

人在家中坐 步数十万加

用“摇步器”代替走路 如此“运动”值不值

当你打开手机微信中的运动步数时，会不会对一些人动辄破十万的“天文数字”感到惊讶？

让我们先来做一个简单计算：按照普通成年人的步伐，一步大概70厘米左右，10万步就是70公里。这个距离几乎等同于从北京首都国际机场到大兴机场的距离，如果一路全靠步行，大概需要18个小时。

一天走10万步，可以，但没必要，形成常态化更是不符合常理。但这些令人匪夷所思的数字，正真实出现在我们的朋友圈里。



摇步器



某购物平台摇步器截图。

“摇步器”刷出的步数

曾几何时，积攒运动步数成了一种潮流风尚。有的人为了增加有效步数使出浑身解数，这种需求也催生出了一种新的智能神器——摇步器。

随便打开一家购物网站，输入“摇步器”三个字，这种号称“一天行走二十万，成功登顶腿不断”的神器就会跃入眼帘。

记者了解到，市面上售卖的摇步器价格大都在10元到40元间不等，通常由底座和支架构成，一般分为电池供电和USB供电

两种。

摇步器的原理十分简单，就是将手机固定在一个电子摇摆设备上，以此来模拟人走路的步数。客服向记者介绍，计步器一个小时可以走5000步到7000步的数据，并且支持市面上大部分的计步软件。

记者随机下单了一款摇步器，介绍中明确写着：“同时驾驭四部手机，每天轻松过100000步。”

但是记者将手机固定在这款装置上后，手机计步软件中的步

数却没有任何变化。针对这种情况，客服答复：“某某品牌手机自带防作弊系统，会导致步数不增加。”

摇步器外包装上印刷的商标、合格证和生产日期等标识提醒我们，这应该是一款正规出厂的商品。但就体验的效果而言，火遍网络的刷步神器也并非万能。不过从一些店铺过万的月销量不难看出，这种刷步器依旧有很大的市场，而用户购买刷步器的理由也是五花八门。

走路赚钱套路深

在朝阳区工作的赵大宝告诉记者，他们公司曾举办过“云健走”活动，参与者需要每日上传步数，然后按月合计排名，排名在前30%之内的用户可以获得登山包、运动外套等礼品。为了能在工作的同时兼顾步数，赵大宝的一些同事纷纷出手购置了刷步神器。

为了获得奖品而购买摇步器绝非个例。现如今，不少商家都将用户福利与运动步数挂钩。一些APP中，会设置“走路挣钱”、“走路抽奖”等营销活动，以此来

吸引流量。例如，一款下载次数高达3亿次的走走软件，叫出了“让用户的每一步产生价值”此般口号。

这款APP中，用户走路可以获得金币，10000金币可以兑换1元钱。看起来，这种“走路薅羊毛”的行为是稳赚不赔。

但事实上，走路不过是吸引用户的手段，为了获得更多的金币，用户需要不停的观看广告。它的运营模式无非就是通过小额的运动奖励来大量的引流，吸引广告商入驻，最终实现盈利。类

“运动”目的不再单纯

如果说为了环保、公益事业等购买摇步器也算乐在其中，那么另一种理由，就显得无奈了许多——有的单位“强制”员工进行身体锻炼。

一位买家在评论中写道：“公司要求必须每天5公里，现在外面零下4摄氏度到6摄氏度，随便逛一逛

耳朵都冻得疼。现在新冠(疫情)又没彻底平静，感冒就更得不偿失。”

还有一部分人既没有强制的运动要求，也对商家的蝇头小利不感兴趣。他们购买刷步神器仅仅是因为虚荣心作祟。

无论是出于何种原因，所谓的刷步神器，都使得屏幕上的运

似计步APP的出现，也间接扩大了对于摇步器的需求。

另外，在一些公益项目中，运动步数被赋予了“捐赠”的功能，一些企业会按一定比例将捐赠步数折算为爱心善款，捐给需要的人。

一些人则会使用摇步器来积攒“蚂蚁森林能量”，“能量”可以在手机里浇灌一棵虚拟的树，当树长大以后，公益组织会“买走”用户的“树”，在现实的某个地域种下一棵实体树。

翻看评论中的买家秀，用摇步器积攒“能量”的人不在少数。

动步数变成了毫无意义的数字。

步数的计算原本是一件很简洁明了的事，可现如今，错综复杂的原因、动机，让简单问题变得愈发复杂化。

而当走路的目的不再单纯，又有多少人还记得，走步的初衷是为了锻炼呢？
据澎湃新闻

运动员如何更快更强

来看看这些 冬奥“黑科技”

如何使滑冰滑雪的动作更精准？如何在非雪季进行雪上训练？……为备战北京冬奥会，提升冬季运动项目训练水平，几年来，由北京理工大学牵头实施的国家重点研发计划“科技冬奥”重点专项“国家科学化训练基地建设关键技术与示范”项目稳步实施。一项项“黑科技”已经或即将运用于我国冬季运动项目的训练中，助力“科技冬奥”，让运动员在冰雪赛场上更快、更强！

“高精镜头”追踪冰上轨迹

连日来，在首都体育学院的滑冰馆内，北理工光电学院仪器研究所副教授刘明带领团队一遍遍测试设备。看台上竖立着数台图像采集云台变焦设备和超高清相机，刘明盯着4K显示器中正在冰场内滑冰的测试人员图像，操作电脑，采集分析其运动轨迹。

他所负责的速度滑冰运动分析课题，旨在通过“云台变焦运动轨迹采集与动作捕捉分析”“冰场全景图像采集与运动轨迹分析”两套系统，对速度滑冰、短道速滑、花样滑冰等冰上运动轨迹和动作进行分析，可精细解析单个运动员的动作轨迹，也可对多名运动员轨迹进行同步分析。

“我们系统的作用就是把运动员的运动过程，通过连续变焦跟踪特写及全景采集的方式记录下来，再对其动作和轨迹进行分析，便于优化技术动作，帮助运动员、教练员实现科学化训练。”刘明说。

刘明说，下一步团队将改进升级系统，增加采集机位数量，提高图像解析度，让分析结果更精准。“希望我们的设备产品能尽快运用于冰上运动甚至是田径项目的教学和训练中，提升运动员的成绩，这将是我们的最大光荣！”

无人机扫描搭建“仿真雪场”

在茫茫雪原上高速飞驰，忽而起伏颠簸，忽而侧身转弯……在北理工光电学院，“冬季项目场景三维感知及重建技术”课题组的张海洋正在电子屏上展示其用三维激光雷达扫描系统搭建的崇礼滑雪场场景，让人身临其境。他身旁，摆放着两架搭载激光雷达系统的无人机。

“我们通过测量跳台滑雪、高山滑雪、越野滑雪和冬季两项等项目的三维场景的数据，利用VR（虚拟现实）技术把场景信息显示出来，再加上运动员跟踪系统数据，实现视觉场景显示，用于运动员在室内的仿真训练。”张海洋说。

不同雪场环境不同，要做到真实还原，需收集大量实地数据。为此，研究团队利用无人机载、车载的激光雷达系统，奔赴北京、河北、吉林等地多个滑雪场进行数据扫描和测试，还通过运动员穿戴的传感器，收集其在雪场运动信息，再反馈到显示系统中。

运动员模拟训练系统对重建精度、低温和实时传输等方面都要求严格，尤其是低温的挑战特别大。有的雪场方圆几平方公里，有的场地落差近千米，用无人机搭载激光雷达扫描效率较高，但无人机在零下20摄氏度以下就功效下降，为此团队还开发出适合低温环境运行的无人机载激光雷达扫描系统。

“目前我们的相关成果已应用于国家队，可减少运动员在非训练时的损伤，提高运动效率，给教练员提供技术帮助。”张海洋希望，让技术成果惠及更多运动员。

室内仿真模拟“高山滑雪”

在北理工一间实验室内，自动化学院研究生曹洪卿正穿戴好传感器装备，走上12米长的钢制滑台，踏上滑台的一副模拟雪橇，面对巨大电子屏上的滑雪场景画面，开始急速左右摆动滑行。

因参与“室内多自由度模拟滑雪训练系统”的课题，曹洪卿专门参加了滑雪培训，以亲身测试这套室内模拟滑雪训练设备的效果。“在滑台上主要是做回转运动，在上面练习挺累的，但有真实雪道的体验，可达到滑雪训练的目的。”他说。

据悉，该项目主要是为高山滑雪、越野滑雪等项目的运动员提供室内模拟滑雪训练设备，以提升其回转、滑行等专项技术动作的训练效率。同时，通过在滑雪训练平台上安装运动形态识别与位姿测量系统，可采集分析运动员运动数据，为科学化训练提供指导依据。

课题组负责人、北理工自动化学院教授刘向东介绍，这套设备的优点是让运动员在非雪季也能在室内展开滑雪训练，滑台上的滑行速度可达百公里的时速。运动员全身关节处的17个传感器，可精准反映其姿态动作数据，帮助教练评估参考。此外，这套设备的通用型产品还在滑台下加装了运动模拟平台，有高低、倾斜、偏转变化，通过各角度帮助运动员训练。相关设备已用于国家高山滑雪队运动员的日常训练。

“北京冬奥会越来越近，希望我们的研究成果能促进运动员的训练，助力科技冬奥在训练技术方面的提升，做出我们的贡献。”刘向东说。
据新华社电