

一天一元钱,还有专业教练指导,这样的健身房你心动了吗? 拱墅首家“百姓健身房”开门迎客

本报记者 易龙吟

晚上7点过后,家住杭州市拱墅区蓝孔雀小区的周梦鸽就来到楼下的健身房开始锻炼,年初刚生完孩子的她希望能够通过运动尽快恢复产前体重,但家里的孩子还需要时间照顾,所以楼下的健身房正好契合了她的需求。

祥符街道党群服务中心(春雀街90号)三楼文体中心,350平米的健身房内按照功能划分了有氧练习区、力量练习区、操舞房、乒乓球室、室外休闲区等区域,还有跑步机、椭圆机、立式健身车、动感单车等各类健身器械合理分布在健身房的各个区域,将近50台。如果觉得器械练习太枯燥,还有各类的操课、瑜伽课等可以选。这样的健身房,一天只需要一块钱,且二十多种课程都是免费或者低收费向市民开放。

这家位于拱墅区祥符街道的健身房是拱墅区的率先试点,是2020年浙江省十方面民生实事之一。记者了解到,这样的“百姓健身房”拱墅区今年准备至少兴建7个,未来,争取在每个街道都建立这样的“百姓健身房”。

百姓健身房从选址之初,街道就进行了大量的调研、走访,祥符街道的相关负责人告诉记者,蓝孔雀社区常住人口5700多人,其中老年人口只有几百人,因此健身房成为集中的需求。

除了硬件上配置齐全外,这个百姓健身房还在服务上做文章。健身房配备了专业的后勤队伍和专业的运动爱心师资团队,对器械进行日常维护,并引入专业的第三方社会组织,对场馆进行运营,开展丰富

多样的健身活动及课程。经过专业人士的合理规划和指导,辖区百姓可进行更加科学的锻炼,除了法定节假日外,每天都有运营人员对场馆进行打扫,已储备专业一级、二级运动员、教练员超过50位,开展丰富多彩的公益、微公益运动课程。

拱墅区文广旅体局副局长张艺表示:“百姓健身房就是为了让普通群众能用低廉的价格享受高质量的健身设施和健身服务。虽然在选址上遇到了一些难题,但是各个街道的积极性都非常高。”年内,拱墅区还将有一批“百姓健身房”投入使用。可以肯定的是,这些健身房都会坚持公益特色,一年支付365元即可享受全年专业健身服务。张艺说:“要让辖区居民想进来、能进来、经常来。”



短讯

@衢州

本报讯 日前,衢州市健身气功协会走进衢州市消防救援支队教授官兵学练八段锦。在消防支队的场地上,按照防疫要求,对消防救援官兵进行了8个课时的培训。到场接受教学的50余名消防救援官兵基本学会了健身气功八段锦功法。

(通讯员 姚严实)

@苍南

本报讯 日前,苍南县体育中心整合现有设施,结合苍南县旅体元素,新铺设了一条全长约800米,宽2.8米的“风雨步道”,24小时免费开放。

(通讯员 黄小敏)

@常山

本报讯 日前,常山县文广旅体局邀请浙一医院跑步爱好者体验慢城美景。据悉,这是回赠一线医疗工作者的文旅“大礼包”。

(通讯员 方磊)

@缙云

本报讯 日前,缙云县领导带队赴绍兴、宁波等地学习考察体育场馆建设、运营工作。目前,缙云县群众健身需求日益强烈,但体育场地设施相对匮乏,此次考察学习对缙云县全民健身中心的规划建设具有重要指导意义。

(通讯员 肖冬丽)

遗失声明

杭州滨江餐饮管理有限公司不慎将公章遗失,公司税号:91330104577338321L。特此声明作废。

2020年4月21日



放飞春天

日前,建德市新安江街道罗桐社区20多位居民在江滨公园一边观赏两岸青山绿水,一边放飞手中的风筝。

通讯员 宁文武 文/摄

体验“乡”味十足的农趣活动 “体育+旅游”开拓佐村运动新版图

本报讯 日前,金华佐村镇第五届挖笋节系列活动开幕。当天,不少游客全家出动,专程体验亲手挖笋趣味。

作为此次挖笋节的新活动——“奔跑吧!佐村”里高岗春天越野跑中,100多名来自金华各地的越野跑爱好者,从斯光村里高岗自然村出发,在野外山地间,享受佐村的美好春光,呼吸着清新的空气,在运动的同时感受到人与自然的融合。

同样在里高岗活动分会场,一场“竹林寻宝大赛”如火如荼地进行着,每个参赛家庭都努力地在竹林中寻找藏有与“竹”“笋”相关诗

词字条的竹筒,根据竹筒里的上半句诗词,对答出下半句就可以获得积分,答题越多,获得积分即可获得相应的奖励。这一活动既锻炼了大人和小孩的动手能力,又增加了学识。

据悉,目前佐村镇已经打造了200余亩竹笋基地,并连续举办5届挖笋节,在金华及周边县市已经有了较大的影响力,成为佐村乡村运动旅游节中的品牌活动,有力促进当地百姓增收。

近年来,佐村镇以“农业立镇、生态靓镇、旅游兴镇”为发展思路,着力打造“运动佐村、农趣佐村、清

鲜佐村”,突出“一域一山一水一庄”旅游精品线。接下来,佐村将根据不同季节结合当地特色资源,策划一系列体育活动,让各色乡村旅游节贯穿全年。

“我们以运动休闲产业为导向,以山地森林资源为基础,面向不同消费群体的运动休闲项目为核心,丰富运动休闲产品供给。”该村负责人表示,佐村镇落地山地跑、越野自行车、水上运动、徒步等运动赛事,着力打造集运动、休闲、农耕、旅游、养生等产业一体的运动休闲特色小镇。

(通讯员 金亦真)

战略合作伙伴



黄龙体育中心



浙江省体育彩票管理中心



浙江体育职业技术学院



浙江省体育竞赛中心



温州市
体彩彩票管理中心



绍兴市体育中心
电话:0575-8861265



大丰体育



杭州凯普体育器材有限公司

浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85178608
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223