大数据赋能健身

温州百姓健身房智慧升级

见习记者 陆英健 本报记者 潘笑坤

每天仅需一元钱,多样免费团课供选择,连续打卡还有奖励……在几步之遥社区里,普通群众不仅能用低廉的价格享受高质量的健身设施和指导,还能运用大数据技术得到科学指导和自己锻炼的天数、里程、消耗热量等数据。近日,本报记者走访了温州市的两家百姓健身房,感受了这里时下流行的健身选择。

家门口的“自治”健身房

上午10点左右,位于瑞安市虹北锦园小区内的百姓健身房内就已经有了不少人:跑步机、椭圆机上甚至一位难求。负责运营这家健身房的管家助理施海芬向记者介绍,该健身房于2018年建成并投入使用,是瑞安市第一家百姓健身房,也是到目前为止唯一的一家温州市一类百姓健身房,占地200平方米,每年服务人数超过5000人次。健身房收费非常便宜:次卡标准为5元一次,年卡365元一年。办年卡除获得65元办卡奖励外,只要来健身房打卡30天,还获赠一张月卡。小区还会邀请特聘教练每月一次来免费教学,提供科学健身指导。据小区业委会主任介绍,办了年卡就相当办了一张小区贵宾卡,不仅可以免费使用操舞房和乒乓球室等,还可以在参加小区花艺、早教、书法、绘画等课程中享受优惠。

46岁的小区居民木建新是这家百姓健身房的常客,他几乎每个双休日都会来这里运动:“我搬到这个小区以后越来越体会到运动的快乐,百姓健身房不仅便宜还很方便,环境也很好。”他还表示,自从有了百姓健身房,小区的运动氛围更好,邻里之间的关系也更加融洽。

数据技术引领智能化健身

相比于主打便利惠民牌的虹北锦园小区,位于温州瓯海区府行政中心的瓯海智慧健身中心则更是完成了百姓健身房的“科技升级”。据悉,这是温州市首家,且也是省内首家利用大数据技术实时分析并汇总锻炼人数、设施利用率、运动健身效果综合评价等数据的智慧百姓健身房。

在400平方米的宽阔场地内,健身房从进门到出门全部实现智能化。“通过数据技术不仅能够实现自身运动数据的记录、共享,还能进行多人线上互动、比拼,增加了很多趣味性。”温州百姓健身房运营商、品康体育科技有限公司总经理李雄伟一边说一边演示起来,“通过扫码登陆系统,它会自动演示器械的使用方式。”随着他跟随屏幕指导在器械上开始蹬腿运动,电子屏上出现了一段段上下波动的曲线,“这些曲线是系统建议的最佳动作频率,跟着它做运动能达到最佳锻炼效果且防止受伤。”通过新技术的健身器材配备和现场的智慧健身大屏,运动者在体验运动乐趣的同时,还可以获得指导、即时获得运动数据,记录日常锻炼,同时运动者还能享受体质检测服务,将运动数据与体测数据结合,科学了解自身的锻炼效果。

据了解,2017年体育改革试点以来,温州市聚焦需求、精准供给,目前已建成百姓健身房246家,注册会员超5万人,健身次数超40万人次。温州的百姓健身房走在改革的前头,切实为解决老百姓健身难的问题提供了有价值的思路。

风筝齐飞舞

日前,浦江县首届风筝节举办,现场放飞了大章鱼、埃及艳后、滚地龙等特大风筝,其中有一超大型300平方米的风筝缓缓腾空跃起时受到了现场观众们的一片惊呼及掌声。

通讯员 黄红专

“运动+休闲”助力衢州柯城旅游提档升级

本报讯 近日,位于衢州柯城区九华乡大荫山新宅村的飞鸿神网谷游人如织。飞鸿神网谷地处灵鹫山片区,是柯城全域打造运动休闲旅游度假区的九大项目之一。用地面积约260亩,总投资1.2亿元,目前已投资5000多万元,包含华东地区最大的网绳项目——大白兔攀爬网、720米长的山地滑车、高空秋千等,预计年接待游客40万人次。

据了解,飞鸿神网谷大多数项目都和绳网有关,特色鲜明。飞鸿神网谷共有17个游玩项目,依山而建。“直线距离700米外就是大荫山丛林穿越冒险乐园,两个项目客流互通、优势互补。”飞鸿神网谷项目运营部经理胡国芳说。

去年以来,柯城掀起了森林运动体育研学热潮。柯城区绿创文旅体育发展有限公司相关负责人介绍,近3个月,大荫山丛林穿越项目中,仅研学上线人数就达到5000人,研学营业额达20万元以上。如今,灵鹫山片区每年吸引游客超200万人次,2017年以来旅游总收入超过5亿元,带动农民增收近3亿元。柯城区抢抓消费升级和运动休闲产业发展风口机遇,将灵鹫山国家森林运动小镇作为“运动柯城”品牌着力点,打造运动振兴乡村的重要引擎和核心支撑。

据了解,未来柯城将重点围绕全域打造国家运动休闲旅游度假区,加快推进“1+9+N”重点项目建设进度。

>>>新闻链接

“1”指一条百里运动休闲长廊,“9”指奥陶纪景区、中国运动汽车城、飞鸿神网谷、千里岗森林营道、徐莫汽车越野赛道、灵鹫山康养基地、围棋小镇、立春生态保护区和中高端民宿九大项目,“N”指打造麻蓬村、茶铺村、余东村、妙源村、严村村等一批未来村庄。

(通讯员 徐双燕)

短讯

@宁波

本报讯 上周六,宁波市机关及企事业单位足球赛在富邦体育场开幕,今年的主题为“致敬白衣天使”。首项比赛八人制足球,共吸引了16支球队参与角逐。

(通讯员 俞学丰)

@金华

本报讯 上周六,金华市瑜伽健身协会举行换届选举,计划未来将继续推进“五进”工作,举办“瑜见美好”相约金义新区瑜伽交流会,让瑜伽运动走进大众生活。

(通讯员 叶 挺)

@建德

本报讯 日前,建德市新安江街道白沙社区开展喜迎亚运·新安绿道毅行活动,全程5.2公里。

(通讯员 陈启浩)

@宁波镇海

本报讯 近日,宁波镇海区举行了第五届百天百人百马挑战赛。近百名辖区内的运动爱好者分成8支队伍,在奔跑过程中,还不忘拿着垃圾分类kt板进行宣传。

(通讯员 朱 恒)

@江山

本报讯 日前,江山市最美绿道半程马拉松比赛在江山港滨水绿道举行,来自江山全市的160余名跑步爱好者参加比赛。

(通讯员 毛武俊)