



全民健身线上运动会将上线一批冰雪赛事

“2023年全民健身线上运动会——助力冰雪季”11月开赛

本报记者 林 剑

北京冬奥会的成功举办为我国留下了丰厚的冬奥遗产,我国冰雪运动热度持续高涨。后冬奥时代,巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果,大力发展群众冰雪体育至关重要。群众冰雪体育不仅是冰雪竞技体育发展的基础,更是拉动冰雪体育消费、冰雪体育产业发展的群众性基础,有助于持续推动冰雪运动高质量发展。随着雪季的到来,2023年全民健身线上运动会将上线一批冰雪赛事活动,持续推动全民参与冰雪运动的热情。在2023年11月11日~2024年3月31日期间,“2023年全民健身线上运动会——助力冰雪季”赛事活动将在GOSKI的App平台举办。

“2023年全民健身线上运动会——助力冰雪季”由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部联合中国滑雪协会主办,北京山峰与海体育文化有限公司担任执行单位,GOSKI担任

支持单位,北京博睿体育负责推广。本次赛事活动需在GOSKI App(手机应用程序)线上完成。

参与“2023年全民健身线上运动会——助力冰雪季”赛事活动的健身爱好者需要在手机端下载“GOSKI App”,完成用户注册。通过【主页-活动】进入活动页面,点击报名,填写相关报名信息包括:姓名、手机号等。报名成功后,根据提示即可参加比赛,报名参赛的雪友滑行轨迹累计达到1公里,即可点亮勋章“全民健身——冰雪季”。对于按要求参加比赛并完赛的运动员,给予由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部颁发的完赛证书。完赛后可在GOSKI App小结中领取证书,点击链接并长按证书图片即可保存至相册。参赛期间无需缴纳任何报名费、参赛费。

所有参赛选手的成绩将按里程排序,完赛后可在“查看成绩”中查询。本赛季不限滑行方式,室内雪场滑行、户外雪场滑行,单板、双板不限。

2023年全民健身线上运动会 助力哈尔滨亚冬会

本报讯 随着我国北方的雪季到来,2023年全民健身线上运动会将陆续迎来一批冰雪类赛事。11月11日,“2023年全民健身线上运动会·一起滑呗助力亚冬会”将率先开赛。赛事从2023年11月11日持续到2024年3月31日,覆盖整个雪季。该赛事由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部主办,北京粉雪科技有限公司承办,滑呗App担任支持单位,北京博睿体育负责推广。

随着北京冬奥会的成功举办,我国成功实现了“带动三亿人参与冰雪运动”的目标,冰雪运动的普及程度明显提升,冰雪运动已是我国全民健身事业的重要组成部分。今年7月,2025年亚洲冬季运动会花落黑龙江省哈尔滨市,这是第9届亚洲冬季运动会,也是继北京冬奥会之后我国举办的又一国际冰雪盛会。“2023年全民健身线上运动会·一起

滑呗助力亚冬会”活动将鼓励全国冰雪运动爱好者积极参赛,从而助力哈尔滨亚冬会。

参加“2023年全民健身线上运动会·一起滑呗助力亚冬会”的雪友们需要在滑呗App完成用户注册,然后通过【首页-“滑”-赛事】进入赛事页面。在页面中点击“参与赛事”的按钮,即报名成功。报名成功后,可以前往全球任意雪场使用滑呗记录轨迹。参赛者无需缴纳报名费、参赛费。

报名参赛的雪友滑行轨迹累计达到1公里者,即可获得由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部颁发的电子完赛证书。完赛后可在滑呗App内领取证书,点击链接并长按证书图片即可保存至相册。所有完赛用户中滑呗抽取10位幸运完赛者,赠送TEAM CHINA中国国家队&滑呗联名T恤1件。

(林 剑)

湖南省首届残疾人云动会上线

本报记者 林 剑

第4届亚洲残疾人运动会刚刚在杭州落下帷幕,“湖南省体育云动会”也在近期创新推出了湖南省第一届残疾人云动会暨第13届残疾人健身周云竞赛,通过线上形式为广大残疾人体育爱好者搭建沟通、交流的平台,实现残疾人体育赛事活动与公益的融合,增强残疾人获得感和幸福感。本次活动由湖南省残疾人联合会、湖南省体育局主办,已于近期上线。

本次残疾人健身周云竞赛面向全国残疾人报名,参赛选手关注“湖南省体育云动会”微信公众号平台,进入“残疾人健身周云竞赛”专题,按要求填写资料,并上传参赛视频和图片完成提交即可参赛。

本次活动为了能让更多残疾人参赛,项目设置简单、大众化、参赛门槛低。根据竞赛规程,活动设个人竞技和集体展演两个类别。其中,个人竞技项目主要以“1分钟云竞赛”开展,包括仰卧起坐(听力组、视力组、智力组)、篮球拍球(轮椅组、听力组、智力组)、跳绳(听力组、智力组)3个项目。

集体展演项目包括轮椅健身操和轮椅太极拳,参赛集体可自主选择参赛项目。

赛事项目设少儿组、青年组和成年组3个组别,让各年龄段残疾人均可参与其中,充分展示湖南省乃至全国残疾人体育运动与康复健身风采。

据了解,本次残疾人健身周云竞赛得到了长沙银行快乐益家慈善基金会、皇氏集团湖南优氏乳业

有限公司的公益支持,并由长沙银行总冠名。通过专家评选产生一、二、三等奖和优胜奖,以及通过网络点赞评选产生的“最佳人气奖”,一、二、三等奖和最佳人气奖将获得荣誉及奖品。

此外,组委会还将评选产生“优秀指导老师”,以及对积极推广和组织参赛的单位(或个人)授予最佳组织奖或突出贡献奖。比赛结果将于12月中旬在湖南省残疾人联合会公众号、湖南省体育云动会赛事主平台等公示。

近年来,湖南省高度重视残疾人体育事业发展,各类残疾人体育活动广泛开展,第13届残疾人健身周云竞赛将充分激发残疾人群体的体育参与兴趣,并通过以赛促练的方式推动残疾人体育发展。比赛以线上参赛形式,云端汇聚全国参赛选手,在丰富残疾人文体生活的同时,积极展示湖南省及全国残疾人健康文明、昂扬向上、全员参与的体育文化氛围。

“菜鸟”之健走趣事

山东烟台健走爱好者 王 璇

因为参加云走齐鲁,现在的我已经养成了好习惯,就是每晚坚持去烟台南操场健走,锻炼身体的同时,也收获了一些乐趣。

趣事一:南操场的“瘦子”

正在南操场的长凳上压腿,旁边传来有趣的对话。路人甲问路人乙:“你发现没有?在这里面活动的人,基本上全是清一色的‘瘦子’。”路人乙环顾四周,仔细一瞅:“嗯,别说,还真是这么回事!”路人甲:“知道为什么吗?”路人乙:“那还用说,但凡能常来锻炼的,即使曾经是‘胖子’,现在也练成‘瘦子’了!”哈哈哈,此话有理呀!

趣事二:雨中漫步

傍晚在南操场正跑得欢,突然下雨了。第一次的电闪雷鸣,一起跑步的白文说:“呀,不好,要下雨了,咱们赶紧撤吧!”我不屑一顾:“别胡说八道了,天气预报根本没有雨,这万里晴空压根没有乌云。再说哪里有那么低的闪电,一定是附近那个饭店开业在放鞭炮呢!”结果,还没几分钟,就被打脸了——几次

电闪雷鸣后伴随着狂风大作,暴风雨顷刻间哗啦啦地下来了。我们只得赶紧“抱头鼠窜”,刹那间,硕大的南操场顿时空无一人。我浑身湿透回了家,当天的健走计划也泡了汤,但也让我切实感受到了自己对于这份运动的热爱。

趣事三:不是寻常人

健走完在南操场的长椅上压腿放松,这时跑来一个人也参与进来,看起来四五十岁的样子,精瘦身材,浑身大汗淋漓。旁边一人与他打着招呼:“嗨,你刚跑完了?”他边擦汗边点头。那人又问:“你这是跑了几十圈了?”“不是四十就是五十圈,没数。”“呀!厉害啊,你的配速多少?”“我比较匀速,4.1的配速吧。”“好牛啊,你这是跑了几十年了?”“这叫啥呀,跑着玩呢,这两年才开始练长跑的,就是一天也没落下而已,现在真是老了,体能远不如年轻的时候,跑完浑身酸酸的感觉。”此时此刻,我只想感叹一句:高手在民间啊!

趣事四:陪跑有理篇

晚上去南操场跑步,碰巧撞见单位图书馆的刘培波,他已然是汗流浹背。他说,已经跑了3公里,天太热,有



些跑不动了。此时的他,需要一位同行者,随后我们俩就结伴一起跑了起来。刘培波以前是个跑步健将,巅峰时候配速4左右,但是半年多没锻炼,胖了近5公斤,看着自己一身赘肉,这家伙急了眼,重拾跑步,今天是他半年来第一次跑步。到底是底子好,他带着我轻松跑了5公里,这下子他信心大增,决定挑战一下10公里,我可没这个本事,勉强跟他跑5公里就气喘吁吁,于是我赶紧撤退,做舒展运动了。他则兴致盎然地继续跑步,要完成10公里的壮举。我正在长凳上压腿,这家伙才跑了一圈就回来了,然后喘着粗气说:“不行了,本来觉得自己再跑五圈是小菜一碟,没想到没人作伴,顿时失去动力,实在是懒得再跑了。”

原来,同行者如此重要!

趣事五:解惑

虽然我每天锻炼,但也一直疑惑,到底是什么力量支持我一直坚持。为了健康?减肥?形体美?亦或是单纯为了检验自己是否脚下有力量?直到今天晚上走到脚痛,终于停下来了。旁边的林淑娟护士长打趣问我:“你跑这半天不累吗?你们跑马拉松的,是不是都成瘾啊?一天不跑就难受呀?”我恍然大悟,终于找到原因了——敢情是因为我们都是“受虐狂”啊!

健走有理,我们用脚丈量着世界,感受着世界,享受着缤纷的世界。跑步——累并快乐着,健走可以健康体魄,忘却烦恼。生活很美,健走让生活更加美好。

全民健身线上运动会媒体矩阵开通直播功能

本报讯 2023年全民健身线上运动会自4月启动以来,受到媒体和群众的广泛关注和积极参与。截至10月30日,全网媒体传播量约48.9亿,助力赛事实现全面、垂直、立体化的全覆盖式传播。近期,2023年全民健身线上运动会官方媒体矩阵对一批全民健身赛事进行了精准垂直的互动式传播,成功利用赛事直播营造出热烈的全民健身氛围。未来,全民健身线上运动会官方媒体矩阵会对所有具备直播条件的全民健身赛事做到应播尽播。

日前,全国和美乡村篮球大赛(村BA)总决赛在贵州台江县台盘村落幕。“全民健身线上运动会”官方微博对村BA总决赛的12场比赛进行了全程直播,立体垂直化地对新时代的新农村体育事业进行了细致入微的宣传报道,积极助力乡村振兴和农民体育事业。

此外,全民健身线上运动会还先后对2023大庆油田“铁人杯”全民健身系列活动——篮球赛男女组决赛、2023第三届环太原公路自行车赛、2019—2023年度全国石油职工围棋、象棋总决赛和2023年中国皮划艇巡回赛(迁安站)等全国各地的赛事进行了全程直播和宣传报道,均取得了理想的直播数据。

2023年全民健身线上运动会各项赛事活动进行之时,新浪微博对赛事话题给予了开屏画面推荐、话题页面包装、赛事话题推荐等,微博客户端和网页端都进行了大力推荐;抖音对赛事优秀视频作品进行了流量扶持,给予推流支持。利用微博、抖音类社交产品导流、网站及客户端推荐的模式,让全民健身线上运动会成为最大的线上健身流量平台。截至目前,微博话题#2023年全民健身线上运动会#阅读量已达10.3亿。(林 剑)

全国啦啦操亲子网络大赛火热进行中

本报讯 近日,由国家体育总局群众体育司、中华全国体育总会群体部、国家体育总局体操运动管理中心、中国蹦床与技巧协会主办的2023年全民健身线上运动会运动会——2023年全国啦啦操亲子网络大赛已正式开启。

广大啦啦操爱好者只需登录“啦啦操GO”App报名专区,填写报名信息,自行拍摄比赛视频并在

“啦啦操GO”App上传即可参与。11月12日23时59分前在“啦啦操GO”App回传视频截图(须体现点赞量),根据视频的点赞量由高到低录取成绩。

据介绍,本次比赛免收任何费用,主要针对家庭亲友、师生等人群,全面覆盖基层单位、社区家庭等,为全民健身向社区下沉搭建了良好平台。(林 剑)



河北省全民健身线上运动会即将上线

本报讯 2023年全民健身线上运动会——河北省全民健身线上运动会将于11月7日~12月7日期间举办。该赛事由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部、河北省体育局主办,河北省各市(含定州市、辛集市)体育局、雄安新区宣传网信局、河北省体育彩票中心、相关省级体育协会承办,河北橙乐体育协办。

2023年全民健身线上运动会——河北省全民健身线上运动会将包括十项赛事,分别为:广场舞云竞赛、象棋云竞赛、跳绳云竞赛、全民健身知识云竞赛、校园创意广播操(课间操)、第九套广播体操、燕赵云徒步、斗地主云竞赛、AI挑战赛、线下展演活动。其中,AI挑战赛又分为AI排球移动垫球竞赛、AI足球颠球挑战、AI篮球侧移防守竞赛三个比赛项目,广播操云竞赛的比赛项目则包括校园创意广播操(课间操)、第九套广播体操两类。

2023年全民健身线上运动会——河北省全民健身线上运动会将在“燕赵全民健身”微信公众平台设立主赛区,在微信小程序平台、抖音、AI竞技、棋牌类竞赛平台

等互联网平台设立分赛区。最终的评比成绩将在“燕赵全民健身”微信公众平台公布。比赛设一等奖一名,二等奖三名,三等奖六名,分别授予电子证书和纪念奖品。设优秀奖二十名,分别授予电子证书和纪念奖品。所有参加选手均可获得由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部颁发的电子完赛证书及河北省体育局颁发的电子荣誉证书。

以广场舞云竞赛为例,参赛选手自由组队报名,年龄、性别不限,每队人数8~12人,一人不可报名多支队伍,录制时长不低于60秒的参赛视频,自配音乐,带话题及地市名称发布至抖音平台,并@河北省全民健身线上运动会,参加评比,最终按话题内视频点赞量进行评比排名。(如: #广场舞云竞赛+石家庄市@河北省全民健身线上运动会)

组委会将成立线下裁判组,对参演视频的规范性进行评定,同一个账号上传多个作品的,取成绩最好的作品作为最终排名依据。作品的最终成绩为:裁判评分60%+点赞排名40%=最终得分。(林 剑)