

推动健康关口前移

AI技术重塑健身体验

本报记者 丰佳佳

人工智能(AI)在体育领域的应用推动了健身器材的迭代升级,改变了传统的锻炼方式,为用户带来科学和高效的健身体验。在推进体卫融合,推动健康关口前移的进程中,AI、大数据模型等新一代技术的应用或成为打通“最后一公里”的关键。

进行体质测定后在系统输入数据,短短2分钟,一份AI运动处方就显示在大屏幕上。浏览这份“速成”的健身菜单,健身爱好者刘子聪感叹大数据的神奇,“内容非常细致,运动强度和运动频率基本和我的健身教练制作的方案差不多,涉及的运动类型甚至更丰富。”

“以后健身教练会不会都失业了?”面对这样的疑问,为大家介绍这套体卫融合综合服务平台运行原理的技术人员、无锡跑吧智能创始人栾凯笑着回应:“AI是一种工具,或许不会完全替代教练,但在一些场景确实能够代替专业的教练和处方师去完成一些普惠性的工作。”他介绍,但目前借助AI技术,把科学健身指导知识库和运动员运

动训练数据库进行垂直模型训练与优化,生成的AI运动处方专业程度已经不输经验丰富的运动处方师。而且这个处方还能不断微调、修正,根据个人运动诉求和体质就某几个运动项目生成私人订制式的运动处方。

栾凯表示,AI技术应用前,运动处方大多为运动处方师根据个人经验和理论规范进行制定,但处方师的资源是有限的,不能满足大众对健身指导的需求。“例如在全国各地设置三四个全民健身指导的服务点,若每个站点都配一个顶尖的处方师是很难的,很多一线的体育教师让他去为每个学生都出一份规范的运动处方难度也很大,但利用大数据模型的处理,AI开出的运动处方就能适用更广泛的人群。而且测的越多,数据会越来越精准。”栾凯期待AI技术在学生体测及国民体质监测方面有更广泛的应用,“AI技术能深度挖掘体测数据的价值,帮助解决体卫融合服务‘人力不足、成本高、覆盖窄’的难题。”

科技令身体各项指标数据化,便于人们直观了解自己的身体状况,进而更好地管理和改善健康。佑久健康展出的几款智能体测仪向人们展示

普通人在科技的加持下也能成为专业的体态评估师。机器搭载的快速捕捉、识别锁定和毫米级的分析能力以及自研算法实现体态测量、姿态评估,对局部增肌、减脂、塑形等多类型用户需求进行筛查与呈现,进而助力制定有针对性的训练计划。展厅里樱花粉色和珍珠白色调的产品是专为女性健身场馆而设计,并为产后人群打造了辅助筛查功能,协助教练完成产后评估和风险筛查。在完成人体成分分析和体态评估后,能够生成数字化健康档案。

在2025中国体博会的展厅,搭载AI技术的展品成为“流行款”,AI开具的运动处方成为许多观众返程的“伴手礼”。多功能室外健身房和商用健身器材搭载的智能分析系统能根据用户身体数据和运动需求生成个性化训练方案;健身厂商基于Deepseek大模型研发的“AI私教”系统,制作出覆盖运动科学、营养学、康复医学的“健身百科全书”数据库,能满足健身人群的全场景需求;通过AI算法精准评估肌群状态的康复及检测类创新产品正在走进健身场馆。这一些都在说明,AI技术正在重塑健身体验。

智能化 简约化 高颜值

健身器材无缝融入居家环境

本报记者 丰佳佳

以AI算法提供个性化训练指导的智能健身镜、能“变身”成换鞋凳床头柜的三折划船机、完美嵌入墙体的力量训练DIY健身专区……2025中国体博会的展厅里,健身器材制造商变身“空间管理大师”,一系列无缝融入居家环境的健身设施让健身成为一种随时随地都可以进行的生活方式。在有限的空间也能满足人们多元化健身需求,让多巴胺尽情释放。

“智能化、简约化、高颜值”是近年来家用健身器材的发展趋势,能以AI算法提供个性化训练指导的智能健身镜、折叠跑步机等器材组成的轻量化居家健身解决方案,通过线上课程与数据追踪功能,满足家庭成员的碎片化健身需求。数智引力将智能力量健身镜和智能走步机进行叠加,实现了力量训练+有氧燃脂的闭环,搭载的智能中台能够进行体态分析和数据追踪,用AI大数据模型定制运动方案,健身镜不同运动模式搭载的动态场景让运动趣味性进一步提升,居家锻炼也能“一步一景”。当得知走步机折叠立放后占地面积仅有0.3平方米,并操作体验后,观展的南昌市民沈女士决定把家里的健身设备升级换新,“之前的跑步机用了很多年,太占地方了,有了小孩儿之后客厅空间不够用,这个走步机用完就能立起来,从节省空间的角度来看非常划算。”沈女士说。

随着科技的进步和消费者需求的不断变化,家用健身市场企业不断创新和升级产品,提高服务质量和用户体验,以应对日益激烈的市场竞争。除了跑步机、走步机能折叠,划船机这个“大家伙”也在不断升级。作为高效燃脂的有氧健身器材,划船机颇受健美及减重爱好者喜爱,同时由于划船

机健身不涉及跳跃、奔跑等对膝关节有压力的动作,且操作中平衡重心没有太高的要求,全龄友好的特点使其成为人们打造家庭运动客厅的爆款产品。但动辄1.8米、2米的“船身”以及较大的占地面积拦住了许多健身爱好者下单支付的动作。

健身器材市场的“卷”加快了产品迭代升级的步伐。在2025中国体博会的展厅,不仅出现了三折叠的划船机,而且材质方面也更丰富,除了较为符合男性审美的“工业风”碳钢材质,还有更贴合居家环境的实木材质。金史密斯展出一款三折叠永磁双阻划船机采用了橡胶木材质,展开长度2.07米的“船身”折叠后即可变为73厘米宽的床头柜,“也有很多客户和我一样,把它当作换鞋凳用。”工作人员向大家演示了机器顺畅的“变身”过程,“这款是免安装设计,打开就能直接用,折叠收纳一人也能轻松操作。”

“上墙”是继“折叠”之后健身器材市场革新的又一趋势。立体空间的拓展让微小型家庭健身房巧妙融入客厅、卧室。迈瑞克旗下的绝影展出了一组兼具美学和实用性的“健身墙”。实木风格的墙面搭配了同样风格的飞鸟综合力量训练器、多功能肋木架以及哑铃铃铃套组,颇具质感的设计使墙面成为观众的热门打卡点,也有不少健身爱好者主动在墙上秀一秀健身成果。工作人员告诉记者,为更好适配家居环境,这款“健身墙”采用定制化模式设计,从确认空间尺寸到产品搭配方案,实现居家健身的私人订制。除了在外观设计上完美嵌入墙壁,企业还为这面“健身墙”研发了健康改善类课程,帮助用户针对性改善亚健康健康问题,提升训练效果。

不占地,易收纳,数据直连,健身器材的升级帮助人们在私密空间构筑健康“堡垒”。

智能体育闪耀体博会

创新技术引领体育产业升级

本报记者 王 辉

智能体育作为融合智能硬件与人工智能等前沿信息技术的体育产品,正成为推动体育产业升级与数字经济壮大的关键力量。在2025中国体博会上,由国家体育总局科教司主办,中国体育用品业联合会数字体育发展工作委员会承办的“智能体育典型案例获评产品成果展”于B5馆105号展区精彩亮相。

浙江体科所作为全国首批智能体育典型案例获奖单位之一,携其《基于地理信息和大数据技术的健身步道数字平台项目》参展。该项目创新推出省域步道统一标距编码技术,借助独家算法程序,成功攻克大型步道系统标距编码难题,可精准计算并指引距离、海拔、方位角度,为步道数字化管理提供了高效且创新的解决方案。目前,该技术已在“环浙步道”应用,以“统一标准、智能管理”为核心理念,推动8300公里步道建设,构建起全省通用数据标准体系,实现资源共享,有力推动了全民健身与全民健康的深度融合,为“体卫融合”“体教融合”奠定了坚实的设备基础和数据支撑。

同样在展区内,河北威尔特的“智慧康养健身产业链”项目吸引了众多观众的目光。该项目通过智能设备与云端服务结合,实现了慢性病运动干预方案的定制化服务,有效解决了传统康养领域存在的“数据孤岛”和“服务碎片化”等痛点,推动整个产业从传统的“经验驱动”模式向“数据驱动”模式转变。

中考体育一体化数字平台是迹动未来公司为教育局、学校及学生提供的初中生体育考试专属测评考核工具,依托自主研发的高精度传感器与智能算法,采用物联网、大数

据、人工智能、5G等技术,实现考试测评全流程的数字化、智能化及设备轻量化升级。考务人员可通过轻便小巧的智能终端一键实时监测考生测试数据,全方位录像,自动识别分析上报考生成绩,实时归档。为每位考生建立可追踪的电子考试测评档案,打造区域实时互通的中考考务平台,为学生的健康成长提供了有力的技术支持。

在体育赛事技术领域,北京瑞盖科技股份有限公司的工作人员向记者介绍了“鹰眼系统”,即“即时回放系统”。该系统通过各个角度的摄像头和电脑系统追踪记录球的路径并显示,甚至能预测未来路径。尽管鹰眼系统起源于英国,英国公司在台球、网球、足球等各大赛事的鹰眼服务上长期占据垄断地位,但“中国鹰眼”在技术层面已实现赶超。

据该工作人员介绍,中国鹰眼在物体追踪、颜色识别和系统算法等方面均处于世界领先水平。与英国鹰眼相比,除了赛事转播服务外,中国鹰眼还衍生出诸多实用功能,如复位功能、自动计分、赛事管理等,为赛事组织带来极大便利。在他看来,复位方法和坐标提取方法是中国鹰眼的两大核心技术,复位功能让体育比赛更加专业、便利。

随着技术的不断成熟和市场的持续发展,体育与科技的结合点将越来越多。“中国鹰眼”智慧康养健身产业链等一系列先进技术将把科技红利真正带到每一位体育爱好者、健身爱好者身边。未来,体育产业从业者们需进一步深化核心技术攻关,加速成果的规模化应用,构建多元化的产业生态。通过产学研用的协同合作以及产业链的协同创新,持续提升智能体育的核心竞争力,为数字中国与健康中国的建设贡献力量。



观众在观展期间体验激光射击项目。

解锁体博会观展新乐趣

本报记者 张小可文/图

速得尔射击体验区、准者罚球线投篮挑战……在本届体博会上,两大体验区一静一动,宛如展会的“人气收割机”,它们通过趣味互动体验,为观众开启观展新体验。而2025中国体博会上线的“体博悦”小程序,更以数字化手段进一步升级观展体验,促进体育与多领域消费场景深度融合。

“明明已经瞄准了,怎么就是打不中?”首次体验射击的观众王佳强发出感慨,“射击运动真的很有趣,没想到来逛体博会还能有这么有趣的体验,以后我会经常体验射击这项运动。”

步入速得尔射击体验区,专业的激光气步枪整齐排列,仿佛在向人们发出挑战邀请。现场的热闹景象更是引人注目,有小孩坐在特制的椅子上,举着几乎与自己同高的“枪”,眼神专注地认真瞄准;也有头发花白的老人,在工作人员耐心指导下,屏息凝神完成射击。“下至刚会走路的小孩,上至九十九岁的老人,在这里都能找到乐趣。”射击体验区负责人、速得尔科技市场部负责人张岩笑着介绍道,现场配备讲解人员,会从握枪姿势到呼吸节奏进行手把

手教学,让毫无经验的初学者也能体验射击的专注与刺激。

此起彼伏的击发声中,有人屏息凝神打出十环后欢呼雀跃,有人虽成绩欠佳却笑得开怀,整个区域弥漫着紧张又欢乐的气息。这种全民可参与的特性,让射击体验区成为展会里一道独特的风景线。

射击体验区的展位设计也颇有讲究。据了解这已是该团队连续第三届以“体验+展示”的形式参展体博会。体验区的整体设计保持传统,射击位从最初的6个增加到10个,以满足更多人体验需求。张岩表示,原本打算把展位设置在展厅内部,然而考虑到展厅内的展位数量众多,这或许会对观众的体验产生影响,所以最终选择了展厅外的场地。“没想到这样的选择效果更为理想,虽然一开始担忧日晒可能会影响观众的参与热情,但这两天下雨,反而让体验感达到了极佳的状态。”

而准者罚球线投篮挑战区则是另一番热火朝天的景象。观众摩拳擦掌,在罚球线前跃跃欲试。“这个游戏挺有意思的,我已经玩了三四次了,还得到了一双袜子作为奖品。我平时就喜欢打篮球,没想到在体博会还能有这样的体验。”记者在准者展位旁

遇到了准备再次挑战投篮活动的王子健。

“只要扫码关注线下的直播间就能参与投篮活动,10个球投中8个以上就会有不同的惊喜礼物。”体验活动的工作人员说起了参与规则。

在两大体验区火热开展的同时,“体博悦”小程序也成了观众观展的得力助手。该平台集展览信息浏览、体育用品选购、互动交流于一体,通过“购、览、享、游”四大板块,整合优惠购物、智能导览、体育消费惠民服务和南昌本地文旅体验,打造一站式观展服务生态。观众只需打开小程序,便能快速获取展会各展馆布局、活动安排等信息,借助更加便捷的数字化服务手段,可以提升展商及观众的参与体验。轻松获取展会周边的交通信息、餐饮指南以及住宿推荐,真正实现体育与商业、文化、旅游等场景的有机融合,为用户带来便捷与高效的观展体验。

两大体验区与“体博悦”小程序相互配合,凭借独特的魅力与实用的功能,让不同年龄、不同运动基础的观众都能沉浸其中,真正实现了用趣味互动打破专业运动的壁垒,以数字化服务拓展观展边界,为观众解锁全新观展体验。