

“就地过年”带火健身运动

有话说

过一个健康年 成为大众共识

朱轶

张罗一桌饭菜、购买一身新衣、置办年货的忙碌，渲染着浓浓的年味。你的年货清单里，有和运动相关的产品吗？数据显示，自1月20日“2021全国网上年货节”启动，前10天跳绳、哑铃、拉力器等健身器材销售额同比增长351.1%、91.9%和78.9%。

过去，大家常调侃“每逢佳节胖三斤”，假期里有美食诱惑、有作息改变，难免会胖上几斤。如今，随着全民健身理念日益深入人心，越来越多人爱上锻炼，把运动当作一种生活方式、把自律变成一种生活习惯，假期也不间断。再加上丰富的线上健身资源，居家锻炼变得更加便捷。一根跳绳、一个哑铃、一张瑜伽垫，不用专门去健身房也能练得畅快。健身器材走俏，说明越来越多人打算在春节期间动起来，过一个健康年。

消费者置办运动年货的劲头足，不少城市也推出惠民举措，为健身市场增添更丰富的选项。在山东青岛，冰雪运动和体育旅游资源得到充分挖掘，推出包含不同场景的10条时尚体育冰雪旅游线路，让市民在游览城市地标建筑的同时溜冰玩雪，享受快乐；在江苏南京，公共体育设施服务春节不打烊，市民可以预约场地、叫上亲友，组一个健康的“运动局”；在四川成都，市民在春节期间可以根据自己的爱好，参加不同的活动，定向越野、板式网球、赛艇、环湖跑、环湖自行车等，总有一款适合你……就算准备居家锻炼，也可以参加“宅家运动会”等线上健身活动，在与家人的协作中让年味亲情更加浓郁。

无论以什么方式参与运动，过一个健康年渐渐成为共识。这正是人们健康意识增强的集中体现。健身器材在年货市场持续走俏，意味着假期消费增加了新项目，新春年味增添了健康味，也是为来年的工作生活讨一个好彩头。祝愿这个春节，人人有活力、更美丽，家家得健康、更安康。

虹口足球场预订一空

上海虹口足球场管理公司副总经理李怡向记者介绍，作为使用天然草皮的虹口足球场，今年原定对社会开放的时间是春暖花开的3月之后，但考虑到今年鼓励就地过年，为了给上海市民提供更好的健身选择，虹口足球场提前至春节期间开放。

上海虹口足球场通过官方网站、公众号等渠道发布了春节期间可预订场地的通知后，反响热烈。李怡介绍，短短两天时间里，2月16日大年初五的场地就被预订一空；5天时间里，2月周末的场地也被预订一空。

出于天然草皮的维护需要，虹口足球场每周仅在周二和周六对外开放，据李怡介绍，虹口足球场场内被分割为4片七人制足

球场，开放时，可同时容纳8支队伍比赛。

虹口足球场七人制场地每场次8000元的租价（周二可打九折）相比人工草皮场地贵出不少，但从去年夏天首次开放以来就受到足球爱好者的追捧，今年春节期间的场地很快就被预订一空在李怡看来实属正常。

她说，一方面是因为老百姓响应国家倡导的就地过年政策，他们希望能参加更多的体育文化活动，尤其是在疫情防控常态化的背景下，很多人都把积极参加体育运动、提高自身素质作为预防疾病的有效手段。

“去年，我们提出了一个口号——健身是最好的防疫，受到了很多人的认可。另一方面，随着国家的发展和人民生活水平的提高，我们也能看到，老百姓的健身需求和体育消费的意愿都已经有了明显提升。”

让体育成为春节的必备年货

2月7日，北京青少年滑雪队的寒假集训结束。参加集训的孩子们依依不舍地离开营地，他们与家长约定，春节期间一定再赴雪场。

早在1月22日，北京市体育局、北京市体育总会就发布了《体育服务让春节生活更丰富——致广大体育行业从业者的倡议书》，倡议全市体育场馆、体育场地在春节期间继续开放。

“倡议书”上写道，“让体育成为春节的必备年货。疫情当下，人们越来越珍惜健康，运动健身逐渐成为我们的生活习惯，成为最受青睐的节日礼物，成为节日热点消费内容。所以，有条件的体育健身机构应坚持提供服务，抢抓市场机遇。不打烊的体育健身场馆会让北京的春节生活更加丰富多彩。”

北京青少年滑雪队的小队员们不愿离开训练营的场景，正反映出北京青少年群体参与冰雪运动的高涨热情，北京市滑雪协会主席李晓鸣向记者表示，从北京来说，

春节正是冰雪运动的旺季，上冰雪一定是北京市民就地过年的一项重要内容。

据李晓鸣介绍，在冬奥的背景下，冰雪运动近几年在北京的发展势头迅猛，特别是参与冰雪运动的青少年群体规模快速扩大，进而带动更多的家庭参与。冬季参加冰雪运动已经成为很多家庭的刚需。

李晓鸣给了记者几组数据：

一是北京市目前上冰雪的中小學生人数已经高达84万人；

二是在2018年举行的北京市第一届冬季运动会上，参与的中小學生人数达到了6.24万；

三是北京市各区级的青少年冰雪运动队已有126支，注册在北京市各区的青少年冰雪运动员人数7565人，3年内扩增了100倍。

迅速增长的青少年冰雪运动人口及辐射到的家庭，意味着冰雪运动在北京的走热成为必然，也意味着参与冰雪运动成为人们就地过年时自然而然的选择。

全国多地体育场馆免费开放

在李晓鸣看来，随着疫情防控进入常态化，这个春节，户外进行的滑雪运动更是会吸引更多人的参与。

当然，对于容易逢年过节“胖三斤”的大多数国人来说，疫情给人们带来的健康理念的提升，也让这个春节有了更多运动起来的动力。

记者梳理发现，各地政府目前已经推出了许多方便群众运动过年的政策，包括体育场馆春节期间正常营业甚至是免费开放、推出体育消费券、群众性体育活动、国民体质监测等。

如北京市从2月4日到26日（正月十五元宵节）推出了“牛气冲天——健康过大年”的一系列体育活动；

浙江省体育局近日下发《关于落实好人民群众就地过年体育健身服务工作的通知》，要求省内各地做好人民群众就地过年体育健身服务；

湖北省将举办迎新春“体育嘉年华”，推出九大体育活动融合线上线下，省内的洪山体育中心游泳、羽毛球、乒乓球等多项运动的场馆免费对外开放；

长沙市体育局在2月7日宣布，长沙市公共体育场馆将在春节期间免费开放，开放时间为2021年2月3日至3月31日，开放对象为留长沙过年非湖南省户籍的务工人员；

2月12日至2月17日春节期间，青海体育中心、西宁市民中心将免费向市民群众开放等。

除了体育场馆的开放之外，一些体育活动和则引导更多人养成运动习惯为目标。如上海开在居民区的“乐活空间”，根据老年人的身心特点，帮助老年人克服“冬季户外运动太冷”和“健身房的消费可能太高”的担忧，让老年人也能尽情地参加体育运动。

据澎湃新闻

2月7日，北京滑雪协会青少年滑雪队为期17天的寒假集训结束，队中的孩子们却纷纷不愿离队，他们向家长提出请求，春节期间要带他们继续去滑雪。

也是在这一天，上海媒体报道，上海虹口足球场春节期间对外开放的场地已经预订一空——今年提倡就地过年，无论是滑雪、踢球还是其他健身方式，都有望成为重要的节日活动内容。

1月27日，国务院联防联控机制举行新闻发布会，介绍《关于做好人民群众就地过年服务保障工作的通知》有关情况。国家发展改革委秘书长、新闻发言人赵辰昕表示就地过年需要做好服务保障，需要提供更多、更丰富多彩的文化、体育相关活动，让就地过年的群众无论在哪儿都能感受到家的感觉，都能过一个好年。体育活动成为各地保障群众过一个好年的重要组成部分。

