

2024年全民健身线上运动会超千万人参与

全民健身与奥运同频共振

中国体育代表团在巴黎奥运会上斩获了40枚金牌,取得了境外奥运会参赛历史上的最好成绩,极大地激发了全民健身的新热潮。人们被运动员的拼搏精神和卓越表现所感染,纷纷投身到健身活动中,希望通过锻炼提升自己的身体素质,感受运动的魅力。

全民健身线上运动会盛况空前

2024年全民健身线上运动会受到广大健身爱好者的追捧,截至目前,运动会已上线43项精彩纷呈的赛事,吸引了超过1003.8万人参赛,累计颁发的参赛证书数量更是高达685.82万张。这一数字不仅彰显了全民健身线上运动会的广泛影响力,也反映了人们对健康生活的追求和对运动的热爱。

全民健身线上运动会的成功举办,离不开各大互联网平台的积极参与和支持。微博、支付宝、小红书、抖音等平台纷纷开设了全民健身线上运动会的专区,并配套上线了自己的全民健身赛事活动。这些活动不仅丰富了群众的健身选择,也让更多人有机会参与到健身活动中来,感受运动的快乐和成就感。

在巴黎奥运会和全民健身日期间,各大平台的健身活动参赛人数实现了快速跃升。其中,支付宝“全民健身迎盛会”线上挑战吸引了817186人参与,微博“全民健身季”则有4742341人热情参与,微博“即可开跑”线上活动有175952人积极加入,小红书“5分钟运动快充”活动同样火爆,吸引了364580人参与。这些数字的背后,是人们对健身的热爱和对健康生活的追求。

自2024年7月20日启幕以来,全民健身线上运动会便以其独特的魅力和广泛的参与度受到广泛关注。这场线上运动会



打破了时间和空间的限制,让全国各地的群众都能轻松参与到各种健身活动中来。各大互联网平台充分利用自身的资源和优势,为全民健身线上运动会提供了强有力的支持。平台不仅开设了专区,还通过算法推荐、社交分享等方式,让更多的人了解到这场运动会,并参与到其中来。同时,他们还通过自己的健身赛事活动,进一步丰 富了全民健身线上运动会的内容,提升了其吸引力和影响力。

在这场盛大的线上运动会中,人们不仅感受到运动的快乐和成就感,还结交了许多志同道合的朋友。大家通过线上交流和互动,分享自己的健身心得和经验,互相鼓励和帮助,共同追求更健康、更美好的生活。

地方积极响应让全民健身深入人心

全民健身线上运动会的成功举办,不仅激发了人们对运动的热情,也让全民健身的理念更加深入人心。活动举办期间,国家体育总局各运动项目管理中心、全国单项体育协会及各地方体育局积极响应,参与到2024年全民健身线上运动会中来,彰显了全民健身的蓬勃活力,展现了我国体育事业的繁荣发展。

其中,湖南省体育局主办的“健康湖南·运动潇湘”湖南省第四届体育“云动



全民参与共筑健康梦

“我平时就有散步的习惯,现在通过‘学习强国’还能参加健步走比赛,既能锻炼身体,又能学习新知识,真是一举两得!”来自山东的运动爱好者刘海心是活动的首批参与者之一,她兴奋地表示。

日前,由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部携手“学习强国”学习平台体育频道共同主办的2024年全民健身线上运动会——“学习强国”学习平台活动启动。“学习强国”学习平台相关负责人表示:“健步走作为一种低门槛、高参与度的运动方式,非常适合广大群众参与。我们希望通过与体育部门的深度合作,将‘学习强国’打造成为集学习、健康、娱乐于一体的综合性平台,为人民群众提供更加多元、便捷的服务。”

活动主办方相关负责人表示:“在数字时代,利用互联网平台开展全民健身活动,是适应群众需求、推动体育事业发展的重要举措。希望通过这样的活动,让更多人感受到运动的乐趣,形成积极健康的生活方式。”

据悉,本次“学习强国”学习平台健步走活动将持续至11月3日,为期数月的挑战为全国各地的运动爱好者提供了充足的时间与空间。参赛者

只需通过“强国运动”小程序参与,记录并累计步数,即可参与比赛。

与此同时,另一项备受关注的赛事——“魅力太极秀”网络大赛也拉开了帷幕。本次大赛由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部联合中国广电每日健身频道、世界太极拳监皮书编委会主办,旨在通过线上平台展示太极风采,弘扬传统文化。

大赛设置了名师秀、风采秀、骄子秀、健康秀、艺术秀五个类别,鼓励参赛者从不同角度展现太极的魅力。来自四川的太极拳爱好者李净山表示:“太极不仅是一种运动,还是一种文化传承。我很高兴能有这样一个平台,让太极爱好者聚在一起,共同交流学习。”

此项赛事将持续到9月10日,各项竞赛前十名将有机会受邀参加10月在北京园博园举办的“2024全民太极大会”颁奖及现场展演活动。所有参赛选手均有获奖机会并获得由国家体育总局群体司和中华全国体育总会群体部颁发的参赛电子证书。

此外,支付宝“全民健身迎盛会”线上挑战活动也为广大用户带来了全新的运动体验。该活动通过设计多样性的运动挑战任务,如虚拟步数、

走路、跑步、骑行及线上赛等,旨在满足不同用户的运动需求,鼓励大家动起来。让用户在享受运动乐趣的同时,还能获得运动奖励。

参赛选手每完成一个任务可获得1888个运动币,完成所有挑战的参赛选手将获得“抢兑”资格,可在抢兑商城中兑换运动手表、体重秤等实物奖品或支付现金红包。每一名参赛选手均可获得由国家体育总局群体司和中华全国体育总会群体部颁发的参赛电子证书。

赛事活动方负责人介绍:“希望通过这种‘游戏化’的方式,激发更多人的运动热情,让运动成为一种生活习惯。同时,也希望通过科技的力量,让运动变得更加便捷、有趣。”

全民健身线上运动会不仅丰富了人民群众的体育生活,还促进了体育与科技的深度融合,为全民健身事业的发展提供了新的思路 and 动力。国家体育总局群体司相关负责人表示:“希望通过这些活动,让更多人认识到运动的重要性,形成‘人人参与体育、人人享有健康’的良好氛围。同时,也将继续探索更多元化的健身方式,满足不同人群的需求。”

本版撰文 本报记者 冯 蕾

全民健身线上运动会

编者按:全民健身线上运动会于2022年由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部联合总局系统相关单位、全国单项体育运动协会、相关企业联合推出,旨在满足新形势下群众健身需求。随着全民健身智慧化理念的深入人心,该项赛事在2022年成功举行的基础上,2023年实现了进一步升级,一跃成为备受瞩目的现象级全民健身赛事活动。今年7月,新一届全民健身线上运动会启动仪式举行,相比以往,今年全民健身线上运动会将有超过15个省级体育行政管理部门和40余个体育总局运动项目管理中心、全国单项体育协会参与。此外,还将与华为运动健康、keep、黑鸟单车、数字心动App等70余家互联网平台进行合作,预计共策划举办不少于300项赛事活动,为群众搭建更为广阔的参与与体育活动的平台,也会有更多线下赛事与线上运动会携手,真正实现“线上线下相结合”。为了宣传报道好全民健身线上运动会,为线上赛事活动开展总结提炼可复制可推广的经验,探索“互联网+全民健身”的新路径、新模式,本报从即日起推出“全民健身线上运动会”专栏。



会”尤为引人注目。自活动开展以来,已吸引了351584名体育爱好者的热情参与,通过线上平台,共同展现了湖南人民的健康风采和运动精神。而中国石油体育协会主办的石油健步走活动也十分火爆,参赛人数高达415607人,大家在享受运动乐趣的同时,也传递了积极向上的生活态度。

科技推动全民健身发展

2024年全民健身线上运动会的一大亮点,就是其办赛形式的多样化和创新性。借助虚拟技术和人工智能的先进手段,打造了一批虚拟赛事和智能赛事。这些赛事突破了传统体育赛事的时空限制,让广大体育爱好者在虚拟世界中尽情挥洒汗水,享受运动的快乐。

其中,北京东西城青少年电竞自行车对抗赛及北京数智体育公开赛(全民健身日专场)尤为引人关注。电竞自行车对抗赛以虚拟骑行运动为载体,成功借助电子竞技自行车的独特魅力,吸引了众多青少年的积极参与,展现出未来虚拟体育蓬勃发展的趋势。赛事也引领了体育消费的新体验、新场景、新模式,为体育产业的发展注入了新活力。

北京数智体育公开赛(全民健身日专场)同样精彩。当天,国家体育场“鸟巢”活动现场人声鼎沸,吸引了3644名参赛者前来角逐。其中既有来自北京的本地选手,也有来自其他地区的青少年运动爱好者。大家在数智体育的舞台上尽情展现了自己的才华和风采,共同见证了数智体育的魅力和未来。

据统计,“全民健身线上运动会”的媒体曝光量达到了7.9亿次。特别值得一提的是,小红书平台推出了“五分钟运动快充”和“大家运动会”两

个全民健身线上运动会配套主题活动,共吸引了小红书运动博主写下67.59万篇笔记,其中带有“全民健身线上运动会”话题的笔记就有4000余篇。另外,全民健身线上运动会的官方微博账号持续对全国各地的全民健身线上运动会项目进行直播,平均每天直播时长超过4小时。

优质资源助力赛事推广

在赛事推广层面,各大赛事平台均倾注了丰富的优质资源。2024年全民健身线上运动会暨第三届全球太极拳网络大赛邀请多位太极拳名家录制视频,向全球的太极选手发出参赛邀请。

与此同时,多家全国性单项体育协会也在全国各地积极设置分站赛,通过巡回办赛的方式,有力地推动了全民健身活动的线上线下深度融合。由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部联合中国滑冰协会共同主办的“全国冰轮之星·滑起来”赛事,在云南、黑龙江、天津等地持续举办,并安排了线上报名和赛事直播,鼓励全国的冰雪运动爱好者跨越时空限制,在线上进行竞技比拼。此外,由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部联合国家体育总局社会体育指导中心共同主办的全国柔力球网络视频大赛,也在线上广泛号召全国的柔力球爱好者积极参与。

未来,2024年全民健身线上运动会将持续为广大群众提供更多丰富多彩的线上健身赛事,并加大对赛事的宣传推广力度,携手国家体育总局各运动项目管理中心、全国性单项体育协会、省(区、市)体育部门和互联网平台一起传播积极健康生活方式,营造重视体育、支持体育、参与体育的浓厚社会氛围,促进全民健身事业高质量发展。

“5分钟运动快充”引领轻量化健身新风潮

随着巴黎奥运会的举办,全民健身的热情也被空前点燃。小红书作为2024年全民健身线上运动会的官方内容社区,创新性地发起了“5分钟运动快充”健身主题活动,引领了一股轻量化健身的新潮流。这一活动旨在打破传统运动对时间、地点的限制,鼓励大众利用碎片时间随时随地进行简短而有效的健身运动,从而让运动健身变得轻量化、生活化。截至目前,小红书用户已发布关于“5分钟运动快充”主题的笔记76.21万篇,曝光量达9.13亿。

李阿姨是一位退休教师,她告诉记者:“以前总觉得运动需要花费大量时间和精力,自从参加了小红书的‘5分钟运动快充’活动,我发现原来健身可以这么轻松有趣。每天早晚,我都会跟着视频做几个简单的动作,感觉身体更灵活了,心情也变得格外舒畅。”李阿姨表示,这种轻量化的健身方式让她在享受退休生活的同时,也找到了保持健康的新途径。

来自上海的张森是一位资深的健身教练,他对“5分钟运动快充”活动给予了高度评价。“这是一个非常符合现代人生活节奏的运动理念。”张森表示,“在现代社会,人们的时间越来越宝贵,传统长时间、高强度的健身方式往往难以坚持。而‘5分钟运动快充’则通过简短而高效的运动方式,让人们更容易接受并坚持下来。我相信这种轻量化健身的新趋势未来将得到更广泛的推广和应用。”

全民健身线上运动会期间,“5分钟运动快充”引领轻量化健身风潮席卷线上线下。小红书通过发布实用教程与体验分享,成功引导公众对“5分钟运动快充”理念的认知,形成热门话题趋势。通过官方TVC及海报的发布,以及小红书与VOGUE合作的《5分钟》运动指南,进一步加深了市场渗透力。随着王耀庆与回声少年合唱团的《5分钟运动歌》及MV的发布,以及落地上海江湾体育场的“大家运动会”,让“全民小动”形成热潮。

