# 温州首家2.0智能版百姓健身房来了

## 今年计划新建165家 全市提供约5000节免费课程

为就近解决群众科学健身难题，2019年初，百姓健身房入选市政府的“十大民生实事”，计划新建提升10家，进一步完善温州市民“十分钟健身圈”。目前全市已建成“百姓健身房”81家，注册会员3万余人，而今年计划新建165家百姓健身房。位于鹿城区藤桥镇青藤家园4栋1楼的百姓健身房近日一经试运行，就成了市民的“网红”打卡点。

“以前，藤桥镇没有健身房，想健身还要花20分钟开车到瓯海区瞿溪街道去，办张年卡至少要上千元。现在藤桥镇有了第一家百姓健身房，值得过来体验。”藤桥镇周先生的话讲出了所有藤桥市民的心声，从百姓健身房试运营以来，周先生时常带着家人前来健身。

“藤桥镇的百姓健身房可以说是2.0puls智能版。”该镇百姓健身房负责人周迪飞介绍，百姓健身房的开放时间每天不少于8小时，藤桥镇的百姓健身房覆盖早、中、晚三个时间段，可以提供全天候服务。此外一般的百姓健身房面积在200平方米至300平方米，藤桥镇的百姓健身房面积有510平方米。

除了开放时间长，面积大，藤桥镇百姓健身房还有智能化的功能。周迪飞说：“市民刚进门，健身房的灯光就会开启，离开一段时间，灯光就会自动关闭。只要扫下健身器材上的二维码，器材上的显示器就会自动播放器材使用教学视频，供市民参考。

此外，藤桥镇健身房是全市首家具备国民体质监测功能的百姓健身房，为广大市民提供体质监测服务、运动风险评估及监控、健身方案设计和科学健身指导。如当天监测中心监测出市民太过劳累，会根据市民的体质提供比较轻松的运动计划。”运动结束之后，系统还可以将运动数据同步至手机，健身者通过手机微信便可查询自己每天、每周、每月的各项运动数据科学规划自己的健身方案，从而达到更好的锻炼效果。

温州市社体中心接下来将开展体育配送项目到此健身房，并开设排舞、中华韵、瑜伽等群众喜闻乐见的健身项目。同时，还将每年为志愿者们开展专业社会体育指导员培训，让他们用更加专业的指导和帮助来此锻炼的居民，吸引更多的居民来此开展健身锻炼。

早在2018年，市级层面就积极探索市级体育社团与社区一对一结对共建，目前签约结对46对，帮助组织开展各项群众体育赛事活动达828场次。并从全市78家体育社会组织中遴选出6家协会进驻“百姓健身房”。2020年预计有20余家协会为百姓健身房提供约5000节免费课程。

市体育局相关人员介绍，《百姓健身房建设与服务规范》地方标准目前已在公开征求意见阶段。这一《标准》的落地，将让百姓健身房管理、服务更规范，品牌更响亮。

（通讯员 陆 缇）

“夏日冬泳” 水温只有13.7℃

# 建德做足水文章 助推“体育+旅游”发展

室外35.7℃，新安江水下却只有13.7℃，近日建德新安江“夏日冬泳”基地迎来了一群客人，他们是太湖县鲁伟文副县长一行和安徽太湖县花亭湖冬泳协会的冬泳爱好者们，体验完独特的新安江夏日冬泳，他们纷纷赞叹：“新安江太美了！暴爽！”

事实上，自疫情得到控制之后，“夏日冬泳”基地马上就热闹起来了，建德市冬泳协会几乎每周末都要接待外地冬协的冬泳爱好者。

5月25日，福建甫田涵江游泳协会王锦荣会长一行11人，前来建德与当地泳协进行游泳交流，这是福建泳友第四次来建德了；29日下午，温岭游泳协会邱稀梁会长带领43名会员，来到建德；30日，宁波健健游泳俱乐部的周会长带领会员现身“夏日冬泳”基地；31日，一支由上海和江西泳友组成的30余人的铁三爱好者队伍，在完成外地的铁三赛事后特意绕道赶来冬泳基地，尽情畅游后才各自回家；而在6月6日，杭州余杭瓶窑冬泳队16人兰溪冬协江会长一行7人和杭州真开心冬泳俱乐部的会员又先后来到基地游泳……

近年来，建德市围绕“17度新安江”独特的生态资源，做足夏日冬泳的水文章，积极打造水上特色运动胜地；此外，建德还利用得天独厚的地理优势，举办富有“建德味”的体育赛事，不但推动了全民健身活动，更为建德体育旅游宣传造势，助推当地“体育+旅游”发展。

下一步，建德将着手申报品牌赛事，丰富赛事内容，在倡导生态低碳绿色观念的同时，让建德青山绿水特色旅游这一新兴旅游方式，成为宣传建德、推动建德社会经济发展的一个重要引擎。

（通讯员 陈启浩）

# “无障碍”太极

62岁的浙江省振华武馆武林教练站站长徐建妹从小视力不好，再加上年轻时的一次严重车祸，使她只有贴得很近才能看清物体。为此，教了近二十年太极拳的她这几年决定尝试“新业务”：教街道里的视障人士打太极。

通讯员 吴雯婧

# 新昌投资5000万建生态体育公园

## 智慧跑道贯穿七星城市球场

近日，绍兴市新昌县规划部门发布了2020年新昌县的重点工程。今年，新昌县多向发力、多措并举，重点突出“体育之城、青春之城、活力之城”的打造。总投资5000多万元，推进新昌县城区生态体育公园工程建设，完成南岩体育公园、七星城市球场、塔山体育公园、休闲坡地公园、致知活动中心等城区体育场地建设。

在这一批生态体育公园中，最抢眼的可能要数由中国美术学院风景建筑设计研究总院中标的新昌城区生态体育公园建设工程——七星城市球场建设工程。

该球场建成后，将拥有贯穿公园的星光筑梦智慧跑道，充满趣味性的排球场和篮球场，标准五人笼式足球场及网球场，标准八人足球场。另外，考虑到特殊人群的需求，这里还将建成一个亲子互动空间与结合VR、AR技术的老年活动区。

近年来，新昌县不仅大力增加全民健身基础设施供给，更以“浙东唐诗之路”建设为契机，举办浙东唐诗之路·环浙骑游新昌站自行车赛、浙东唐诗之路·新昌十九峰国际越野跑挑战赛等大型山地户外体育赛事，布局“200公里航空体育飞行圈”，构造完善国际级、国家级、省级等水陆空品牌赛事体系。营造全民健身新氛围，推动全民健身理念推广与落实。

（通讯员 张益东）

短讯

### @宁波鄞州

**本报讯** 6月13日-14日，“2020年宁波市全民健身季滨海体育嘉年华沙滩木球展示交流活动”在宁波市鄞州区咸祥镇新湾沙滩举行。活动吸引了海曙区木球队、象山老年木球队等20只代表队参加，近300名运动员在这里亮绝活。 （通讯员 顾一伟）

### @永康

**本报讯** 日前，永康市方岩镇下宅、橙麓两个村先后举行了“公益太极惠千家”，为今年活动打响了“开门红”。 （通讯员 翁冰蓉）