

24小时开放、专业课程、无人自助健身 家门口的健身房有面子也有里子

见习记者 申屠品君



早上10点,凌思远和往常一样来到了位于杭州西兴街道共联社区党群服务中心的百姓健身房。这家在今年4月份正式投入使用的健身房就在迎春小区内部,凭借几分钟就能到达的距离和丰富的健身项目,在开业之初就迅速吸引了大量周边居民参与其中。

结合社会力量,建设社区里的健身房

这家位于西兴街道共联社区党群服务中心三楼的百姓健身房,由社区和杭州乐刻网络技术有限公司合作设立,乐刻健身负责运营,24小时开放。依托于乐刻运动APP的开门码和线上课程,居民可实现无人自助学习锻炼,

即便深夜回家的上班族,也能满足每日锻炼需求。

“大学期间我就开始健身了,但因为工作原因,所以中间停过。”凌思远告诉记者,因为工作排班的关系,自己常在夜间上班,之前的健身房离得又比较远,所以每天健

身的习惯没能坚持下来。“百姓健身房建成之后,基本上可以每天都来,有时是下了班的夜晚,有时是早上,最主要的是健身房就在家附近,真的很方便。”

舞蹈课、瑜伽课、蹦床课……除了多样的健身设备,百姓健身

房还配有丰富的专业课程,居民可以通过手机确认每日课表,自行选择课程进行学习。凌思远说:“这边的课效果挺好,教练教得也很专业,结合每个人的实际情况提供指导意见,能让每个人都获得更好的健身效果。”

立足实际需求,服务更多人群

根据共联社区党委书记陈伟军介绍,百姓健身房建成之后很受年轻人和中年人的欢迎,每天来健身的人数大约保持在150人左右。“健身房开设的课程基本每天人数都会爆满,总的来说,周边居民对于健身的需求量还是挺大的。”陈伟军告诉记者,随着大家的带动,现在也有越来越多老年

人前来咨询健身事宜,现在,百姓健身房的影响力正在逐步辐射向更多的人群。

除此之外,百姓健身房还为居民们提供了一条沟通反馈通道。“社区在进行百姓健身房管理过程中,会经常与居民保持沟通。”陈伟军说,为了给大家提供更好的健身服务,健身房会根据

居民们的实际需求,就课程与教练进行沟通调整,器材方面的需求也会及时联系,视情况进行采购。“目前百姓健身房基本已经覆盖了居民的大部分健身需求。”

“除了百姓健身房,街道也会安排大家学习全面健身的课程,并定期召开运动会来丰富居民的健身生活。”陈伟军表示,随

着近几年生活品质的提升,居民们对健身的需求在逐步提高,街道和社区的有关工作也要及时跟进,和其他社区开展的运动会,便是一个社区间相互学习和交流借鉴的过程。“接下来街道将有序推广百姓健身房建设,让更多居民参与到这股全民健身的浪潮中来。”

(上接1版)

宁波的潘火体育公园为何能“火”?

据了解,目前宁波市区共有跨三江、跨铁路及高速大型桥梁桥下空间30多处。而桥下体育公园采取的是“以用代管”新模式,是社会效益与经济效益兼具的“新解法”。鄞州区行政执法局相关负责人王正一介绍,如果由政府投资改建场馆,资金总额较大,且运行、管理压力也不小。而通过公开招标的形式,确定建设、运营单位,不仅减轻了政府投资的压力,也极大激发了社会主体的积极性,最终则是造福更多市民。为激发市场主体的积极性,给予建设运营单位减免20年的租金。

“闲置的高架桥桥下地带,摇身一变成了备受周边居民好评和光顾的体育公园,这种模式值得点赞和大力推广。”宁波市体育局局长张霓表示,宁波将以潘火、福庆体育公园作为样本,积极开发一些城市闲置“边角料”,采用“因地制宜”、“一桥一策”的原则向更多的闲置空间发起挑战,切切实实增强宁波市民的体育获得感、幸福感。



日前,2020年桐乡市社会体育指导员技能大赛在石门镇举办,共12支代表队近300名运动员参加比赛和培训。本次比赛以“团结协作、节约高效”为原则,用创新的形式开展健康快乐、便民利民的文化体育技能项目,激发了群众参与体育运动的兴趣。

通讯员 黄羽然

郎平、薛明助阵颁奖典礼 一场全民运动会展现北仑运动风采

历时6个多月、40个比赛项目、165个代表团、2000余场赛事,10万余人次参与,宁波北仑区第八届全民运动会圆满落幕。日前,颁奖典礼在北仑博地影秀城举行。

颁奖典礼分为活力北仑、因运而生、成就热爱三个章节,共颁发未来之星、运动之星、贡献之星三个个人奖项和最佳体育风尚奖、最具项目锋芒奖、最优体育风采奖三个团体奖项。街舞、花式篮球、柔术、舞蹈等活力四射的节目穿插在每个章节内,现场氛围庄重而热烈,振奋而激昂。

作为“中国排球第一主场”,此次盛典自然少不了排球元素,中国女排原副攻手薛明作为盛典

的“神秘嘉宾”出现在主持台上,为整台典礼增添一份靓丽的色彩。而不久前刚刚与中国女排续约主教练之位的郎平通过视频向此次典礼表达了祝福。

郎平在视频中说:“中国女排历次在北仑吹响集结号并迈向胜利,这里是中国女排的福地,北仑人民也是中国女排的娘家人。每次来北仑都能真切感受到北仑浓厚的体育氛围,这次获悉北仑第八届全民运动会圆满成功,借此祝福北仑体育事业发展越来越好,也愿现场的朋友们多热爱体育,多参与运动,一如既往地支持中国女排,活力北仑,因运而生。”

除了颁发各个奖项,颁奖典礼

礼上还发布了《北仑区青年健康发展大数据分析发布》报告。该报告通过大数据手段,对北仑青年健康状况进行多维度分析,实施指数编制与量度,形成全国首创区县级青年健康发展大数据分析报告。

本届区运会以“活力北仑,因运而生”为主题,以“增进健康,增强交流,促进发展”为原则,以公平、共享、亲民为风尚,倡导全民健身,全民参与,全民健康。老年部风采不减,大众体育部活力四射,青少年部朝气蓬勃,一场全民运动会充分展现了北仑浓郁的全民健身氛围和青年北仑运动之城的良好城市形象。

(通讯员 郑亮)