

# 点燃健身热情 共赴健康之约

## 国家奥体中心举办全国主会场系列活动

本报记者 部国华 顾宁

“遇到困难时该怎么做？”“心态很重要，调整好心态。不要把事情想得太过。”8月8日，来自革命老区山西省繁峙县平型关村、湖南省桑植县洪家关村的16名小朋友在巴黎奥运会冠军盛李豪、黄雨婷的指导下做完热身运动并近距离与奥运冠军互动。当天，2024年“全民健身日”全国主会场主题活动在国家奥林匹克体育中心举行。50余场活动，涵盖30多种体育项目，吸引了超过8000人参与。

本次活动全力唱响“全民健身与奥运同行”主旋律。在运动休闲体验区，今年51岁的李英华体验了柔力球。她说：“这是我第一次体验柔力球，之前一直觉得这项运动非常需要技巧，很难上手，但今天尝试后觉得我以后也可以练习这些新项目。”现场，欢庆锣鼓、花式跳绳、花式踢毽、舞彩带龙、太极功夫扇表演精彩连连，《奥林匹克颂》少儿合唱表演动人心弦，奥运主题儿童画展引来众多体育爱好者参观打卡，现代五项大众障碍跑热火朝天。17米长的体彩展板，讲述了体彩30年的发展历程，以及体彩公益金对全民健身的巨大助力。

活动不仅有传统项目体验，也有科技感十足的自行车线上赛、虚拟运动会、线上体能比赛。在国奥“好家庭”室外智能健身房，国家空手道队运动员来到“全国线上体能比赛”的活动现场，指导健身群众开展科学健身，并与云端的健身群众同场竞技，引导更多人养成科学健身的运动习惯，让全民健身成为一种时尚潮流和生活态度。



国家奥体中心供图

从小程序上报名参加2024全民健身社区运动会现代五项大众障碍跑(北京站)的张智丽，一早就来到奥体中心做准备活动，这是她第一次参加。“之前在场外看到这些装置还不清楚是什么，进场简单了解之后觉得很有意思，云梯障碍、奔跑滚柱等一些趣味性项目让运动也更有乐趣了。”张智丽说。

在国家奥体中心熊猫广场，负责国民体质测试的工作人员正耐心地为受测者讲解测试项目并解读测试数

据。健身群众现场完成12项体质测试项目，包括立定跳、幼儿握力、走平衡木，以及成年身高、体重、体成分、握力、肺活量、血压、选择反应时、闭眼单脚站立、二级负荷功率车试验等。专家现场开具个性化“运动处方”，帮助健身群众更好地了解自己的体质状况，更科学地选择适合自己的体育项目。国家体育科学研究所专家多布杰表示，本次活动主要是提高群众科学健身意识，增强体质与健康水平，推动群众科学健身高质量发展。

公共体育场馆，全时段全项目免费开放，便于群众进行体育健身活动，在亚运场馆健身让群众有了满满的获得感。上海长宁区23座公共体育场馆、市民球场、社区市民健身中心、市民健身驿站都于“全民健身日”当天免费对外开放，市民凭本人有效身份证件或扫描预约二维码后即可入场健身。湖北黄石8月8日当天所有的公共体育场馆都免费开放，所有新全民健身示范工程全年纳入免低收费范围。免费、低收费开放的场馆，让群众在享受高质量健身的同时，进一步提升了参与锻炼的体验感、便捷性。

### 线上活动同步开展，掀起全民健身热潮

8月8日前后，2024年全民健身线上运动会上线十余项赛事，包括“学习强国”学习平台健步走活动、微博“全民健身季”、体育总局人力资源中心主办的8.8趣味赛等，进一步推动全民健身热潮。2024年全民健身线上运动会在7月20日正式启动，目前已上线30项赛事活动，超过166.5万人次参与。在全民健身日的助推下，预计参与人数将突破500万。北京设计“线上买”“线上赛”“线上订”“线上学”“线下嘉年华”五大核心板块，以“悦动、乐购、潮玩”为主题，结合“全民健身日”、巴黎奥运会等元素，推出举办超过140场体育活动，持续激发体育消费活力，促进体育、文旅等产业融合发展。国家空手道队运动员来到全国线上体能比赛的线下活动现场，指导健身群众开展科学健身，并与云端的健身群众同场竞技。国家奥林匹克体育中心举办首届“国家奥体杯”自行车虚拟运动会线下挑战赛，通过引入虚拟现实技术，吸引了众多运动爱好者参与，共同体验一场科技与体育完美融合的精彩对决。

这个与奥运同行的全民健身日，让我们与奥运健儿一起动起来，共同奏响体育强国、健康中国的时代强音。



健身爱好者进行舞龙表演。新华社记者 丁磊摄

至11日举行。来自福建、江西、重庆、四川等15个省(区、市)的300余名社会指导员齐聚一堂，交流展示科学健身指导技能，分享科学健身指导经验。江苏组织动员社会指导员深入群众身边开展全民健身志愿服务活动，内容包括赛事活动、专项技能培训、体质健康检测与运动健身指导服务等，为受测人员开具个性化运动处方、脊柱侧弯公益筛查、公益讲座、冰雪运动体验推广活动、国家体育锻炼标准达标测验等活动，共组织活动300余场，10余万人次参与。湖北、湖南、甘肃开展“奋进新征程 运动促健康”全民健身志愿服务主题示范活动，充分发挥体育在助力乡村振兴中的重要作用，邀请世界冠军、体育院校教授、运动协会负责人、国家级社会体育指导员等专业“大咖”面向农村居民开展科学健身指导，促进竞技体育成果与全民共享，提高农村地区健身意识和身体素质，推动全民健身公共服务城乡均衡发展。

### 场馆开放，为群众提供就近就便参与体育锻炼的平台

每到节假日，各级各类全民健身场馆设施免费、低收费开放已成为惯例。今年，体育总局会同财政部对公共体育场馆向社会免费或低收费开放提供资金补助，2024年接受补助的场馆达到3050家，覆盖全国近1600个县级行政区域。在今年全民健身日系列活动中，多地再次掀起场馆开放热潮。浙江为群众运动健身大开方便之门，8月8日当天免费开放体育场馆与设施，尤其是各亚运公

## 全国“全民健身日”主题活动开幕

本报讯 8月8日，2024年“全民健身日”主题活动全国主会场(国家奥林匹克体育中心)系列活动举行。国家体育总局副局长、党组书记王瑞连宣布活动开幕。

2024年“全民健身日”主题活动以“全民健身与奥运同行”为主题，借助群众关注奥运、支持奥运的热情，引导群众积极投身到全民健身中来。活动在国家奥体中心以及辽宁、黑龙江、湖南、广东、贵州、西藏、青海、新疆设立主会场。8月8日前后，全国预计举办2万余场赛事活动，直接参与群众超1000万人次。

国家奥林匹克体育中心主会场共举办50余场活动，涵盖30多种体育项目，吸引了超过8000人积极参与。奥运冠军、中国射击队队员盛李豪、黄雨婷现场与健身群众互动。现场活动不仅有深受群众喜爱的柔力球、毽球等项目体验，还有自行车虚拟运动会、线上体能比赛等云端赛事。现场还进行了国民体质检测和健康科普活动。

国家体育总局办公厅、群体司、青少司、宣传司、驻国家体育总局纪检监察组、部分运动项目管理中心及北京市体育局等单位负责人出席开幕式。(顾宁)

本报记者 刘昕彤

当地时间8月7日晚，世界反兴奋剂机构(WADA)在其官网发表声明，就当天早些时候的一篇报道做出回应，这篇报道揭露了美国反兴奋剂机构(USADA)多年来允许服用兴奋剂的运动员参赛，至少有一起案例从未公布或没有制裁反兴奋剂规则违规行为，这直接违反了《世界反兴奋剂规则》和美国反兴奋剂机构自己的规则。

世界反兴奋剂机构的声明表示，美国反兴奋剂机构允许服用兴奋剂的运动员参赛的做法明显违反了世界反兴奋剂机构旨在保护体育竞赛完整性的规则。世界反兴奋剂机构没有批准过美国反兴奋剂机构多年来允许服用兴奋剂的运动员参赛的做法。

据公开报道，美国九枚奥运金牌得主卡尔·刘易斯曾承认，尽管在1988年汉城奥运会前三次检测均呈阳性，但最终还是被“网开一面”。雅典奥运会百米冠军贾斯汀·加特林两度被查出阳性，按规定应当受到终身禁赛的处罚，但USADA却为其“极力开脱”，最终把禁赛期缩短为4年。

除公开的案例外，世界反兴奋剂机构现在知道至少有三起严重违反反兴奋剂规则的运动员多年来被允许继续比赛的案例。这些运动员同时被美国反兴奋剂机构用作线人。美国反兴奋剂机构并没有通知世界反兴奋剂机构这些做法，无论是世界反兴奋剂机构的《规则》，还是美国自己的规则，都没有任何条款允许这种做法。作为美国奥运田径代表队的选手，埃里扬·奈顿在今年3月26日的兴奋剂赛外检查中被查出呈类固醇(群勃龙)阳性。但USADA在巴黎奥运会国内预选赛开始前突然作出决定，宣称奈顿的阳性结果是由运动员食用了受污染的肉类引起的，决定不对其实施禁赛处罚，并允许他最终代表美国参加巴黎奥运会。此外，今年4月，美国田径选手阿尔德里奇·拜利赛外检查呈雄激素受体调节剂奥司他林阳性，USADA认定是由于运动员使用的氟丁橡胶大腿压缩袖受到了污染。相关事实表明，奥司他林并不是一种常见的污染物质。

世界反兴奋剂机构的声明还提及了一个案例，一名参加过美国奥运会预选赛和国际赛事的运动员承认服用类固醇和红细胞生成素(EPO)，但仍被允许继续比赛直到退役。这些案件从未公布，相关运动员的成绩从未被取消，奖金从未退还，也从未被禁赛。运动员被允许与不知情的运动员比赛，就好像他们从未服用兴奋剂一样。

事后，当美国反兴奋剂机构向世界反兴奋剂机构承认了这些做法，但声称任何后果的公布或结果的取消都会危及运动员的安全，并要求世界反兴奋剂机构同意不公布该案件。处于这种无奈的境地，世界反兴奋剂机构别无选择，只能同意。因此，该运动员的兴奋剂问题从未公开。

“当美国反兴奋剂机构因怀疑其他反兴奋剂组织没有严格遵守规定而大喊大叫时，自己却在多年间不公布兴奋剂案件，允许作弊者继续比赛，只是因为他们有可能帮助抓到其他违规者，这真是讽刺和虚伪。”世界反兴奋剂机构的声明称，这种做法不仅破坏了体育比赛的公平性，也危及了相关运动员的安全。

对此，中国反兴奋剂中心表示，美国反兴奋剂机构的做法，严重违反了《世界反兴奋剂条例》及其自身制定的规则，严重损害了体育运动的公平竞争和干净运动员的权益，表明其开展的反兴奋剂工作严重缺乏透明度。美方这种对自身长久以来的反兴奋剂“陋习”视而不见，却试图越界管辖别国的“双标”行为，也让国际社会看清了其“贼喊捉贼”“双重标准”的真面目。

“呼吁美国国会、USADA理事会正视美国自身存在的严重兴奋剂问题，正视USADA自身存在的严重治理缺陷，加强对USADA的监管和约束，加大本国反兴奋剂工作力度，立即停止‘长臂管辖’和粗暴干涉其他国家反兴奋剂工作的恶劣行径。强烈呼吁对USADA严重违反《世界反兴奋剂条例》的掩盖行为开展独立调查。”中国反兴奋剂中心表示。

针对美国反兴奋剂工作中的严重缺陷，中国反兴奋剂中心曾于8月6日发布声明，质疑美国反兴奋剂机构对美国奥运田径选手埃里扬·奈顿兴奋剂阳性的处理结果。8日又呼吁加大对美国田径运动员兴奋剂检查频率，切实维护各国干净运动员的合法权益，重树全球运动员对公平竞赛的信心。

世界反兴奋剂机构发布声明斥美机构多次违反世界反兴奋剂条例

## 中国反兴奋剂中心要求其开展独立调查

## 与奥运同行 与幸福相伴



在乌鲁木齐市天山体育公园，孩子们在篮球比赛现场进行运球表演。新华社记者 丁磊摄

(上接第一版)

青海在“青海省全民健身月”期间举办科学健身大讲堂活动，并同步线上直播，设置国民体质监测区、运动康复体验区、国家体育锻炼标准达标测试挑战区、奥运知识竞答区等，向群众提供体质监测和科学健身指导等服务。山东济南在体育宣传周期间同步启动科学健身指导体验周，开展“泉城科学健身大讲堂”系列讲座和社会体育指导员公益指导两大系列主题活动，以科学运动为切入点，邀请专家进行讲座及免费体验指导；青岛在全市范围举办科学健身指导公益宣讲、全民健身项目公益体验周、国民体质检测服务等在内的科学健身指导系列活动近200场，大力宣传普及“防未病”科学理念，科学指导市民体育锻炼。体育总局气功中心组织健身气功网络公开课、健身气功网络知识竞赛等，并联合央视1频道《生活圈》栏目，在8月8日前后播出《校园五禽戏》《健身气功运动处方》等多集健身气功教学指导节目。体育总局科研所在健康报等报纸及新媒体端发布科普信息，联合央视网、抖音号、优酷、腾讯视频等，进行“幼儿体育活动”和“成年人腰痛康复”科普视频展播推广，联合央视网、央视少儿客户端及抖音平台推出“运动与幼儿生长发育”主题专家科普直播间。

### 社会体育指导员发挥作用，打通群众健身“最后一公里”

2024年全国社会体育指导员交流展示大会于8月8日

(上接第一版)

露营、飞盘、骑行、冰雪运动……近几年，户外运动火遍大江南北，并正在逐渐成为人民群众走向自然、拥抱自然、乐享生活的新潮流、新时尚。国家体育总局等8部委联合发布的《户外运动产业发展规划(2022—2025年)》明确提出，到2025年户外运动产业总规模超过3万亿元。这意味着国家将户外运动定位为体育产业第一业态，总规模占比将达到60%。

从2022年全国体育产业的内部构成

看，体育服务业增加值为9180亿元，占体育产业增加值的比重为70.1%，比上年提高0.1个百分点。体育用品及相关产品制造增加值为3686亿元，占体育产业增加值的比重为28.2%，比上年提高0.2个百分点。

近年来，我国体育用品业积极适应市场需求变化，加强产品和技术研发，提升产品和服务质量。很多体育用品企业在产品智能化、智慧化方向取得显著成效，智能健身路径、智能家用健身器材成

为主流健身器材产品，实现了数字技术在运动健身方面的广泛应用。今年4月，国家体育总局公布了最新的体育领域国家级“专精特新”企业和制造业单项冠军企业名单，企业数量达到95家，比上一年度增加37家，显示出体育用品业广阔的市场空间和发展潜力。

2023年以来，体育消费发展势头强劲，已经成为拉动整体消费增长的重要引擎。今年一季度，全国体育娱乐用品类销售总额同比增长14.2%，远高于社会消

费品零售总额4.7%的增速，体育消费在挖掘国内市场潜力、助力经济增长等工作中发挥着越来越重要的作用。

当前体育产业发展面临的机遇前所未有——党中央、国务院对体育产业的重视程度前所未有；地方政府对体育产业的关心和支持前所未有；社会各界对体育产业的关注程度前所未有；人民群众对优质体育产品和服务的需求前所未有。这表明体育产业的政策环境、社会环境和市场环境越来越好。