

科技力量融入生活半径

打造家门口的智慧健身圈

本报记者 傅潇雯

北京奥林匹克森林公园南门有块大屏幕，只要跑得快就能“上榜”。清晨6点半，张宇成戴上运动手环，用晨练为一天的生活充满电。“以前跑步凭感觉，现在凭数据，心率、步频都能同步分析，还能和跑友们PK。”他笑着说。

这样的智慧健身场景，如今越来越多地出现在人们身边。山东济南今年打造的万米公园智慧健身步道，样板段预计将在“五一”前对外开放，智慧健身步道是在公园现有的绿道基础上进行全面升级改造，升级后的绿道沿线设置了智能数据采集设备、AI智能识别互动大屏和识别摄像头，人们即使没有携带电子运动设备，也能方便快捷地记录自己的运动数据、运动量、心跳、运动排名等，掌握自己的运动和身体情况，感受共享智能健身带来的健康与乐趣。“智慧健身圈”让智慧健身设施正从“离家远”变为“抬脚见”，全民健身正迈入智能化、普惠化，既能提高运动的效率，又能增强

运动的乐趣，提高了人们参与健身活动的积极性。

智慧的设施、优美的环境让奥森公园成为北京跑步爱好者的聚集地。公园工作人员介绍：“大屏幕的榜单不仅有最近30天在奥森公园跑步的打卡排行榜，还涵盖了3公里、5公里和10公里的配速运动榜单。跑者在奥森跑步时，能据此给自己设定更具挑战性的目标，让跑步变得更有成就感。”跑道沿路还设置了运动驿站，“每隔1千米就有一间，屋内有触控大屏幕，可以跟着上面的指导动作进行跑前热身和跑后放松。”张宇成说，“有了运动驿站，就不会偷懒忽略热身和拉伸的环节，让健身跑步更能保质保量完成。”

同样的智慧运动场景出现在北京市昌平区的白浮泉体育公园。周瑾每周末都要来这里跑步，已经跑了十多年的她过去喜欢公路夜跑、操场跑，但现在她最喜欢的还是来体育公园里的智慧跑道跑步。“家附近有这样一个充满‘智慧’的公园真的很幸福。”周瑾说，“公园里环境好，智慧跑道也很有趣，不用戴任何电子设备，沿途的AI检

测杆就能实时反馈和记录每个人的跑步里程、速度等信息。”跑道全程环线9.4公里，通过人脸识别、大数据、AI等技术实现个性化监测，能够自动捕捉并记录跑者的运动数据。“智慧不是炫技，而是让运动更普惠。”昌平区体育局相关负责人表示，公园日均接待量超上万人次，健身设施每天使用率达80%以上，真正实现“从3岁到80岁，人人都是运动员”。

在上海徐汇区康健体育公园，有几顶白色的遮阳篷，每顶遮阳篷下安装着不同种类的健身器械，它们的共通点便是都有一颗智慧的“大脑”，这些智慧健身器械成了来这里健身的好帮手，人们用手机扫描器材上的二维码，打开小程序，就能看到每个设备的运动教程，还能将运动数据实时上传到手机软件，获得相应的运动指导。为科学规划健身流程，室外智能健身房被划分为四大区域，初试者根据指引标识，在场地的体质测试区完成系统测试后，平台便会生成每个人专属的“运动处方”。根据训练目标，在心肺功能区进行有氧锻炼、在力量训练区

进行抗阻训练，在拉伸训练区练习拉伸，一整套“私人订制”的运动计划就完成了。家住公园附近的70岁的宋强基本每天都要来这里锻炼，相较于传统健身器材，宋强觉得这套智慧健身器材对老年人十分“友好”。“不仅可以测出身体的水分、体脂数据，了解自己身体状况，还能在锻炼时根据自己的身体情况调节速度、阻力，让自己‘量力而行’。”宋强说。

在福建省三明市明溪县智慧体育公园内，小朋友正跟着智慧互动大屏里的AI机器人做热身运动。“这里有智能太空漫步机、椭圆机，我们可以从屏幕上获取运动时长、消耗的卡路里等各项数据，运动成果一目了然。”锻炼者徐莉莉说。体育公园布置了齐全的运动设施，有室外智能体质测试亭、智能健身驿站、智能健身路径、智能健身步道等，将原本闲置的城市“边角料”转化为全民健身活力场。

智慧健身圈正在融入人们的生活圈，在智慧体育的助力下，更多群众找到适合自己的健身方式，享受运动带来的快乐与健康。



主办方供图

浙江临海尤溪极限铁人三项挑战赛启幕

体旅融合赋能山区振兴

本报记者 卢 菁

近日，临海尤溪镇以一场融合自然野性、历史底蕴与体育精神的极限挑战，拉开了2025年浙江体育助力山区海岛县系列赛事的序幕——伟星临海尤溪极限铁人三项挑战赛正式启幕，来自18个国家及地区的运动员，在尤溪的山水间，用汗水与毅力书写人与自然和谐共生的壮美篇章。

本次赛事采用“1+3”的创新框架，首先举办了越野赛和泳渡赛两个单项赛，因为天气原因，自行车赛遗憾熔断。五尖山的险峰、义城古道的苔痕、下涨村的白墙黛瓦……25公里组与41公里组选手在竹海松涛中听见心跳与山风的合奏，5人团队组更以协作之力直抵黄岩坪之巅，也让尤溪的自然美学与越野者的勇气激情碰撞。

随后，运动员们迎接终极挑战，1.5公里龙门水库公开水域游泳、35公里江南大峡谷骑行（垂直攀升895米）、25公里越野跑，全程在尤溪的生态与历史长廊中展开。

经过激烈角逐，极限铁人三项挑战赛圆满落幕。在男子个人组中，张杰摘得桂冠，更是把尤溪铁三的赛道纪录提前了半个多小

时。女子个人组冠军则被蒋冬梅斩获。本次赛事前10%顶尖运动员将获授紫金马甲，所有完赛者均可获得纪念奖牌。这不仅是对成绩的认可，也是对铁人精神的致敬。

本次赛事不仅是一场体育竞技的盛宴，更是浙江体育助力山区海岛县发展的生动实践。赛事以尤溪独特的山水资源为依托，将体育精神深度融入地方发展脉络，吸引了大批户外运动爱好者齐聚尤溪，带动了当地旅游、餐饮、住宿等产业的蓬勃发展，为山区海岛县注入了新的经济活力。

同时，赛事举办将尤溪的生态优势转化为发展优势，体育+旅游的融合模式，让绿水青山真正成为金山银山。运动员们在挑战极限的同时，也成为尤溪自然与人文魅力的传播者，将尤溪的名字带向更远的地方。这种以体育为媒、以山水为介的发展路径，正是浙江体育助力共同富裕示范区建设的生动注脚，展现了体育在促进地方经济社会发展中的独特作用。

本次赛事得到伟星集团冠名支持，知名企业提供全方位保障。各方携手，以体育之名助力山区海岛县发展，让尤溪的青山绿水成为共同富裕的见证者。

国民体能赛打造“体育+”多元模式

本报讯 日前，国民体能赛2025年首站巡回赛在江苏南京奥林匹克体育中心东广场收官，本次比赛通过“赛事+”模式，结合南京建邺体育嘉年华活动，实现了体育与文化、消费的多元深度融合。

本次赛事除了综合体能、技能闯关项目外，还特设趣味挑战赛，吸引了来自沈阳、北京、广东、上海、福建等超60%的外地选手、600余人参赛。

在综合体能的赛场上，各位选手彼此激励，全力以赴；青少年技能闯关比赛气氛紧张热烈；趣味挑战赛由于高趣味和低门槛受到了大家的喜爱，现场人群踊跃参与并积极互动，笑声不断；技能闯关赛道体验活动吸引了健身爱好者跃

跃欲试，也激发了许多“小白”对于体能训练的兴趣与热情，大家共同期待着下一场赛事的落地。

赛事期间同步举办南京建邺体育嘉年华，联动南京奥林匹克博物馆、当地多家体能馆、运动俱乐部等打造“体育+”多元模式，现场集竞赛、体验、互动、消费于一体，囊括竞技赛事、体验活动、亲子跑等多种运动项目，通过吃喝玩乐一条龙，激发市民体育消费新活力，营造体育运动新氛围。

本次比赛由国家体育总局社会体育指导中心主办，江苏省社会体育管理中心支持，南京市建邺区文化和旅游局、南京市体育竞赛和社会体育指导中心承办。

（轧学超）

跑友在“冠军之城”尽情奔跑

本报讯 4月20日，中国体育彩票·2025桂阳半程马拉松正式开跑，来自境内外的4600名跑友共同参加了比赛。

7时30分，随着发令枪响，半程马拉松、10公里、欢乐跑三个项目同时开跑。今年是湖南省桂阳第二次举办半程马拉松比赛，同去年相比，赛道进一步升级优化，增加了城内路线，把桂阳文化园、冠军公园、欧阳海广场等城市地标串联，

让选手既能体验具有古香古色、展示桂阳千年古郡魅力的桂阳文化园，又能欣赏“冠军之城”“冠军文化氛围”的冠军公园等城市美景。参赛选手在奔跑中充分感受桂阳的红色传承之美、生态绿色之美、文化底蕴之美。

经过激烈角逐，三个项目选手以饱满热情完成比赛，用脚步诠释“顽强拼搏、自强不息”的冠军精神。

（顾 宁）



主办方供图

拓展朋友圈 打造新平台

“劳动者杯”2025国际气排球邀请赛举行

本报记者 冯 蕾

日前，“劳动者杯”2025国际气排球邀请赛在海宁市体育中心体育馆举行。赛事吸引了来自世界各地的16支代表队齐聚一堂，分享气排球运动带来的激情与乐趣。

海宁市文化和广电旅游体育局负责人表示：“希望通过体育赛事促进文化交流、增强城市活力，也为气排球运动的发展作出积极贡献。”

作为规模最大、覆盖最广、最具影响力和号召力的全国性职工气排球品牌赛事，“劳动者杯”中国职工气排球锦标赛已连续举办多年。今年，“劳动者杯”首次超越国界，开展国际气排球邀请赛，吸引了16支代表队、百余名选手参赛。其中，既有来自北京、上海、香

港、江苏、浙江的球队，也有在中国工作的外国人队伍，以及来自澳大利亚、新西兰、新加坡等地的国外代表队。

“这是我第一次出国比赛，也是第一次来到中国，我充分体会到了各国球友的热情。”澳大利亚西部联盟超逸队选手丁立科，去年通过身边朋友接触到气排球，便一发不可收拾地爱上了这项兼具娱乐性和竞技性的运动，而以气排球为纽带广交朋友，尤其令他感到振奋，“希望通过这次比赛，能和世界各地的球友切磋交流，以球会友。”

对于上海女队教练周鹿敏而言，参与气排球运动不仅能强身健体，也是她难舍的排球情结。自20世纪70年代末开始，周鹿敏随“老女排”南征北战，为中国女排立下赫赫战功，创造了一段光辉岁月。退休后，她的排球梦想

在气排球运动中继续飞扬，多次作为球员和教练参加各项赛事。作为土生土长的海宁人，此次带队在家乡参赛让她特别兴奋：“家乡的气排球氛围特别好，我每年都会来比赛，这次‘劳动者杯’向国际化迈进，是促进社会各界、全国各地文化交流的好机会。”

来自浙江义乌的世商联队是一支由在华外国人组成的球队。“队员都在义乌从事商贸工作，平时也参与过一些气排球比赛，这次能够受邀参赛，感到非常荣幸。”来自阿富汗的海滨选手说。来自伊朗的刘伟和来自俄罗斯的永华是海滨的队友，他们对于能参加比赛，同众多其他地区、其他国家的选手对阵十分兴奋。

作为中国企业体育协会的合作伙伴，恒佳体育、中国平安、动魄科技为

赛事提供器材、保险、服装，献上强力“助攻”。

中国企业体育协会高度重视气排球运动的发展，近年来积极开展和支持气排球相关的赛事、培训与推广活动。本次国际邀请赛的成功举办，不仅为全球气排球爱好者搭建了竞技互动与文化交流的国际化舞台，也将加速这项运动的大众化进程，扩大其社会影响力，向世界展现气排球运动的活力与风采。

本次赛事由世界企业体育联合会、国家体育总局群众体育司、浙江省气排球协会、嘉兴市体育局支持，中国企业体育协会、海宁市文化和广电旅游体育局联合主办，中国企业体育协会排球专业委员会、中企体育文化发展有限公司承办。