



8月8日,迎来了第十二个全民健身日。放眼全省各地,参与健身的百姓犹如一道道跃动的风景线,展现蓬勃朝气、映照美好生活。人人共享体育,体育造福人人,正因为全民健身的理念不断普及,倒显得每日都是全民健身日,而真正的“全民健身日”的存在如今更像是一场所有爱好运动、健身的人们的大联欢。

今年,全民健身日的主题是“推动全民健身,助力全面小康”。一起来看看,在8月8日这一天,“浙”片大地上的“好动分子”如何掀起运动热潮?

杭州

杭城联动全民挑战赛趣味竞技共享亚运

见习记者 戴瑞震

为大力营造全民健身,共享亚运的良好氛围,2020杭州市全民健身日全市大联动活动在全市15个区县火热开展。活动以西湖区为主会场,联动14个分会场所开展全民趣味挑战赛。

杭州市体育局副局长吴璐琦表示:“本次全民健身日活动围绕‘共享亚运’这一理念,不断丰富群众体育健身活动,引进举办了多项群众喜爱的赛事活动和科学健身培训,满足市民对文化体育的美好需求,营造浓烈的全民健身氛围,鼓励更多市民投身全民健身,推动体育健身成为更多人的生活方式。”

在全民健身日,杭城各区、县(市)全民趣味挑战赛以分时限流形式展开,共设置6个参赛时段,将竞技与趣味有效结合,使人们的身体充分得到全面、全方位的锻炼,增进身体健康。

72岁的张霞莉是排舞表演中的成员之一,她说:“我练习排舞已经有7年了,每天都要跳一个半小时,身体越来越好了,陌生人都看不出来我已经72岁了,每天和姐妹们在一起有说有笑,集体活动上我的生活变得丰富多彩。”

现场一名滑板爱好者的精彩表演引得观众阵阵掌声,今年只有21岁的“夜猫”介绍,“高中时我就被滑板吸引,一直舍不得离开这项运动。很幸福,现在可以每天与爱好相伴,健身让我变得开朗,希望越来越多的人能熟悉滑板,爱上滑板。”

主会场西湖区不仅邀请到体育达人全天多时段为杭州文旅体产品直播助力,还组织特色体育项目展演,展现城市运动活力。此外,更与杭州体育企业、俱乐部和协会一起“摆摊”,让体育集市带动城市经济。

值得一提的是,除8月8日全民健身日期间各区、县(市)举办60多场活动外,杭州市全市有180余家体育场所免费对个开放,为群众提供便利,掀起全民健身的新热潮,营造出健身热活力氛围,让市民动起来。

宁波

千名跑友宁波开跑全民健身引领风尚

8月8日,2020宁波市“8·8”全民健身日系列活动启动仪式在宁波市五一广场举行,一场安利纽崔莱健康跑在美丽的东部新城生态走廊拉开帷幕,近千名跑友以欢乐健康跑的方式庆祝我国第12个全民健身日。

本次健康跑活动不计时间,不计名次,以分组分批次方式先后进行。当天下午,以亲子、家庭参与者为主的合家欢乐跑率先开跑,参与者先跑进宁波城市展览馆,再沿后塘河顺时针跑至五一广场西楼结束。随后是健身跑3.8公里组和8.8公里组,以跑步爱好者为主,跑友跑过开阔亲水的生态走廊,跑过林荫葱郁的公园。最后,所有完成跑程的跑友都领到自己的完赛奖牌和完赛奖品。

“此次全民健身日系列活动我市各区县(市)联动,策划近百场活动,囊括50余个体育项目,惠及群众几万人,目的是进一步增强人民群众的健身意识和健康意识。”市体育局相关负责人表示在举办形式上,这次尝试引进了社会力量,取得了较好效果。

据悉,宁波市10个区县(市)当天还分别举办了武术、健身气功等多种健身活动,有数万市民群众参与其中。(通讯员 谢贤瑜)

全民健身“浙”里线上线下

温州·浙江主会场

主会场温州拍了拍你：全民健身日,组个运动局吧!

本报记者 梅杰

一年一度的“全民健身日”如期而至,今年浙江主会场活动于8月7日在温州率先启动。现场,曳步舞、拉丁舞、健美操等动感节目火力全开,炸翻全场;广播操、太极拳、排舞等大型团体秀声势浩大,引发全民参与。

《第九套广播体操表演》节目中,二胎宝妈阮话禅带着6岁的女儿和3岁的儿子跟着节奏在观众席上一起扭动着身体。她告诉记者,自己平时就爱跑步和瑜伽,从运动中受益匪浅。“运动让我身心愉悦,能更加轻松地投入到工作生活中去。”阮话禅说,温州“全民健身日”活动已经将她“点燃”,未来会以更大的热情投入全民健身。

据悉,今年的“全民健身日”系列活动,温州在开展传统线下活动的同时,还创新性地开展了“运动夺宝”“每天捐步献爱心”等贴近群众生活、方便群众参与的线上活动,在常态化疫情防控的关键时刻,创新更具特色的体育活动,丰富群众的业余生活,引导全民树立乐观向上的生活态度。

近年来,温州紧紧抓住全国唯一社会力量办体育改革试点城市的契机,通过激发体育社会组织 and 市场主体活力,打破体制束缚,探索多元化

竞技体育人才培养模式,创新供给模式,打造百姓身边的全民健身公共服务平台等系列措施,积极探索举国体制与市场机制相结合的体育发展新路子,体育改革实现全国全省领跑,体育场地面积大幅增加,体育社会组织建设不断加强,全民体育健身活动蓬勃发展,百姓健身房建设经验向全国全省推广……温州市人民政府副市长汤筱疏指出,这些体育元素,都为温州城市增添了生机与活力。

当晚,温州市健美健身协会、温州市国际体育舞协会、温州市舞蹈拳道协会等6家单位还被授予2019年度“百姓健身房”公益服务社团荣誉称号。

据悉,早在2017年温州市体育局结合“民生事实”体育项目,以打造百姓家门口的室内健身房为核心定位,推出“百姓健身房”这一创新载体以来,便一直受到社会广泛关注和好评,连续4年入选“民生事实”项目。如今,“百姓健身房”俨然成为了温州体育的一张“金名片”。

此外,活动现场还宣读了“全民健身日”活动倡议书,温州向广大市民群众发出倡议:“每天锻炼一小时,健康生活一辈子!”

湖州

“全民体育+数字体育”双管齐下湖州“健身养生堂”惠民上线

通讯员 昌银根 见习记者 李笑莹

8月8日,湖州迎来了以“2020爱上体育爱上你”为主题的第12个全民健身日。伴随着近千人齐跳健身操的身影,湖州“健身养生堂”项目上线。据悉,“健身养生堂”是湖州市体育局发起的一项全民健身惠民推广项目,鼓励指导广大市民进行科学、快乐、有效的健身养生。

目前湖州市已经改建体育综合健身场地4个,建设健身活动房307个,湖州市奥体中心、吴兴区文体中心等大型体育场馆建成,在浙江省率先实现了全民健身中心区县全覆盖,为全民体育的践行打好硬件基础。

此外,本次活动还举行了湖州市运动康复中心揭牌,“精英社会体育指导员”授勋仪式。湖州市运动康复中心由市体育局和市第一人民医院共同打造,除了能提供运动损伤和疾病的咨询、治疗、康复训练外,还能根据国民体质监测结果,针对不同人群制定“运动处方”,为大家提供运动损伤防治科普宣教。

嘉兴

智慧体育打头阵嘉兴“全民健身月”相约燃烧卡路里

8月7日晚,嘉兴经济技术开发区塘汇街道长纤塘“运动家”智慧体育社区内异常热闹,2020年嘉兴市“全民健身月”主会场暨“运动家”智慧体育平台上线仪式在此举行。

自5月23日,秀洲区油车港镇天星智慧体育社区成功试点上线后,当天,由市体育局主导的首批“运动家”智慧体育社区示范项目闪亮登场,分别为:南湖区大桥镇(科技城)亚欧、嘉善县姚庄镇桃源新邨、平湖经济技术开发区钟埭街道永兴、海

盐县望北街道北荡、海宁市马桥街道桐溪、桐乡市高桥街道高桥、经开区塘汇街道长纤塘、嘉兴港区乍浦镇南大街等共9个示范智慧体育社区。由此,以“互联网体育服务”为支撑的社区全民健身服务新模式在嘉兴进一步推开。

此外,嘉兴市围绕“智慧体育、场馆开放、赛事活动、健身指导”四大板块,全面推开2020年全市“全民健身月”系列活动,活动基本贯穿整个8月。(通讯员 杨茜 李平 孙聪)

乐享生活 点燃群众运动热情



绍兴

8月8日,绍兴市2020年“全民健身日”启动仪式、健身气功展示活动在越城区体育中心举行。300多位来自绍兴各地的健身气功表演者,为大家展示健身气功·导引养生功十二法的演练。

通讯员 阮少华 邵鑫人

金华

武义县在壶山森林公园举办了2020年武义县全民健身日壶山健步走活动,300余名市民朋友在带着健步走的热情,一起诠释着“健康武义 你我同行”的活动主题。

通讯员 朱翬 张丽红

衢州

2020年“中国体育彩票杯”江山市全民健身日活动启动仪式在西山健身公园广场举行。启动仪式前,来自社会各界的健身爱好者分别进行了第九套广播体操、柔力球、舞蹈串烧、可乐球、健身球操、太极扇、有礼的城(健身舞蹈)等展示活动。

通讯员 毛武俊



丽水

2020丽水市全民健身活动月启动仪式暨中国体育彩票第三届花园丽水城市定向赛在丽水市体育中心开赛,本次比赛共有400余名选手参与,潮玩体验沉浸式的水夜生活。

通讯员 李辉

舟山

舟山体育嘉年华奏响全民健身“狂想曲”

8月8日,“推动全民健身 助力全面小康”2020年全国“全民健身日”舟山市体育嘉年华暨体彩欢乐荧光夜跑活动在舟山体育场如期而至。当晚,不少百姓喜闻乐见的体育活动项目一一登场,为前来参与的广大市民群众亮出了丰盛的嘉年华“菜单”,充分营造了新区全民健身、共享健康、人人参与、幸福快乐的良好氛围。

动感时尚的舞台表演,是本次活动的第一道“开胃菜”,热力四射的蹦床、拉丁舞、肚皮舞、健美健身秀,炫酷刺激的小丑魔术、抖空竹、轮滑特技、泡泡秀……来自不同领域的健身达人们在舞台上展开了力量和才艺的比拼,让现场观众欢呼不断。

此次活动根据老、中、青、少、幼不同的健身特点,分别设置了舞台节目展演、欢乐荧光夜跑、趣味互动游戏、潮玩集市夜摊四大“特色菜”。其中,500名市民和户外健身爱好者参加了欢乐荧光夜跑,全程约7公里,用脚步诠释了“没有暴汗的夏天就是不完整的夏天”。

除此以外,在舟山广电直播间同步举办了“全民健身·let's go”舟山体育产品带货直播专场活动,这是当晚最特别的一道“硬菜”,也是舟山市首次举办的大型体育产品线上直播带货活动,通过线上线下的推广模式,实现刺激体育消费、丰富夜间经济,促进体育产业良性发展的目标。

(通讯员 徐超燕)

台州

省全民健身运动汇三门站“大狂欢”

本报记者 钟樑

“全民健身奔小康,鲜甜三门来‘浙’里”,在8月8日全民健身日之际,2020浙江省全民健身运动汇首站在台州三门县横渡镇潘家小镇正式启动。

2020年浙江省全民健身运动汇首站落地三门县潘家小镇,不仅体现了潘家小镇丰富的旅游文化资源,同时通过覆盖“水”、“陆”、“空”竞技项目的设置,打造文体融合IP,传播全民健身魅力。

在众多比赛项目中,“最多跑一次”可谓是雷打不动的固定项目。在第二天的比赛现场,来自全省的参与者兴致勃勃地参加了“最多跑一次”“全民奔小康”两个必选项目,以及根据三门特色定制的“五谷丰‘蹬’”“翻山越岭来相会”项目。除此之外,还进行了潘家小镇定向赛、射箭英雄传(射箭体验)以及彩云追月(七彩滑道)等特色体验运动。将丰富的活动设置,让所有人在参与好玩又接地气的活动的同时充分感受了当地的特色,活动获得参与者的一致好评。

比赛汇聚了众多喜闻乐见的趣味项目,也为潘家小镇汇聚了人气。37个参赛队伍,几百人的参赛团队,让当地开民宿的村民忙得不可开交。不过应付这种场面,潘家小镇早已驾轻就熟。据岩下潘村旅游开发有限公司董事长潘健介绍,潘家小镇已成为全省乡村发展农家乐的样本,而它的发展离不开户外休闲项目的加持。丛林穿越、漂流、射箭、骑行、登山,各式各样的运动休闲项目为这个山沟沟里的小村落带来了年均10万游客,带动村民脱贫致富奔小康。

运动汇三门站结合运动+休闲旅游+直播带货等元素,将多元化的三门形象展示给现场以及通过各种媒介感受三门的受众。通过运动社交平台的建立,不仅把来自全省各地的市民带了进来,更把三门潘家小镇“运动”、“生态”、“休闲”的特质传播了出去。