

北京：全民全运 体彩惠民

本报记者 赵 萌

近日，第六届“8·8北京体育消费节暨京津冀体育消费节线下嘉年华活动在奥林匹克公园庆典广场收官。北京体彩以“迈开步 动出彩——全民健身主题惠民”为主题深度参与其中，将体育运动、体彩消费、公益责任与休闲娱乐巧妙融合，为大众带来了一场别开生面的体育盛宴。

活动现场，北京体彩精心打造了一个充满魅力的沉浸式活动区。以可爱的体彩吉祥物乐小星为主元素进行装饰，108平方米的空间瞬间变成了一个欢乐的海洋，吸引着众多运动爱好者和周边游客的目光。

在为期4天的活动中，现场热闹非凡，累计超过3000位运动爱好者和游客前来打卡体验。线上活动同样热度不减，超10万运动爱好者和体育彩票购彩者借助照片直播、网红直播间与线上打卡、宣传触达累计浏览量超120万人次。无论是现场的欢声笑语，还是线上的热烈互动，都展现出北京体彩此次活动的强大吸引力。

焕新体育彩票形象，讲好体育彩票发展故事，

是北京体彩此次活动的重要目标。活动现场，北京体彩采用了多种形式，向大众生动讲述着北京体彩的公益责任故事。现场围栏上的展板，展示了北京市体育彩票管理中心30年的发展历程。场内LED多媒体大屏循环播放着优秀体育彩票公益金项目宣传片，搭配上详实的公益金使用数据宣传单页，让观众能够直观地了解公益金的流向和发挥的作用。

为了让大家更好地理解和参与，现场还开展了“体彩知识线上问答”互动游戏。小礼人们在游戏中积极思考、踊跃回答，不仅收获了丰富的奖品，更深入地了解了责任彩票和公益体彩的知识。

支持全民健身事业发展是体育彩票公益金的重要使命，也是北京体彩参展本届体育消费节的核心任务。现场紧紧围绕“迈开步 动出彩”主题，设置了多个充满趣味的潮流运动体验区。“一击即中”匹克球体验区里，年轻人们手持球拍，灵活地移动着脚步，尽情享受这项新兴运动带来的快乐；“翻浪吧保龄球”挑战区，参与者们用尽力掷出保龄球，每一次成功击倒都引来阵阵欢呼；“乘风破浪划动机体验区”内，大家奋力划动船桨，锻炼着自己的体能。此外，不定期开展的“趣味跳绳挑战赛”将现场气氛推向

了高潮。无论是小朋友还是成年人，都纷纷加入到挑战中，在运动中挥洒汗水，收获了健康和欢乐。

一位带着孩子参加活动的家长说：“这样的活动太有意义了，让孩子们在玩的同时还能锻炼身体，希望以后能多举办。”

2025年8月8日，我国第17个“全民健身日”来临，北京市国家奥林匹克体育中心作为全国主会场，举办了一系列丰富多彩的主题活动。此次活动以“迈开步 动出彩”为主题，涵盖13大板块、近60项内容，通过健身表演、体育赛事等多种形式，满足了群众多元化的体育健身需求。

活动现场，民俗表演精彩纷呈，群众表演活力四射，武术表演刚柔并济。来自河北、广东的“八极拳”“太极拳”国家级非遗项目表演，为观众带来了一场视觉与文化的双重盛宴。

体彩在现场设置的展示区域备受关注。这里重点展示了星级及国家体育总局总局本级公益金的使用情况。大量体彩公益金用于群众体育领域，如建设完善群众身边的健身设施、举办各类群众赛事、开展全民健身普及与推广工作等，为实现全民健身提供了坚实的支撑。同时，体彩展示区域还聚焦购彩者权益保护教育，通过多种形式向群众普及相关知识，引导大家树立正确的购彩观念。

北京体彩“迈开步 动出彩”系列活动，以体育为纽带，以公益为桥梁，不仅激发了群众健身的热情，更让公益体彩的理念深入人心。

“动出彩”，这样玩出彩

线上线下齐发力 把运动搬进生活场

本报记者 丰佳佳

“全民健身日”对于健身理念的倡导、健身行动的引领发挥了重要作用，可以说，8月8日已经成为全国人民参与健身、乐享健身的节日。当大家在公园、在运动场馆、在健身路径上挥汗如雨，享受运动带来的快乐时，身边一直有中国体育彩票的陪伴。

今年，体彩开展的“迈开步 动出彩”主题活动通过“线上+线下”相结合的方式，进一步丰富群众的业余生活。伴随着成都世运会、第十五届全国运动会两大体育盛会的热闹，一场“全民健身 体彩惠民”，激发全民热情的体彩线上运动挑战赛也点燃了大家参与运动的热情。体彩用数字时代的新技术，精心打造两场线上传动全民运动热情，让“科学健身”不再遥远，让“主动健康”成为潮流，让每个人都能在运动中找到属于自己的“出彩”时刻，流汗与健康，为全运助威。

8月8日，体彩联合知名体育垂类平台Keep打造“一起去

全运 生活动出彩”线上挑战赛，让运动变得像拆盲盒一样上瘾，让健康成为每个人的“日常标配”。根据活动规则，参与者打开Keep APP或扫描活动海报二维码，进入“一起去全运生活动出彩”活动页面，选择八大运动赛场任何一个运动入口打卡，就可以积累卡路里兑换积分，参加知识科普问答、分享活动页、参与体彩线下嘉年华活动等限时任务也能获得积分。凭借总积分前往体彩微光俱乐部小程序抽奖，赢取惊喜奖品。用户消耗卡路里还会计入所在城市阵营，点亮城市运动地图，展示城市活力。

活动准备的实惠好礼也成为人们燃爆卡路里的动力。除了跑步机、智能手表手环、筋膜枪、肩颈仪等“健身好搭档”，还有定制奖牌、乐小星公仔、乐小星帆布袋等特色周边。最重磅的惊喜是，这次体彩还提供了珍贵的“十五运助威礼包”现场观赛名额，参与者有机会赴十五运赛场为运动健儿加油，感受激情与荣誉。

把运动门槛降到底，体彩把运动“搬进生活场”。体彩联

合抖音再次开启“迈开步 动出彩”全民运动挑战赛。下楼遛个弯、客厅跳支舞、刷牙时偷偷深蹲、等电梯时练开合跳、追剧时做平板撑……邀请人们随时随地，花式动起来。8月5日起至11月，抖音用户全程可参与挑战赛话题活动，跟随跑步、健身、滑板、达人动起来，秀出自己的运动方式。

把赛事和文化融合，将竞技运动延伸至生活场景，体彩联动线下“迈开步 动出彩”主题嘉年华，联合Keep体育平台、抖音社交媒体打造线上两大全民运动赛事，呼唤全民健身动起来，号召的是一份“动起来”的勇气，是一个通往健康生活入口。

让没时间运动的人迈出第一步，让怕尴尬的人敢秀出自己，让运动从“少数人的坚持”变成“多数人的日常”，体彩让“全民健身”不仅是一句口号，而成为全民可参与、快乐享受的生活方式。全民健身，体彩相伴；健康中国，体彩同行。助力全民健身，赋能体育经济，推动体育惠民，中国体育彩票一直在行动。



宁夏·为「文体旅商」融合引流聚势

本报记者 赵 萌

宁夏银川作为第17个“全民健身日”活动主会场之一，精心策划的一系列活动在（银川）花卉博览园呈现了“文体旅商”融合消费新场景。宁夏体彩中心以“迈开步 动出彩”活动为载体，将“公益”的种子深植于“运动”的沃土，把“责任”的担当融入全民健身的脉搏，精心设置的互动版块成为现场人气焦点。

“全民健身日”主题活动银川会场共规划9大板块，包含31个项目。花儿连唱、武术表演、健步走、太极拳、空竹、流星球、广场舞等体育、文化表演轮番登场，点燃了市民群众的热情。全民趣味趣味体验区人气爆棚，滚珠闯关、定点投篮、指压板跳绳等趣味挑战项目吸引市民争相参与。活动现场设置了全民健康跑活动，由自由式轮滑比赛、跑酷竞速赛等竞技项目，吸引了5000余名全民健身爱好者争相参与。活动通过精彩纷呈的文体展演，生动展现了宁夏经济社会发展的丰硕成果和铸牢中华民族共同体意识的生动实践；依托丰富多样的体育赛事，有效满足了群众多元化健身需求，极大激发了全民健身热情。

活动现场洋溢着公益的温情与运动的澎湃活力。宁夏体彩打造的“运动在身边”专区更是让人热血沸腾。轮滑选手一会儿如疾风掠过，一会儿展示高速旋转和花式过弯，用速度与激情点燃了现场的气氛，十几位小朋友在家长的陪伴下感受轮滑运动的魅力；乒乓球对决紧张刺激扣人心弦，选手们精湛球技赢得阵阵喝彩，不少乒乓球爱好者专门携装备而来，现场上观擂台赛，3对3篮球挑战赛吸引了众多青少年参与，团队之间的配合展现出了篮球运动的魅力；广场舞大赛则展现了民族风情与时代节奏的激情交融，而同样激情的参与者们用欢快的舞蹈表达着对运动的热爱。全民健身的热情在花博园如放射线绽放，体育事业发展的成果正在被全民共享。

现场开展的科学健身指导活动不仅有国民体质监测和国家体育锻炼标准推广，更增设了中医义诊等服务；活动还融入非遗展示单位8家、体育特色产品展销单位8家、旅游推介景区4家、热气球展示及特色产品展销单位10家，打造了“文体旅商”融合消费新场景。

在宁夏体彩打造的“体彩知识能量站”内，特别设置的体育知识、体彩知识互动问答环节不仅为大众带来惊喜礼物，还让参与者意识到，原来购彩不仅仅能收获乐趣，更是对全民健身事业的拳拳爱心与默默奉献。《2024年中国体育彩票宁夏回族自治区社会责任报告》的发布，更清晰展现了体彩公益金的年度足迹。在责任彩票展区，宁夏体彩工作人员进行了责任彩票知识宣讲，帮助大家进一步了解彩票常识、学会识别非法彩票，掌握反诈防骗技能，树立正确、健康、理性的购彩观念。

“体彩公益驿站”内，参与者不仅体验超级大乐透、顶呱刮的乐趣，更同步成为全民健身事业的“微光”贡献者。舞台上，《彩梦》《益动未来》等精彩纷呈的节目，将公益精神与运动之美巧妙交织，节目以独特的艺术形式，展现了体彩公益与全民健身的紧密联系。

每一张彩票都是构筑美好生活不可或缺的砖石，宁夏体育彩票管理中心添彩“全民健身日”，创新品牌宣传模式，为“文体旅商”融合引流，用实际行动证明，体彩公益金不仅是体育事业的重要支撑，更是连接公众与公益、个人与健康的桥梁。

贵州：以全民参与为基 筑就健康新图景

本报记者 赵 萌

2025年，贵州体彩以“迈开步 动出彩”为主题，在贵阳市掀起全民健身热潮。贵州体彩通过“运动+公益”双轮驱动，将“人人健身、天天健身、科学健身”的理念转化为可感知、可参与的生活方式，为健康贵州建设注入动能。

贵州体彩“迈开步 动出彩”活动以“全龄友好”为设计原点，通过精准的场景设计，让不同年龄、不同能力的群体都能找到属于自己的运动舞台。在贵阳市“全民健身日 你我同行”主题活动启动仪式上，青年花样跳绳队以“双摇交叉跳”“空中转体”等高难度动作点燃全场，展现青春活力；中年民族舞团身着苗族银饰，将舞蹈的韵律与健身操的动感融合；老年柔力球表演者以柔克刚，用流畅的动作演绎“运动养生”的智慧；残疾人轮椅球队则别出心裁，将轮椅旋转、手臂伸展、传递“无障碍运动”的坚韧与力量。这种“跨代际、跨能力”的展演模式，打破了传统健身活动对年龄、体能的限制，让运动真正成为全民共享的产品。

花果园社区亲子体育嘉年华则进一步延伸了这一理念，通过“趣味投篮”迷你足球射门、“量子挑战”等项目，将运动与亲子互动绑定。在“量子挑战”区，6岁的朵朵在母亲指导下尝试连续投篮，从最初的1个到后来的5个，每次成功都引发全家欢呼；在“迷你足球射门”区，父亲与儿子组成“父子搭档”，轮流射门、互相鼓励，欢声笑语引邻里驻足参与。活动现场，一位带着双胞胎参加投篮的父亲感慨：“平时没时间，很少陪孩子运动，今天和他们一起投篮、踢球，才发现运动是增进亲子关系感情最好的方式。”

贵州体彩突破传统健身活动的单调性，将竞技性、趣味性与文化性融合，打造出“PING”得出彩、象棋棋赛、“投”出风采、“跳”出精彩、“甩”动时刻等互动项目。在“PING”得出彩区，参与者需用乒乓球拍击球完成障碍赛，既要保持节奏又要保持平衡，稍有不慎便落地，引得围观者阵阵喝彩；“翻浪吧保龄球”项目则将传统保龄球与趣味滚球结合，孩子们用彩色塑料球击倒保龄瓶时，现场爆发出“中了！中了！”的欢呼声；而“骰子动出彩”区，则通过“运动+智力”的跨界设计，让参与者在骰子投完指定动作后获得提示，实现“身心双练”。

这种“游戏化”设计背后，是贵州体彩对运动本质的洞察——运动不应是任务，而应是本能。通过设置低门槛、高互动的玩法，活动成功将“要我运动”转化为“我要运动”。有参与者说：“感觉像在游乐园，只是这里的‘玩具’都能锻炼身体！”

贵州体彩将公益宣传贯穿活动始终，通过“体彩公益金展示区”构建透明化公益生态。在多彩贵州城，展板以“时间轴+地图”形式呈现体彩公益金使用轨迹。一位观展展板的退休教师说：“我每天在体彩购买的健身器材上锻炼，今天才知道这些器材的来历，以后买彩票更有动力了！”

贵州体彩深刻把握“社区是城市生命体”的定位，将运动场景嵌入居民日常生活。花果园作为贵阳最大社区之一，活动选址于此既扩大了覆盖面，又通过运动促进了邻里关系。迷你足球射门区前，素不相识的家长自发组成“战术指导团”，分析射门角度；量子挑战区里，孩子们互相传授“连抛技巧”，甚至约定“下周一起练习”；活动结束后返程路上，仍有家庭相约“周末组队晨跑”。

这种“运动社交”的溢出效应，正是贵州体彩追求的目标——通过构建“15分钟健身圈”，让运动成为社区文化的一部分。正如贵州体彩相关负责人所言：“我们不仅要提供健身场地，更要创造让陌生人变成朋友、让社区更有温度的机会。”

吉林：“体育科普+反诈宣传”为骑跑赛事增彩

本报记者 丰佳佳

2025年“全民健身日”全国主会场暨中国体育彩票“骑跑中国”骑跑两项全民系列赛（吉林·净月潭站）日前在长春净月潭国家森林公园正式开赛。吉林省体育彩票管理中心在现场开展了“迈开步 动出彩”主题嘉年华，为市民带来一场融合科学、运动与公益的欢乐盛宴。同时，吉林体彩联合吉林省公安厅反诈中心、长春市公安局反诈中心开展购彩者权益保护教育活动，践行责任与担当。

助力全民健身，互动游戏趣味十足。长春净月潭国家森林公园正门前，迈开步动出彩“体彩+嘉年华”主题展区里，人头攒动、热闹非凡，互动游戏、打卡拍照、盖章解锁，大朋友、小朋友们亦不亦乐乎，感受“体育+文化”的多元魅力和公益体彩的暖心力量。

为提升大众参与体验，活动展区分为公益文化展区、体育科普及体质科普检测专区、责任彩票展区、互动游戏区、“绿色生活顶呱刮”主题体验区、反诈宣传专区。参与者穿梭于各互动区域，完成指定任务即可获得印章，集齐印章的参与者就可兑换体彩医疗包、乐小星玩偶、定制钥匙扣、体彩定制T恤衫等精美礼品，这种通过打卡的模式极大地提升了活动的趣味性和参与度。

公益文化展区里，吉林体彩结合吉林特色和东北方言，以翻翻乐的形式向用户展示体彩公益金使用方向，让公众了解体彩的公益作用，同时现场主持人通过解读互动等方式，向参与者介绍体彩公益金的筹集来源和社会贡献。

传播绿色理念，践行责

任担当。在“绿色生活 顶呱刮”即开票体验专区，体彩工作人员向市民传播绿色环保理念，倡导绿色低碳生活方式，号召大家树立环保低碳意识，绿色生活，从我做起。同时，宣传未成年人禁止购彩及兑奖，倡导“理性购彩、量力而行”的健康购彩理念，树立中国体育彩票责任为先、公益公信的社会形象，让责任彩票的理念深入人心。

互动打卡区设置了投篮、沙包、足球和平衡球挑战三个趣味游戏，“咱俩比比看，谁踢得准！”“看我来个三分！”活动吸引了众多多参赛的小朋友积极参与。

开展体质监测，倡导科学运动。在体育科普及体质监测区，最吸引眼球莫过于那些趣味十足的体彩检测互动装置了，这些装置设计新颖，让参与者能够轻松通过一系列有趣的测试来评估自己的体质是否接近“完美身材”。除了趣味体彩检测外，现场还配备了多款先进的健康监测设备，如人体成分分析仪、握力计等，不仅提高了健康监测结果的准确性和可靠性，也让市民们感受到了科技带来的便捷与魅力。无论是大人还是小孩，都能在这里找到属于自己的乐趣，同时也激发了对健康管理的兴趣和重视。

携手公安部门，营造反诈防线。在反诈宣传专区，

新疆：特色活动谱写健康乐章

本报记者 赵 萌

社区构建起“检测—评估—干预”全周期健康管理闭环。

社区运动会总决赛的赛道上，65岁的王大爷与年轻选手同场竞技，现场掌声与欢呼声此起彼伏。展区里，展板与互动手册系统呈现体彩公益金在社区健身路径更新、国民体质监测中心建设等领域的实际应用，让“运动促进健康，公益赋能发展”的理念变得可感可知，深入人心。

吐鲁番市西来甫广场上，群众展演全民健身社区运动会正如如火如荼进行。踢毽子、跳绳、颠乒乓球等趣味运动项目吸引了众多围观群众参与，现场欢声笑语不断。体彩分中心开展的公益金知识有奖问答活动更将现场气氛推向高潮。

市民张阿姨举着印有体彩标识的保温杯说：“既学了知识，又拿了奖品，这样的活动要多办！”这种将运动与知识普及相结合的方式，让群众在享受运动乐趣的同时，也增强了对体彩公益的了解。

阿克苏温宿县县垦场”上，呼啦圈挑战赛、仰卧起坐比拼等传统项目与新兴的匹克球体验区形成鲜明对比。

市民陈先生第一次接触匹克球便爱不释手：“以前只在电视上看过，现在家门口就能玩，体彩真是把新鲜事带到了我们身边！”这种传统与新兴运动项目的有机结合，满足了不同年龄段市民的多样化需求，让更多人找到适合自己的运动方式，激发了全民参与

上海：体育科普打造公益健康新体验

本报记者 张小可

在第17个“全民健身日”之际，2025年“全民健身日”主题活动全国主会场（上海）系列活动在上海普陀冰上运动中心启幕。上海体彩积极深入地参与到本次活动当中，以“迈开步 动出彩”为主题精心策划的活动，设置了不同类型的互动打卡游戏，旨在传递公益与健康的理念。活动还特别设立了体育科普与体质监测专区，这一环节将健康意识从单纯的“动起来”进一步深化为“科学运动”，从而引导公众制定精准化、个性化的运动方案。开幕当天就吸引了上万名市民踊跃参与其中，这一现象充分展现出上海体彩在推动全民健身与公益事业发展进程中的创新实践成果。

上海的“全民健身日”活动借助科技体育的力量，凭借创意策划，并通过全市冰场的联动，积极响应国家“冰雪运动南展西扩东进”的战略，为市民打造了“四季运动同场呈现”的独特体验。活动通过丰富多彩、多元多样的体验项目来满足不同人群的运动需求，成功地将北方的冬季运动文化与南方的创意赛事嘉年华以及冰雪场地完美融合。其中，“冰雪嘉年华”涵盖了旱地冰壶、旱地冰球、VR滑雪、桌面冰球等项目，让大众能够充分领略到冰雪竞技的无穷乐趣。除了在夏日为大众解锁“冰雪奇缘”之外，本次主题活动还特意设置了由XR翼装飞行体验、虚拟滑雪、模拟赛车、无人机组足球、虚拟骑行等项目组成的科技体育嘉年华体验区域，使得前来参与的朋友们仿佛置身于充满科技感

的未来赛场之中。

而上海“迈开步 动出彩”的活动现场，七大创新体验区以“运动+游戏”的创新形式构建全年龄段参与的互动场景。“投”出风采（趣味投篮）区域，让青少年在挑战中提升手眼协调能力。

运动的热情。

昌吉回族自治州亚心广场的全民健身日展演别具特色。舞者身着鲜艳服装，以轻盈有力的舞姿点燃现场气氛；太极拳表演团队则从沉稳步伐展现刚柔并济的传统武术之美，动静之间诠释运动的多元魅力。

工作人员通过趣味问答等互动形式，向市民展示公益金在建设城乡健身设施、助力体育赛事举办中的贡献。市民王先生在参与问答后说：“原来体彩不仅带来乐趣，更实实在在地支持了我们的健身活动。”

从喀什的“15分钟健身圈”到克拉玛依的智能健身路径，从吐鲁番的草根篮球赛到阿克苏的青少年“三大球”培训，新疆体彩以公益金为纽带，将“来之于民、用之于民”的发行宗旨转化为具体行动。公益金持续投入全民健身赛事举办、基层设施改善等领域，通过赞助专业赛事提升竞技水平，通过支持草根赛事普及及运动文化，让“迈开步 动出彩”从口号变为实实在在的民生工程。

此次全民健身系列活动通过“游戏化教学+场景化体验”降低了科学健身门槛，让专业指导从健身房走向广场。同时，以公益金为支点撬动社会资源，形成“政府主导、体彩助力、社会参与”的协同机制，更通过“运动+公益”的创新模式，让青少年在匹克球中感受潮流，让老年人在太极拳中传承文化。

力，中老年则通过降低投篮高度享受运动乐趣。参与者王先生在体验后表示：“我平时就爱打篮球，这个趣味投篮很适合全家参与，刚才和儿子组队挑战，特别开心。”他手中的打卡印章，正是参与活动的生动见证。

在“跳”出精彩（跳绳）区域，小学生李明完成一分钟挑战后兴奋地说：“没想到跳绳还能这么玩，有老师指导后感觉跳得更轻松了。”

值得注意的是，活动特设的体育科普与体质监测专区前排起长队。专业人员为市民提供精准检测，并根据报告定制个性化运动方案。市民赵女士拿着体质监测报告感慨道：“以前觉得动起来就行，检测后才意识到已适合温和运动，不能盲目剧烈锻炼。”

上海市体彩中心负责

