 **strength** 1 [streŋθ, streŋkθ] n.力量; 力气; 兵力; 长处
- 324 **strengthening** 1 [ˈstreŋθənɪŋ] n. 加固 动词strengthen的现在分词.
- 325 **stretching** 1 [ˈstretʃɪŋ] n. 拉伸 动词stretch的现在分词形式.
- 326 **sugar** 1 [ˈʃʊgə] n.糖; 食糖; 甜言蜜语 vt.加糖于; 粉饰 vi.形成糖 n.(Sugar)人名; (英)依格
- 327 **suggests** 1 [səˈdʒest] vt. 建议; 暗示; 使想起; 表明; 要求
- 328 **Sunday** 1 [ˈsʌndeɪ] n.星期日; 礼拜日
- 329 **support** 1 [səˈpɔ:t] vt.支持, 支撑, 支援; 扶持, 帮助; 赡养, 供养 n.支持, 维持; 支援, 供养; 支持者, 支撑物
- 330 **surface** 1 [ˈsʌ:fɪs] n.表面; 表层; 外观 adj.表面的, 肤浅的 vi.浮出水面 vt.使浮出水面; 使成平面 n.(Surface)人名; (英)瑟菲斯
- 331 **surgeon** 1 [ˈsɜ:dʒən] n.外科医生 n.(Surgeon)人名; (法)叙尔容
- 332 **talk** 1 [tɔ:k] vt.说; 谈话; 讨论 vi.谈话; 说闲话 n.谈话; 演讲; 空谈
- 333 **teaches** 1 [ˈti:tʃɪz] v. 教; 教导; 教授; 教训 (动词teach的第三人称单数形式)
- 334 **than** 2 [ðæn, 弱ðən, ðn] conj.比 (用于形容词、副词的比较级之后); 除...外 (用于other等之后); 与其... (用于rather等之后); 一...就 (用于nosooner等之后) prep.比; 超过 n.(Than)人名; (老·柬·德)坦; (缅)丹
- 335 **that** 15 [ðæt, 弱ðət, ðt] pron.那; 那个 adv.那么; 那样 conj.因为; 以至于 adj.那; 那个 n.(That)人名; (德)塔特
- 336 **the** 23 [ði/ðe] art.这; 那 adv.更加 (用于比较级, 最高级前)
- 337 **then** 2 adv.然后; 那么; 于是; 当时; 此外 n.(Then)人名; (德)特恩
- 338 **these** 1 [ði:z] pron.这些 adj.这些的
- 339 **they** 4 [ðei, 弱ðe] pron.他们; 它们; 她们
- 340 **things** 1 [θɪŋz] n.事物 (thing的复数形式); 用品; 形势
- 341 **this** 5 [ðɪs, 弱ðes] pron.这; 这个; 这里 adj.这; 本; 这个; 今 adv.这样地; 这么 n.(This)人名; (法)蒂斯
- 342 **three** 1 [θri:] n.三, 三个 num.三 adj.三的, 三个的
- 343 **through** 2 [θru:] prep.通过; 穿过; 凭借 adv.彻底; 从头至尾 adj.直达的; 过境的; 完结的
- 344 **time** 2 [taɪm] n.时间; 时代; 次数; 节拍; 倍数 vt.计时; 测定...的时间; 安排...的速度 adj.定时的; 定期的; 分期的 n.(Time)人名; (俄)季梅; (英)泰姆; (罗)蒂梅
- 345 **times** 1 [taɪmz] prep.乘以 v.使...相乘 (time的第三人称单数) n.时代 (time的复数); [数]次数

- 346 **to** 12 [强 tu; 弱 tu, 辅音前弱tə,t] adv.向前; (门等)关上 prep.到; 向; (表示时间、方向)朝...方向 n.(To)人名; (东)多; (中)脱 (普通话·威妥玛)
- 347 **too** 1 [tu:] adv.太; 也; 很; 还; 非常; 过度
- 348 **toward** 1 [英 [təʊd, təʊd, tə'wɔ:d] 美 [tɔrd, tɔrd, tə'wɔrd]] prep.向; 对于; 为了; 接近 adj.即将来到的, 进行中的 n.(Toward)人名; (英)特沃德
- 349 **trainer** 1 n.助理教练; 训练员; 驯马师; 飞行练习器; 运动鞋 n.(Trainer)人名; (英、德)特雷纳
- 350 **training** 2 ['treɪnɪŋ] n.训练; 培养; 瞄准; 整枝 v.训练; 教养 (train的ing形式)
- 351 **treadmill** 1 ['tredmɪl] n.踏车, 跑步机; 单调的工作
- 352 **treadmills** 1 n. 跑步机; 单调乏味的工作; 踏车 (treadmill的复数)
- 353 **triple** 1 ['trɪpl] adj.三倍的; 三方的 n.三倍数; 三个一组 vi.增至三倍 vt.使成三倍
- 354 **twice** 1 [twɑ:ɪs] adv.两次; 两倍
- 355 **two** 1 [tu:] n.两个 adj.两个的 num.二
- 356 **ungar** 1 n. 昂加尔
- 357 **university** 1 [ˌjuːnɪ'vɜ:sətɪ] n.大学; 综合性大学; 大学校舍
- 358 **up** 3 [ʌp] adv.起来; 上涨; 向上 prep.在...之上; 向...的较高处 adj.涨的; 起床的; 向上的 n.上升; 繁荣
- 359 **useful** 1 ['ju:sfʊl] adj.有用的, 有益的; 有帮助的
- 360 **user** 1 ['ju:zə] n.用户 n.使用者 n.(User)人名; (土)乌塞尔
- 361 **using** 1 n.使用; 利用 v.使用 (use的ing形式)
- 362 **vast** 2 [vɑ:st, væst] adj.广阔的; 巨大的; 大量的; 巨额的 n.浩瀚; 广阔无垠的空间 n.(Vast)人名; (法)瓦斯特
- 363 **VOA** 1 英 [ˌvi:əʊ'eɪ] 美 [oʊ] abbr. 美国之音 (=Voice of America).
- 364 **walk** 7 [wɔ:k] n.步行, 走; 散步 vt.散步; 走过 vi.走, 步行; 散步 n.(Walk)人名; (德、葡)瓦尔克; (英)沃克
- 365 **walked** 2 [wɔ:k] v. 步行; 陪...走; 散步; 偷走; 走过 n. 步行; 散步; 人行道
- 366 **walkers** 1 蜚蠊目
- 367 **walking** 19 ['wɔ:kɪŋ] n.步行; 散步 v.步行 (walk的ing形式) adj.步行的
- 368 **walks** 1 ['wɔ:ks] n. 脚步; 小路 名词walk的复数形式.
- 369 **want** 1 [wɒnt, wɔ:nt] vt.需要; 希望; 应该; 缺少 n.需要; 缺乏; 贫困; 必需品 vi.需要; 缺少
- 370 **waving** 1 [weɪvɪŋ] n.挥手; 起伏 adj.波浪状的 动词wave的现在分词.
- 371 **way** 3 [weɪ] n.方法; 道路; 方向; 行业; 习惯 adv.大大地; 远远地 adj.途中的 n.(Way)人名; (中)见Wei; (英、緬)韦
- 372 **we** 3 [wi:弱 wɪ] pron.我们(主格); 笔者, 本人(作者或演讲人使用); 朕, 寡人 n.(We)人名; (緬)韦
- 373 **weather** 1 ['weðə] n.天气; 气象; 气候; 处境 vt.经受住; 使风化; 侵蚀; 使受风吹雨打 vi.风化; 受侵蚀; 经受风雨 adj.露天的; 迎风的 n.(Weather)人名; (英)韦瑟
- 374 **week** 2 [wi:k] n.周, 星期
- 375 **weekly** 1 ['wi:kli] adj.每周的; 周刊的; 一周一次的 n.周刊 adv.每周一次; 逐周
- 376 **weight** 1 [weɪt] n.重量, 重力; 负担; 砝码; 重要性 vt.加重量于, 使变重 n.(Weight)人名; (英)韦特; (捷)魏格特
- 377 **weights** 1 [weɪts] n.[物]重量; [计量]砝码 (weight的复数) v.加重量于 (weight的第三人称单数形式)
- 378 **well** 1 [wel] adv.很好地; 充分地; 满意地; 适当地 adj.良好的; 健康的; 适宜的 n.井; 源泉 v.涌出 n.(Well)人名; (英、德、荷) 韦尔
- 379 **what** 3 [hwɒt, hwət, 弱hwɒt] pron.什么; 多么; 多少 adj.什么; 多么; 何等 adv.到什么程度, 在哪一方面 int.什么; 多么
- 380 **which** 1 [hwɪtʃ] pron.哪/那一个; 哪/那一些 adj.哪一个; 哪一些
- 381 **while** 2 [hwaɪl] conj.虽然; 然而; 当.....的时候 n.一会儿; 一段时间 vt.消磨; 轻松地度过
- 382 **who** 1 pron.谁; 什么人
- 383 **with** 10 [wɪð, wɪθ] prep.用; 随着; 支持; 和...在一起 n.(With)人名; (德、芬、丹、瑞典)维特
- 384 **without** 1 [wɪ'ðaʊt, -θaʊt] prep.没有; 超过; 在...外面 adv.户外; 在外面; 没有或不显示某事物 n.外部; 外面
- 385 **women** 1 ['wɪmɪn] n.女人 (woman的复数)
- 386 **words** 1 [wɔ:dz] n.[计]字 (word的复数); 话语; 言语 v.用言语表达 (word的三单形式)
- 387 **worker** 1 ['wɜ:kə] n.工人; 劳动者; 职蚁 n.(Worker)人名; (英)沃克
- 388 **year** 3 n.年; 年度; 历年; 年纪; 一年的期间; 某年级的学生
- 389 **years** 1 ['jɜ:z] n. 很久; 年, 年度 名词year的复数形式.
- 390 **yoga** 1 ['jəʊgə] n.瑜珈 (意为“结合”, 指修行); 瑜珈术; 联想可360°翻转的平板电脑

391 **York** 1 [jɔ:k] n.约克郡; 约克王朝

392 **you** 5 [ju:, 弱ju, jə] pron.你; 你们 n.(You)人名; (柬)尤; (东南亚国家华语)猷

393 **your** 1 [jɔ:, jə, 弱jə] pron.你的, 你们的

394 **zoo** 4 [zu:] n.动物园 n.(Zoo)人名; (朝)朱; (阿拉伯)祖

VOA慢速英语精听网 www.voase.cn