

# 上海新政让健身消费更安心

陈 敏

日前,《上海市体育健身行业会员服务合同示范文本(2025版)》《上海市体育健身行业健身指导服务合同示范文本(2025版)》在沪发布。3月14日,首批37家健身品牌和公共体育场馆代表(涉及782家门店和场馆)率先签署使用合同示范文本承诺书。

从去年1月1日《上海市体育发展条例》颁布施行,到今年3月1日起正式施行《上海市体育健身行业预付式消费经营活动监管实施办法》(以下简称《实施办法》),首次创设针对预付式消费经营活动合理控制预收资金规模的“三限”规定——“(经营者)合理设定预收金额和可兑付的服务期限、次数”,再到此次新版合同示范文本出台,上海在溯源治理健身行业痼疾的道路上持续推进,从而为全行业避免不良经营模式提供了可参考和借鉴的法律保障体系。

对于有着15年健身经历的上海市民吴佩兰来说,《实施办法》的落地让她在健身消费上“少了心理障碍,信任多了一些”,而两部新版合同示范文本的出台,又让她吃下一颗“定心丸”,“现在有了‘三限’的监管规定,再加上这个新版合同,感觉站在消费者的利益上更多一点,我肯定是更开心一点。”

新版合同进一步强化消费者权益保障。一是着

重强调“三限”规定,提醒消费者预付款风险,强化经营者的告知义务,其中会籍时长、私教课有效期时长不建议超过健身房场地租赁期限,能在一定程度上事前预防超卖现象。二是载明收费标准、合同金额,实现明码标价。同时,还增加了满足消费者个性化需求的部分,包括是否指定教练等。

以往让消费者担心、闹心的一些矛盾点,在新版合同中都有具体条款的明确规定。如退费的流程快了,在继续沿用7天冷静期规定的同时,将冷静期及其他情形退费周期分别缩减至5个工作日、15个工作日。对于转卡难的问题,上海市律师协会体育专业委员会主任卫新表示,“以往必须经过健身房的同意,而且各种明的暗的费用非常多。这个合同上明确规定,消费者可以转卡,只要一家符合办卡的基本条件,健身房是不得拒绝的,且必须配合。”

卫新表示,新版合同对规范和引导市场主体的行为,可以发挥积极作用,也能够有效预防潜在的民事纠纷,从源头化解矛盾,“这对于整个消费活动会是一个巨大的推动。”

“体育健身行业的发展趋势更加注重服务质量,积极适应市场和创新转型。”上海体育大学教授杨倩表示,《实施办法》的正式施行和新版合同示范文本的适时发布,有利于发挥行业自律作用和社会监督

作用,健全体育健身行业综合治理体系,进一步规范市场。

具体到各项细节,通过周到的条款设计,两部合同示范文本通过事前风险预防、事中权责明晰、事后纠纷解决的全链条设计,既保护消费者核心权益,也帮助企业合规经营,有利于推动构建健康的行业生态。上海市健身健美协会秘书长孙崇表示,目前,上海大部分健身企业,尤其是新进品牌和工作室都已主推或全部发行月付制、小课包等符合“三限”规定和消费趋势的产品,从拼业绩到拼服务、拼口碑,大家都在积极拥抱新政,寻求行业变革之路。

用规则挤掉泡沫,让真正深耕服务的企业脱颖而出。“加五磅健身”创始人张哲瑜表示,“新政实施后,大家会逐渐重拾对健身行业的信心。消费者在健身过程中如对服务不满意,退费相比以往更容易,这更加考验健身机构的整体运营和资源配置能力,健身机构的服务需要更加专业,不断提升自身服务质量,这样才能吸引消费者达成复购。”

数字在一定程度上可以体现出新政实施带来的变化。据美团最新消费数据显示,截至3月12日,上海地区提供健身月卡或短期课团购门店已有1200多家(占合作门店的52%),年同比增长137%;《实施办法》落地两周来,短期团购门店数增长达7.4%。



77岁上海奶奶力争第三次上全运

陈 敏

3月15日,在“我要上全运”全运会群众比赛乒乓球项目上海市选拔赛的现场,一位活力十足的“奶奶级”选手备受关注。她叫沃霞芬,今年77岁,此番参赛为的是力争第三次站上全运会赛场。

“乒乓球是国球,也是我的最爱!”一边做着赛前热身,沃霞芬一边笑着说。她从小就喜欢打乒乓球,但之前没想过有一天自己也能参加全运会。2017年的天津全运会首设群众项目,乒乓球成为比赛项目之一,在各个年龄组别中,最大的是60至69岁组。时年69岁的沃霞芬第一次参加了全运会,夺得一枚铜牌。“那时候很多观众为我加油,还来跟我合影。”沃

霞芬说。

4年后的陕西全运会,群众项目乒乓球比赛组别进一步扩展,增设了70岁以上组,给了沃霞芬一个惊喜,“知道了这个情况,我真是做梦都在笑。”再次站到全运会赛场,沃霞芬一举夺得金牌,成为上海群众体育当之无愧的代表人物之一。

又是一个4年过去,已经77岁的沃霞芬对乒乓球的热爱不减当年,“每周三练,一打球我就开心。”身边志同道合的球友也越来越多,沃霞芬说,“八十多岁的也有,活络得不得了。”

说起这次参加全运会的目标,沃霞芬说:“重在参与,尽力就好。我做事很认真的,如果还有机会站上全运会赛场,那我肯定全力以赴,为上海争光。”

上海作为中国乒乓球运动的发源地之一,深耕群众体育土壤,已形成“人人爱乒乓、人人会乒乓”的浓厚氛围。本次选拔赛以“全民参与、全民共享”为宗旨,吸引了5个年龄组共335名乒乓球爱好者踊跃参与。

中国乒乓球协会副主席、上海市乒乓球协会会长王励勤介绍,此次选拔包括选拔赛和专家评审两个阶段。专家评审团由上海乒乓球领域的资深专家、专业队教练以及足协相关部门负责人组成,他们将根据选拔赛成绩和表现,对参赛选手进行深入评估和综合考量,最终确定代表上海参赛的人选名单,“整个选拔过程遵循公开、公平、公正的原则,确保每一位选手都能在平等的环境中竞争,让真正有实力的选手脱颖而出。”

## 宁夏竞技体育多点突破实现“开门红”

雍晓龙

在宁夏回族自治区党委、政府的领导下,自治区体育局统筹各方力量,凝聚上下合力,紧盯重点项目、重点运动队、重点运动员,狠抓备战训练。进入2025年以来,宁夏运动员参加国际、国内各类比赛共取得2金4银2铜,4至8名11个,共19个录取名次的好成绩,为奋力实现一季度“开门红”和冲刺第十五届全国运动会注入了“强心剂”。

“马”到成功,马拉松项目再创佳绩。3月2日,2025东京马拉松赛,宁夏运动员何杰以2小时07分20秒的成绩在中国参赛选手中排名第一,在所有参赛选手中排名第16位。队友温都日呼以2小时14分41分刷新个人最好成绩,总排名第51位。此次赛事作为东京世锦赛选拔赛,何杰在前30公里保持稳定配速,虽然冲击2小时06分30秒的

世锦赛达标线未果,但仍以国内领跑姿态彰显实力。

四面出“击”,射击项目多点开花。2月23日,全国射击冠军赛暨第十五届全国运动会(手枪项目)席位赛在上海市圆满收官。宁夏射击队共派出12名手枪项目运动员参赛。其中,尚凯艳、毛海铭、杨娟以默契的配合获得女子25米手枪团体项目第一名;尚凯艳还获得女子10米气手枪项目第七名,毛海铭获得女子25米手枪项目第八名。尚凯艳、王硕、党浩明、毛海铭、王佳欣等5名运动员顺利拿到第十五届全国运动会参赛席位;尚凯艳、毛海铭凭借出色表现,还获得了2025年国际选拔赛(第三场)参赛资格,将代表宁夏射击项目向国际高水平赛事发起冲击。

行稳“掷”远,投掷项目填补空白。在2025年全国室内田径大奖赛上,宁夏投掷队取得建队以来最好成绩:19

岁铅球小将夏国源在11天内两度刷新全区纪录,暂列本年度全国第七位,填补了宁夏田径投掷项目参加国内大赛的成绩空白。首站比赛,夏国源投出17.93米,获得第四名,打破宁夏成年男子铅球纪录,超原纪录1.2米。第四站比赛中,他又将纪录提升至18.45米,再次打破全区成年男子铅球纪录,达到国家运动健将标准。

长期以来,由于选材、场地、教练等多种原因,宁夏一直没有组建田径投掷队。2023年8月,自治区体育局、宁夏体育运动训练管理中心在投掷队伍组建备战过程中,坚持“请进来+走出去”,采用“精准培养+梯队建设”模式,推动投掷项目“扩容提质”。通过引进外籍高水平教练员,构建科学的训练体系,选拔23名本土运动员进行系统性培养,他们的年龄在13岁至19岁之间。一年多来,宁夏体育运动训练

管理中心不断强化“训科医教保”保障服务体系,投掷队在國內多项比赛中屡获佳绩。

“骑”开得胜,传统项目焕发活力。3月6日,宁夏自行车队运动员朱诗萌在全国公路自行车联赛首站女子计时赛中获得亚军。宁夏自行车队是曾在上世纪80年代获得过全国桂冠的老牌劲旅,通过近年来重塑科学备战训练体系,引进高水平教练员,实施跨项目选材培养等举措,进一步提升了宁夏自行车项目竞技水平。

“矢”志不渝,射箭新星勇夺金牌。2025年全国射箭冠军赛日前在海南省文昌市举行,宁夏射箭队派出11名运动员参赛。在3月4日进行的女子个人金牌争夺战中,宁夏射箭新星沙雪儿延续排名赛(337环第五名)的稳定状态,先后淘汰河北、广东等队强手后与上海选手吴佳欣在决赛相遇。决赛在5比5战平的胶着时刻,沙雪儿冷静射出9环,一箭定乾坤锁定胜局,斩获金牌。

## 河北体育产业工作会议召开

**本报讯** 近日,2025年河北省体育产业工作会议在廊坊市文安县召开,来自全省各地的体育部门、体育产业负责人及行业专家齐聚一堂,共谋体育产业发展新篇章。

会议强调,2024年河北省体育在各地特色亮点和创新举措的推动下,实现了新进展和新进步。2025年,河北省体育产业将围绕“十四五”目标任务,凝聚共识,解放思想,创新举措,全力推进八项重点工作的落实,包括大力推动冬奥竞赛场馆后续利用、推进京津冀体育协同发展、发展赛事经济、发展冰雪经济、促进体育消费、强化品牌引领、做好产业基础工作以及强化推动落实。

会议要求,做好2025年体育产业工作,一是提升站位抓落实,要主动对接服务国家战略,服务经济社会发展,积极布局未来发

展;二是创新谋划抓落实,要加强顶层谋划,创新政策举措,勇于担当作为;三是扭住重点抓落实,要大力发展赛事经济、冰雪经济和户外运动;四是实化举措抓落实,要继续推动品牌引领、活动推动、平台赋能和市场借力;五是凝聚合力抓落实,要争取党委政府、部门和社会各界支持,共同推动体育产业发展。

会议期间,与会代表还就《2025(第六届)河北省体育消费季总体方案(初稿)》和《河北省高质量户外运动目的地创建方案(初稿)》进行研讨。同时,通报了2024年体育产业品牌获奖单位,并为部分获奖单位颁发牌匾和证书。体育消费试点县(市、区)、体育赛事产业示范县(市、区)代表进行了交流发言,分享各自的成功经验和创新做法。

(张 昕)

## 广东四队征战十五运获冠名支持

**本报讯** 3月15日,广东省体操队、艺术体操队、蹦床队、技巧队迎来喜讯,他们与思腾品牌达成战略合作,获得全方位的高性能运动装备支持,全力冲刺十五运会。

签约仪式后,这4支队伍将以“广东思腾队”的名称征战国内赛场,这一名称不仅体现了思腾体育与广东体育的深度融合,更代表着双方携手共进、共创辉煌的决心。

体操世界冠军刘婷婷表示:“思腾体育的加入,不仅为我们提供了更优质的装备支持,也带来了

新的发展机遇。专业的运动装备是我们在赛场上的‘有力武器’,它能助力我们发挥出最佳水平,去追求更高的目标。”

广东省二沙体育训练中心副主任陈向红表示:“此次签约标志着广东省体操队、艺术体操队、蹦床队、技巧队与思腾体育正式携手,我们与思腾体育将结成一个团体,发扬体育精神,力争在全国赛场中取得更多佳绩,不断提升广东体育的竞技水平和社会影响力。”

(黄心豪)

## 浙江全面升级赛事安全监管

**本报讯** 为进一步加强马拉松及路跑、户外越野、自行车等具有较高危险性体育赛事的安全管理工作,浙江省体育局近日发布《关于加强体育赛事安全管理工作的通知》(以下简称《通知》)。相比于此前的赛事安全工作要求,新的安全管理工作又有不少“升级”。

赛事安全监管是体育赛事的重中之重,《通知》特别明确了对于高危险性赛事的办赛要求。按照《浙江省举办高危险性体育赛事活动分级管理实施意见(修订)》要求,对赛事距离超过42.195千米、关门时间超过12小时、安排夜间赛程,以及赛事规模超过2000人的山地户外越野赛事,必须在赛前60日实行“上提两级”审查制度。达不到这些数字指标的山地户外赛事,也必须在赛前30日实行“上提两级”报备,例如:乡镇举办赛事向设区

市体育部门报备,区县级以上举办赛事向省体育局职能部门报备。此外,《通知》还明确要求:赛前无体育赛事风险评估、无赛事应急预案的,一律不得举办。

对赛事的规范管理、备案工作也有所“升级”。其中,申请省体育局主办的比赛必须一事一批、一年一批,所有赛事必须在省体育局数字化赛事发布平台统一备案、统一发布。此外,“熔断”机制等也都要赛前制定完整方案。

浙江省体育局竞赛处相关负责人表示,下一步将对马拉松、山地越野等赛事组织督查员进行全程跟踪指导,强化赛前准入把关和赛中、赛后的监督管理。通过规范化管理,促进各级各类体育赛事有序开展,打造更多体育经济样板。

(易龙吟)

(上接第一版)

作为一名眼科医生,北京同仁医院亦庄院区医学视光科副主任、教授、主任医师李仕明认为,近视不仅影响儿童青少年眼健康,还可能影响心理健康,高度近视个体更易焦虑,户外活动(非剧烈运动)的近视防控效果优于室内活动,需注重科学运动干预。同时要重视家长教育,对家长开展健康教育并发挥其主动性以形成长期效应。

中科院心理所认知与发展心理学研究室研究员魏高峡说:“青少年突出的问题包括近视、超重、抑郁、焦虑、成瘾、厌学、饮食失调、校园欺凌等,都可以通过体育运动加以解决。团队进行的基础研究表明不同运动强度会对攻击性行为产生影响,体质差异的学生从体育运动中的受益也不同。我们现已提供了儿童心理教练平

台,针对心理风险青少年提供运动解决方案,对普通青少年提供增强心理能力的工具和方案,同时对学生身心健康数据联盟工作进行队列研究。”

体育总局科研所国民体质与科学健身研究中心主任、研究员徐建方强调,体育是“五育”的物质基础,是健全人格、锤炼意志的核心途径。政府工作报告强调“强意志、健身心”,正是要将体育从传统的运动技能提升为全面育人的系统工程,推动教育从“重分数”向“重素质”转变,实现“以体育人”的深层价值。建议构建全国性青少年科普平台,持续开展青少年健身科普活动;完善青少年体质健康促进干预模式,实施青少年体质健康干预行动计划;持续创编形式多样的科普作品;推进体教卫深度融合参与青少年健康工作。