

增强百姓幸福感 宁波全民健身季亮点多花样足

本报记者 戴瑞震

“

随着“美丽乡村健身行”象山晓塘站圆满落幕,从4月一直持续到11月的2020宁波全民健身季也正式收官。据宁波市体育局群体处相关负责人介绍,2020全民健身季活动一方面是引导更多的市民参与健身运动,另一方面希望通过丰富多彩的活动加速推动宁波体育产业的发展。

”

1 惠民利民推出健身消费券

2020年宁波全民健身季活动分为赛事活动、场馆开放和健身指导培训宣传三大版块,包括开放健身场馆、举办活动赛事、开设全民健身大讲堂、开展“竞技体育校园行”和青少年体育夏令营等多项活动。除了丰富多彩的活动,还推出健身消费券。同时,41家体育产业相关商家还推出相关优惠活动,市民可以享受消费券和折上折的双重优惠。

5月市体育局发放20000份体育消费包让不少市民朋友通过线上领券、直接预定、优惠抵扣、线下体验,享受到了实实在在的健身福利。在前期良好运行基础上,7月份派发的健身消费券使用范围增加到13家体育场馆,健身抵扣券直接翻倍至160万元。

7月,宁波体育消费包共发放25万元10000份,使用范围从原先的4家场馆扩大至市体育中心、市老年体育活动中心、市奥体中心、海曙区文体中心、鄞州网球中心、江北区全民健身中心、奉化区锦屏全民健身中心等全市13家公共体育场馆。全市发放各类体育消费券1175万元,既优化了现有体育场馆免费、低收费的开放形式,又刺激拉动了体育消费,项目涵盖游泳、足球、篮球、网球、羽毛球、乒乓球等。

2 全民健身日再掀热潮

8月8日第十二个“全民健身日”,宁波将主题定为“推动全民健身,助力全面小康”,让“全民健身”走上云端,联合各家机构推出健身小视频、健身直播,市民足不出户就可得到健身指导。健康跑启动仪式吸引了1500名跑步爱好者报名参赛,全市体育系统所属的公共体育设施也在全民健身日当天向公众免费开放。

全民健身大讲堂的开课,将晦涩的专业术语转化为通俗易懂的话语,让健康理念更

加深入人心。“一人一技”体育技能公益培训分别在在北仑、奉化、象山开展,通过篮球、瑜伽、体育技能培训,增强体质,满足市民对健身的需求。不断拓展“一人一技”体育公益培训的范围,让更多普通市民,享受体育运动带来的健康和乐趣,通过开展“线上+线下”的课程形式,倡导市民既能在体育场馆健身又能做到居家两平米健身,线上共开展了15期直播课程,总浏览量达到107万人次。



余姚市健身操舞大展演



宁波鄞州区武术协会太极拳八法五步推展会



全民健身日安利
纽崔莱健康跑

3 美丽乡村健身行深化“体育+”

全民健身季暨“美丽乡村健身行”系列活动采用线上、线下结合的形式进行线上有打卡集赞、网络直播等活动,线下则是赶海探山,进行登山、健步走、定向等活动。以“倡导全民健身”为宗旨,融合体育、文化、产业、休闲、旅游、娱乐等元素,拉动体育消费,促进体育产业及相关产业的发展。

首站于五月份在墙头镇方家岙村拉开帷幕。几百名登山爱好者相聚古村方家岙,徒步走古道、打卡趣味游戏活动,既健身又参与互动游戏环节,还欣赏到了沿途优美清新的古道风景。据了解,考虑疫情防控因素,几站线下活动,每站控制在200人左右,所有参与人员必须出示健康码,活动时将以每

组10人的方式间隔出发。

在象山晓塘站的收官之站,户外徒步爱好者踏上了一场“美丽”征途,沿着晓塘乡七彩花果步道,徒步者们穿行于农田、村庄,与大塘港遥遥相望,构成一道美丽乡村风景线。美丽乡村健身行有效推动了活动当地体育、文化、旅游、经济等全方位的融合,拉动体育消费,促进体育产业发展,同时更好地发挥体育效应,助力美丽乡村旅游和乡村经济振兴。

从2009年起,宁波就开始致力于推广全民健身的理念。十余年间,全民健身事业蓬勃发展。截止到2019年,宁波人均体育场地面积达2.29平方米,经常参加体育锻炼人数41.9%,国民体质合格率94.1%。直属公



美丽乡村健身行
象山晓塘站

共场馆开放率100%,全市每年组织各类赛事活动6000余次,参与各类赛事活动超过200万人次。

据了解,今年全民健身季将继续加大力度,2021宁波市迎新健身跑线上活动已圆满结束,合计总报名人数总达7316人。全民健身理念已经深入人心,成为增强宁波人民体魄、增强生活幸福感的有力保障。



美丽乡村健身行 慈溪龙山风光