

基层体育组织为群众铺就“健康跑道”

本报记者 傅潇雯文/图

周日早上8点,70名中小学生在教练的带领下一起走进北京市东城区新鲜胡同小学操场,不同年龄段和不同运动水平的孩子们分成三组,用晨跑开启周末新一天的生活。

这些中小學生都是潮少年运动营的队员,来自周边社区,年龄横跨7至20岁。每逢周末,孩子们聚在一起,通过跑步强健体魄,锻炼意志品质,增强他们的自理、自控和自律能力。“运动营从最初组建时只有十几名青少年参加,到现在每次70个名额快速一抢而空,跑步活动得到越来越多青少年和家长们的喜爱和支持。”运动营营主荆蕾说。

在街道、协会、学校、企业等多方的共同支持下,一些基层的运动组织得以为周边居民提供一个长期坚持锻炼的平台,潮少年运动营就是由北京市东城区朝阳门街道、北京马拉松协会、大方家社区和新鲜胡同小学共同组织的。北京市马拉松协会相关负责人表示,协会联合朝阳门街道组建跑团,希望通过科学运动与家校社协同育人,为青少年打造健康成长的平台。“运动不仅是强健体魄的途径,还是塑造品格、培养兴趣、凝聚团队精神载体,协会将联动家长志愿者、学校教师和专业教练,通过亲子跑步、团队挑战等活动,让家庭成为孩子兴趣培养的第一课堂,让社区成为实践协作的舞台。”该负责人说。

很多像潮少年运动营这样居民身边的基层运动组织,通过多方支持组建的形式,为居民搭建运动健

身平台,在街道的协调下,活动得以获得公共场地的使用许可,相关协会等社会组织提供专业的运动指导,企业提供物质保障,多方合力形成良性循环。

在江西省新余市渝水区城北街道办锦景社区北湖锦景小区,人们在小区内跑步穿梭好似一条红色“彩带”,这支锦景红色跑团是聚合跑步爱好者、上班族、青少年等群体的跑团。从最开始居民找队友跑步,逐渐成为百人规模的跑团,“一开始是为了强身健体,现在更多是跟志同道合的朋友一起运动。”不少跑团成员表示自己找到了“组织”,也渐渐养成了跑步的生活方式。

从最初的3人小队,到如今100多人的团队,上海市奉贤区金汇镇江苑社区的“小象悦跑团”成了越来越多社区居民分享健康和快乐的平台,他们说:“一个人或许可以跑得很快,但一群人可以跑得更远。”很多成员在刚加入跑团时完成5公里都很困难,在跑团团长和骨干们的鼓励和指导下,不少团员不断挑战极限,从5公里到10公里,从10公里到半程马拉松,甚至到全程马拉松。他们还组织了自己的马拉松比赛,第一届社区竞速跑暨健身徒步走活动就吸引了200余人参与。

除了日常组织跑步等全民健身的活动,这些基层运动组织还积极将运动与社会责任相结合,依托体育活动为街道和社区乃至社会提供公益行动,进一步提升了活动的意义和影响力。潮少年运动营“跑步1公里,捐献1元钱”的公益跑步活动,让所在街道的一些失能

老人和行动不便的老人家里装上了扶手,门口装上了无障碍出行的斜坡,通过孩子们每一步的奔跑,让这些老人们的“微心愿”得以实现。

荆蕾说:“运动营通过与爱心企业合作,为困难老人等弱势群体筹集善款和物资,运动营让青少年在锻炼身体的同时,培养他们的社会责任感和公益意识。”锦景红色跑团的队员在跑步的同时,还主动兼职当起社区网格员,在草坪道路上、在楼栋单元间发现并上报安全隐患和捡拾垃圾果壳,实现了跑步和社区治理的“双向奔赴”。

这些基层体育组织正在全民健身浪潮中发挥着积极作用,让人们用脚步丈量健康,用行动传递活力,不仅为居民提供了一个出门可及的锻炼身体的平台,在跑步过程中,人们相互交流、增进了解,邻里关系也变得更加和谐融洽,促进了社区凝聚力的提升。



潮少年运动营队员在新鲜胡同小学操场上晨跑。

湖南岳阳:跃动巾帼力量 传递志愿精神

本报讯 “三八”国际妇女节当天,2025年“奋进新征程 运动促健康”全民健身志愿服务主题示范活动在湖南省岳阳市南湖广场正式启动。

本次活动以“关注女性健康,传递志愿精神”为主旨,通过科学健身指导、健康讲座、巾帼运动风采展演等多元形式,将健康与关爱传递给全市女性同胞,积极推动女性健康与全民健身志愿服务的深度融合,在岳阳市掀起了新的热潮。

活动现场,岳阳市全民健身志愿服务队宣布成立,并向全体市民发出号召,倡导大家积极投身全民健身志愿服务的热潮,齐心协力推动健康中国建设稳步发展。来自岳阳市运动协会和岳阳市南湖新区教育体育科技局的近900名女性志愿者,通过广场舞、太极拳、啦啦操、柔力球、工间操等丰

富多彩的运动项目展演,生动展现了本市妇女同胞积极向上、奋发进取的精神风貌,成为活动现场一道亮丽的风景。

此外,活动现场特别设置的女性健康义诊区成为焦点,吸引了数百名女性健身爱好者积极参与。她们兴致盎然地学习健康知识,并在志愿者的引导下,有序接受免费健康体检。与此同时,50余名羽毛球、乒乓球、太极拳等项目的社会体育指导员组成了“科学健身志愿服务团”,为到场的女同胞提供专业的健身指导,助力她们科学锻炼、增强体质。

本次活动由国家体育总局指导,湖南省体育局主办,岳阳市教育体育局承办,岳阳市全民健身指导服务中心执行,岳阳职业技术学院、南湖新区管委会、岳阳市妇联协办。(部国华)

健身赛场精英新秀齐亮相

本报讯 日前,为期3天的2025年中国健身健美精英职业联赛(上海站)、中国健身健美新秀赛在上海举行。作为亚太地区健身行业风向标的第12届上海国际健身展核心赛事,比赛汇聚了全国各地的众多优秀运动员与新秀力量。

此次赛事以“精英赛+新秀赛”双轨并行模式,既让往届冠军、职业大咖在舞台上延续辉煌、激烈比拼,又为初出茅庐、怀揣梦想的新世代选手打造了展示自我、崭露头角的舞台。比赛项目丰富,男子项目囊括古典健美、传统健美、古典健体、健体、健身模特,女子项目包含健身比基尼、健身模特、形体、健康小姐。各个项目依据身高、体重等因素进行精细分组,确保比赛的公平与专业。

新秀赛的设立体现了行业对人才梯队建设的重视。赛事不仅选拔冠军,还为行业储备新生力量,推动全民健身与竞技体育深度融合。新秀赛中,年轻选手们虽然经验稍欠,但他们凭借着饱满的热情和扎实的训练功底,在舞台上崭露头角,为赛事注入了新鲜血液。

比赛中,运动员们以饱满的热情和精湛的技巧,展开了激烈的角逐。比赛现场氛围火爆,随着运动员们依次登台,现场的欢呼声、掌声如汹涌的潮水一波接着一波。现场观众构成丰富,不仅有专业的健身健美爱好者,对每个项目的评判标准、运动员表现能给出专业点评,还有许多普通观众,在欣赏比赛的过程中,逐渐对健身健美运动有了更深入、更直观的了解和认识。不少人当场表示受到激励,以后会投身到健身健美运动中来。

值得一提的是,在众多比赛项目中,健康小姐项目在时隔多年后再度重启,为广大女性提供了一个展现多元魅力的舞台。本次比赛由中国健美协会主办。(轧学超)



老年健身热潮展现美好生活新图景

冯蕾 吴童

根据中国老年人体育协会(以下简称“中国老体协”)影响力评估近期月报显示,由中国老体协主导的系列体育活动成为老年人关注的焦点。其中,“迎新贺新春”全国老年人体育健身线上系列活动颇受欢迎,这场“云端盛会”不仅打破了地域限制,还以线上投

票、专属海报等互动形式,让老年人跨越空间展示风采,获得感和幸福感显著提升。

“迎新春、贺新春”活动成为多地老年群体展示活力的舞台。内蒙古锡林郭勒盟老体协组织报送视频作品110个、摄影作品42幅,斩获近百项奖项,当地负责人称活动“在寒冬燃起一把火,成为热门话题”;四川邻水县广场舞健身操舞队以25部作品揽获36个奖项,彰显基层动员力。此外,江苏省盐城市盐都区推出“体育大拜年”系列活动,涵盖健身操舞、欢乐跑等项目,

吸引近500人参与,社会体育指导员现场示范指导,推动全民健身与节日文化深度融合。活动不仅激发了老年人的参与热情,还成为地方文化展示与基层活动创新的载体。

老年体育活动的延伸效应远超越赛事本身。为呈现高质量作品,老年群体展现了专业精神。国家体育总局老年大学队耗时数月编排广场舞《我爱你中国》,从动作设计到服装道具均精益求精;国资委商业离退休干部局特邀太极拳专家指导,老同志们严寒中坚持训练,最终以作品传递活力。活动结束后,多地老年协会持续推动健身常态化,如江苏省句容市试点“健身骨干线上培训”活动,将科学指导延伸至日常。网友“阳光普照”评论称:“活动结束后,社区广场舞队每周排练三次,健身已成生活习惯。”这种从“赛事参与”到“生活融入”的转变,正是老年体育可持续发展的关键。

老年体育各项活动的成功举办为“银发经济”注入新动能。据统计,内蒙古、四川等地因活动带动健身器材、服装等消费增长15%;快手平台投票助力功能吸引超2.2万次海报下载,衍生出线上流量经济。

中国老体协主席雷军指出,2025年将继续探索“体育+消费”模式,如开发适老化健身课程、联合企业推出优惠产品,进一步释放老年人消费潜力。网友“健康能手”建议:“希望平台增设健身用品专区,方便我们一站式采购。”这种需求与供给的互动,推动了老年体育从公益事业向产业生态的升级。

当健康与情感需求被充分满足时,“银发力量”便能转化为推动社会进步的可持续动力。未来,随着基层声音的充分重视与政策的有力支持,老年体育将成为健康中国建设中兼具温度与活力的典范。(部国华)

万名跑友畅跑李白故里

本报讯 2025江油马拉松暨“跑遍四川”绵阳站日前开跑,来自全国各地的万名跑友齐聚李白故里,用脚步丈量江油城市之美。

本届比赛设有全程马拉松、半程马拉松、欢乐跑三个组别。随着清脆的发令枪声响起,10000余名跑者在亚洲接力锦标赛冠军、世界大学生运动会冠军、江油籍运动员邓智舰的领跑下,从江油市体育中心出发,一路途经第二涪江大桥、诗仙路、李白大道、江油高新区、中国酱文化博物馆等地标景点,感受诗仙故里的春光无限美。

江油马拉松2023年首次举办,是中国田协认证A1类赛事,与“跑遍四川马拉松系列赛”两赛合一。经过紧张激烈的角逐,男子组黄仁伟以2小时24分15秒的成绩率先冲过终点线,女子组冠军则由朱冰莹以2小时44分30秒摘得。在半场马拉松项目的比赛中,魏彬芝和舒梦分别以1小时10分41秒、1小时20分30秒夺冠。

近年来,江油市委市政府在群众体育、竞技体育、体育产业等方面多点开花,江油马拉松不仅是集观赏性、挑战性、竞技性于一体的高水平体育盛事,还是江油展示城市形象、促进文体旅

融合的重要活动。为了让区域性赛事升级为全国跑者向往的“诗意赛道、口碑赛事”,2025江油马拉松联动“李白故里·哪吒祖庭”这一文化IP,将李白文化、哪吒文化深度融入赛事场景,赛前开通“太白号”“哪吒号”主题公交专线,在城区打造哪吒壁画墙,并组织李白、哪吒、汉服社等特色方阵参加比赛;赛道上设置文化氛围加油点15个、特色美食补给点12个,提供了江油肥肠等20余种地道美食。

同时,作为2025年第五届“巴山蜀水·运动川渝”体育旅游休闲消费季——四川绵阳江油站重点活动之一,商务文旅部门还通过发放300万元文旅消费券及线下商贸消费券,为参赛选手、市民和游客带来了更多实实在在的优惠。此外,消费季在明月岛都江堰水街、窦圉山、江油市体育中心三个会场举办的以手工艺品、农特产品、特色地方美食、体育类服饰及器材为主的展示展销活动,也创造了更集中、更丰富的消费体验。

本次比赛由江油市人民政府、绵阳市教育和体育局、绵阳市文化广播电视和旅游局主办,四川省田径协会、江油市教育和体育局、江油市文化广播电视和旅游局承办。(部国华)