



## 杨浦区控江路街道市民智慧健身中心揭幕

## 推动人人都能享有品质生活

本报记者 丁荣

“人民城市人民建,人民城市为人民。”在全国第十二个全民健身日到来之际,8月7日上午,杨浦区控江路街道首家市民智慧健身(健康)中心正式投入运营。

“这里是老百姓家门口的健身房,环境好,设施全,还是全天候和智能化的,不仅适合老年人、中年人,还适合上班族,真是为我们办了一件好事!”今年72岁的市民牛忠仁是一位健身爱好者,比起之前露天跑步,如今他“刷脸”就能够进入控江路街道市民智慧健身(健康)中心运动。

今年,控江路街道深入贯彻以“人民为中心,坚持人民至上”的发展思想,合理布局辖区内生产、生活、生态空间。以人民健康需求为导向,深入贯彻“体医融合,体养融合”的指导精神,落实“多代融合 美丽控江”的控江特色品牌理念。发挥科学健身在提高人民健康生活质量的重要作用,积极发掘辖区内可用健身空间,满足辖区10万居民对美好生活的向往。通过考察与层层筛选,街道最终选择了拥有多年市民健身中心和老年运动健康空间建设与运营的第三方企业——尚体健康合作,打造控江路街道首家市民智慧健身(健康)中心市民健身中心。

中心位于周家嘴路2865-1号园区,这里原本是一家4S店,后改建为350平方米的室内空间。作为周边一公里内唯一的社区健身中心,空间内不仅规划了传统的中青年健身区域,还专门设置了老年人运动健康促进平台——乐活空间。舒适的环境布置,专业的健身器材,多样的课程与讲座活动,满足了老中青不同的健身需求。

值得一提的是,中心引进智慧管理系统,通过互联网技术,让居民运动数据可视化,该套智慧系统通过人脸识别、智能门禁、在线预约和支付等功能,能为前来的健身居民建立个人健康档案,为社区健康管理提供数据支持。市民健身爱好者只需通过微信尚体公众号,进入小程序即可实现在线

本报记者 李一平

2020年8月8日,正值第12个“全民健身日”,上海市第三届市民运动会2020年浦东新区“全民健身日”活动启动仪式在周浦镇文化中心广场举行。

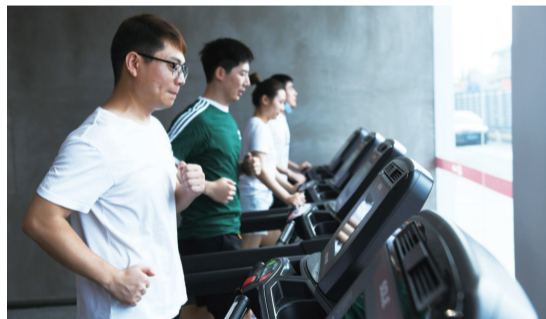
健身爱好者们以拳操项目展示的形式积极传达科学的健身理念,扩大中国传统体育文化影响力,以强健的体魄、优美的运动姿态、饱满的精神面貌展现全民健身事业发展成果,积极倡导和践行健康生活方式。

体育就是生活,健身就是健康。为更好迎接全国第12个“全民健身日”,8月8日当天,浦东新区近300处公共体育场馆设施面向全体市民群众免费开



市民健身爱好者牛忠仁(右)参与锻炼

专题摄影 本报记者 李一平



预约和购买服务。首次来中心留下信息之后,就可以通过人脸识别“刷脸”进入。

年初,一场突如其来的新冠肺炎疫情扰乱市民的生活节奏,也让市民深刻地意识到健康的重要性。在防疫形势最为严峻的关头,除了奋战在一线的医护人员,我们身边也有许多默

无闻的抗疫志愿者,日以继夜地保卫着这座城市,守护着我们的健康。为了表达对抗疫模范的敬意与感谢,控江路街道智慧健身(健康)中心向他们送出100张健身卡。

为鼓励更多的市民参与健身活动,开业首月,中心免费向60岁以上的老年人开放,而前来锻炼的中青年

也将享受一周的免费锻炼福利。对于牛忠仁来说,他既是老年人,又是社区志愿者,可享受双倍的福利,充满获得感的笑容洋溢在他的脸上,“现在生活水平高了,大家要更重视健康才能让生活更有品质!我作为社区志愿者,要发动更多市民来这里参与健身获得健康,让‘人人都能享有品质生活!’”

也将享受一周的免费锻炼福利。对于牛忠仁来说,他既是老年人,又是社区志愿者,可享受双倍的福利,充满获得感的笑容洋溢在他的脸上,“现在生活水平高了,大家要更重视健康才能让生活更有品质!我作为社区志愿者,要发动更多市民来这里参与健身获得健康,让‘人人都能享有品质生活!’”

## 坚持运动健身 天天都是健身日

## 全民健身日浦东线上线下精彩不断

放,不少体育场馆、街镇还举办了丰富多彩的健身活动,希望以“全民健身日”为契机,让更多人关注、喜爱运动健身,形成科学健身意识,培养良好运动习惯,让快乐的生活更加健康!

在三林体育中心,全场体育项目均免费对外开放,超过千名市民群众前来运动打卡。当日,三林体育中心还举办了“酷玩一夏”亲子活动,共吸引60个家庭参加;作为全民健身日活动的启动地,周浦除了千人共武的太极

拳、健身气功展示活动外,还组织了周浦镇文化骑行活动,通过“体育+文化”的方式,让千年周浦的文体氛围越来越浓;康桥镇则是通过举办康桥社区欢乐“三打一”比赛,丰富了群众在疫情期间的业余文体生活,营造浓郁的体育竞技氛围。此外,唐镇、三林镇、新场镇、高东镇等街镇也举办了各式体育健身活动,助力“全民健身日”的顺利举行。

从线下比赛到线上活动,健身运

动的形式正在不断丰富,不断创新。“回望三十年,健行中国梦”浦东新区线上云定向活动自7月18日正式启动,目前进入第四阶段,吸引了数万市民“线上打卡浦东地标建筑,线下体验运动健康”。人们以不同方式积极参与到体育锻炼中来,当“健康中国”的观念深入人心,“全民健身日”将愈加焕发出蓬勃的活力!只要坚持运动健身,天天都是健身日!

全国第12个全民健身日  
徐汇市民动起来  
引领健康新生活

本报记者 李一平

“推动全民健身 助力全面小康”,今年8月8日是全国第12个全民健身日。当天下午,由徐汇区体育局、徐家汇街道办事处、华泾镇人民政府联合主办的“全民健身日主题活动徐汇区‘一街一品’健身团队展示”分别在徐家汇、华泾两个社区文化活动中心拉开帷幕。

舞台上,十三个街镇的优秀健身团队代表为市民朋友带来了精彩纷呈的展示,通过表演抒发自己对于体育健身的热爱。来自天平街道的汤丽琴今年57岁,虽然不是队伍中最年长的,但她可是排舞队中非常资深的一位爱好者。“从2012年开始就参加街道的排舞活动了,非常喜欢舞蹈这种锻炼形式,也一直坚持到了现在。”除了今年的“一街一品”健身团队展示外,汤丽琴每年都会积极参与全民健身日的活动,每年的8月8日也是她最为期待的展示时间,这次她则是用一支《漫步哈瓦那》献礼全民健身日,助力市民走进体育运动。

在新冠肺炎疫情下,今年的“全民健身日”有了更加特殊的意义。在疫情防控常态化的当下,市民对于自身健康的关注度大幅提升,通过体育运动增强体质的意愿大幅增强。我们也再一次认识到全民健身、增强体质、倡导健康生活方式的重要性。

围绕8月8日的“全民健身日”,徐汇区体育局以“一场比赛、一场展示、一场讲座、一场直播”为主线,策划丰富多彩的全民健身日主题活动。

今年,徐汇区体育局还首次创新推出了“线上运动会”,其中健步走、广播操、跳绳等项目均受到市民的广泛参与与好评。通过当天全民健身日主题活动的开展,将全民健身、科学健身的理念传递到每一个社区、每一位市民,使体育运动融入更多市民的生活方式,推动区域全民健身事业的蓬勃发展。

