

# 全民健身与奥运同行

本报记者 刘方圆

## 体验“弯弓射大雕”的豪迈

周二中午,在北京国贸的京城射箭俱乐部里,一群都市白领正在拉弓射箭。一看,他们便是这里的常客;而另一些年轻人则是初学者,在教练的指导下,进行射箭“初体验”。

“离弦之箭奔向箭靶,特别酷。”第一次体验射箭的吴欢在教练的指导下竟然没有脱靶,吴欢兴奋告诉记者,“自己感受到了武侠片里‘弯弓射大雕’的豪迈。”看到身边射箭高手们“嗖嗖”地将一支支箭射出,吴欢特别羡慕,希望自己不久后也能练就那样的技能,“很像侠客。”

京城射箭俱乐部老板王璐告诉记者,他们最早一家门店成立于1997年。那时候学射箭的人并不多,而现在,随着射箭运动的推广,他们在北京已经拥有5家门店。“每小时收费190元,会员还可以打五折,所以整体核算下来消费并不高,一般上班族都消费得起。”

“别看射箭的运动量不大,但一组12支箭拉下来,也要费些劲儿的,即便是小伙子,也会感觉到这不是一项‘轻松’的运动。”王璐说,射箭不仅能增强手臂、腰和腿部的力量,还可以锻炼人的注意力,使骨骼的血液供应得到改善,骨骼会变得更加粗壮坚固,“而且,射箭对于修正颈椎椎周,具有辅助治疗的作用。长期坚持射箭运动能矫正身姿、塑造形体,练就极好的心理素质。对于女性朋友来讲,这是培养气质的好方式,而对于学生来讲,射箭特别有助于锻炼他们的专注力。”

很多爱好者从“初学者”过渡之后,便想拥有一套属于自己的“武器装备”。王璐说,现在能够达到比赛标准的反曲弓在3000元至10000元之间,复合弓从6000元起价,当然价位更高的也有,“不过随着射箭市场不断拓展,很多价位较低、更大众化的装备也进入市场,可供选择。”

## “一剑封喉”是一种优雅的气质

“在东京奥运会上,孙一文那‘一剑封喉’,简直太有型了!”学习击剑运动已经3年的郭晗依然回味着已经闭幕的东京奥运会,孙一文是她最为崇拜的偶像。

击剑,这项古老的贵族运动,曾经对大众爱好者有些遥不可及。如今,看看遍地开花的击剑俱乐部,就可以知道它的普及程度了。即便在三四线城市,击剑运动已然有着很大



的市场。而江西“居正击剑”创始人吕楠的心愿,是把击剑运动推广到更多城市。

“我父亲是江西最早一批击剑运动员,1978年就进了省击剑队。”吕楠的父亲吕新,是江西击剑界知名前辈,从事击剑教学30多年。“对于击剑,父亲总是有一种荣誉感和使命感,他希望击剑在中国能越走越远,更希望击剑运动能帮助世界认识中国。东京奥运会上,我们做到了。”

2014年,吕楠在江西南昌开设第一家击剑俱乐部,就有很多家长把孩子送来学习。深入市场调研后,他发现很多三四线城市的孩子,想学击剑,却苦于没有场所。于是他就把击剑俱乐部开到有需求的地方,让孩子们能就近接触击剑运动。“这几年击剑俱乐部的参与者翻倍增长,可见需求量之大。”

“击剑运动被称为‘用身体下的国际象棋’,长期的击剑训练能让人沉稳内敛,塑造出特殊的气质。你看,我们把剑举起来,是不是很有仪式感?”吕楠的动作如电,话语中,也充满画面感:剑道之上,两位身材高挑、身着雪白剑服



的装备也进入市场,可供选择。”



## 浙江:时髦的赛艇小镇

本报记者 李宏

在东京奥运会水上项目竞技场上,重整旗鼓的中国赛艇队实现了历史性突破,也让赛艇这项运动走进了百姓……这不,在浙江省平湖市马厍古镇就“藏”着一个国际范儿的赛艇俱乐部。

8月7日中午,骄阳似火。由浙江平湖市政协副主席许静带队,调研曹桥街道新型公司加农户项目模式带动农民共同富裕的情况。一行人来到了马厍古镇,让记者没想到的是,这个小镇的赛艇项目居然这么成熟。

赛艇运动对记者而言,本来还停留在东京奥运会赛场,转眼就来到了身边。对于这项陌生又很少触及的项目,自然先要体验一把。在年轻教练的指导下,记者先在运动馆通过器械进行有氧拉伸。400米的拉伸感觉非常轻松,于是记者决定下水,尝试一把“赛艇手”的炫动。随后,在教练的陪划和指导下,记者穿好救生衣来到岸边,按照程序一步步实操,使出浑身解数划动双桨,尽管腰酸背痛,但终究划出了400多米,边划边暗念着:心中有奥运,划桨有力量!随后教练不断鼓励:掌握平衡、保持姿态、手脚并用、协调一致……竟然一口气完成了近800米的赛艇首划。

“您没想到吧,我们这个小村子居然还有这样一个国际范儿的赛艇俱乐部吧……”曹桥街道副书记戈浩强自豪地说。

曹桥不邻上海,却更近上海,巧用丰富的生态资源、水乡资源和历史文化资源,在千年古镇马厍,着力打造以“国际范、水乡韵、活力劲、田园风”为目标的赛艇小镇,大力推进“体育+旅游”“美丽乡村+美丽经济”融合发展,推动现代化田园新城建设。

在刚刚闭幕的东京奥运会上,运动健儿在赛场上夺金摘银,奥运热情也深度影响着大众生活。不仅跑步的多了,球场热了,连射箭、皮划艇、击剑等时尚休闲运动也受到更多人的关注。记者注意到,这些曾经“小众”的项目,随着奥运热情走进更多年轻消费者生活。

的创客相对而立,手持闪亮长剑,气势不怒而威……

谈到孙一文、张家朗等击剑明星对这项运动的带动性,吕楠坦言这是很好的切入点。“大多数体育运动除了官方的推动外,名人效应也是提升关注度的一环。只有达到一定的热度之后,才能进一步扩大规模,对击剑运动的发展起到跨越性的推动作用。”

“击剑可以锻炼身体的协调性、柔韧性和灵活性。在搏击交手过程中,双方需要不断观察,不断思考,在进入交锋距离内、在有限的时间里,迅速做出反应,从而形成一种全新的思维模式,能够提高训练者的快速应变能力,尤其对青少年智商、情商的开发非常有益。”吕楠说,目前一年的击剑学费不到一万元,所有器材也全部实现国产化,一套器材大约在3000元-10000元之间。“跨过了经济门槛,击剑运动大众化正在加速。”

## 装备市场细分实现“自助运动”

随着曾经的“小众运动”商业运动场馆的普及,更多的年轻人在体验过后开始采购相关装备,实现“自助运动”。

“前两年极限运动特别热,就带火了一批小众运动装备。”一家户外运动专卖店的老板告诉记者,如攀岩、射箭、滑板等看上去似乎是比较小众的运动,实际上早已在年轻人的生活圈子里热起来。

业内人士表示,这些热起来的运动兼具休闲性、运动性、娱乐性,满足健身需求,已经逐渐深入到大众商业生活里。相关的装备市场变大,促使商家把一项运动的相关配件做得更全更细,以满足不同爱好者的需求。

业内人士普遍认同,奥运不仅带火了全民休闲的新方式,也盘活了休闲装备的大市场,让装备服务更加完善。

## 旅业观点

## 西湖畔民宿茶楼积极应对疫情影响

本报记者 鲍蔓华 通讯员 余雯雯 金晶

往年的暑期,全国各地很多家长都会带小孩到杭州西湖打卡。今年暑期,疫情之下,许多家庭出游计划临时取消。西湖景区的民宿和茶楼生意情况怎么样了?

### 不气馁,老板开始学发抖音

西湖景区的茅家埠村有37家茶楼,原来每到周末饭点都是人,车位难求。最近受疫情影响,客人寥寥。

“本以为台风‘烟花’一过,生意就会恢复正常,没想到出游又受限了。原本外地游客预定好的十几桌全部取消了,算算百来号人。”“清溪余韵”茶楼老板娘余慧琳在这里开了15年的茶楼,她说,按照往年规律,暑期这两个月生意很旺。“这个暑期基本接不到外地游客的生意了。”

虽然受疫情影响较大,但余慧琳不气馁。她对员工说,就算没生意也不能乱跑,就给大家多做培训。除了做好防疫工作外,最近这段时间,她一直在学怎么发抖音,每天推出一道菜的视频。

“效果还不错,有些农家菜的做法,居然有4万多点赞。”余慧琳说,自己的茶楼,最大的优势是在户外,包厢和包厢之间距离大。“原本院子里可以摆20桌,现在缩成了9桌,把间隔拉大,就是为了让客人放心来吃,最近还推出不少优惠特价菜吸引客流。”

“当然,首先要配合做好防疫,每个来预定的客人,我们都问得很仔细,进门之前要看绿码。”余慧琳说,做好防疫,熬过这波疫情,生意肯定会好起来。“这几天生意稍微有些好转,明天有两桌预订出去了,周末也订出两三桌。”

### “不裁老员工,让他们暂时休整”

梵村外大桥的“万露茶庄”已经关店一周了,老板高垒每天都在关注疫情新闻,“就等着什么时候放开跨省旅游。”

高垒的茶庄主要做的就是外省旅游团餐生意。“如果没有疫情影响,我们周末最忙的时候要接待400多人,平均翻桌3次。”

这拨疫情让外省的旅游团都进不来了,生意就不行了。观望了一段时间,上周他干脆把店铺关掉,给10个员工每天补发一定的补助。

“去年的疫情,我们为了减少影响,减掉了一半的员工,剩下的老员工,都跟我十来年了,目前就让他们暂时休整。”高垒说。

### “我们一直在坚守,希望能熬过去”

“曼殊”是西湖景区里开了十来年的老民宿了,暑期大部分客人以异地亲子游为主。“没想到,7月底以来,受疫情影响,很多外地游客的预订取消,我们全额办理了退款。”老板俞利强分析现在的形势,认为今年的暑期游基本泡汤了。

白乐桥是西湖景区民宿比较集中的区域,民宿蜜隐·禅和源靠近灵隐寺和北高峰,走的是精品民宿路线。“我们有21间客房,客人主要来自上海、江苏、广东等地,现在都来不了。”负责人如是说。按照往年的规律,暑期民宿周一到周五还有80%的客流量,周末基本是满房状态。上周末入住率才30%,这周末是七夕,为了吸引客源,他们并没有提高价格,保持和工作日一样,但就是这样,目前的预订几乎没有。“因为疫情,很多客人的消费习惯也改变了,大家会在靠近周末的时间才预订,所以再观望观望。”

“烟花”走了,疫情来了,现在民宿经营相当不容易。”西湖风景名胜区内民宿行业协会秘书长封国仙说,这拨疫情让原本值得期待的暑期游大打折扣,目前协会层面正积极引导大家配合做好防疫工作,同时努力提升内功。

记者了解到,8月4日,西湖街道下达《疫情防控指挥部七号令》,西湖景区全面排查民宿和茶楼。截至8月9日,排查民宿295家,茶楼130家,签订责任书170份,茶楼119份。

西湖街道透露,下一步,他们将严格落实属地、行业、单位、个人四方责任,特别是民宿、茶楼等人员流动性较大的企业,进一步加强常态化疫情防控力度。

## 读图时代



近日,游客在故宫博物院参观游览。据了解,随着暑期游览高峰的到来,故宫博物院通过优化票务、接待服务,升级线上游览服务和内容,更好满足游客需求。同时,为了给广大观众提供更加快捷便利的核验服务,故宫博物院与北京健康宝系统完成系统对接,在得到观众授权后,可在购票过程中核验北京健康宝健康状态。

本报记者 齐波 摄

## 福建:再掀全民健身新热潮

本报记者 王惠兵

2020年东京奥运会,不仅带红了一拨体育偶像,也再次营造了“人人都是运动员”的火热氛围。

健步走、慢跑、攀岩、健身操……如今,在福建的大街小巷,越来越多的健身活动项目不断涌现,越来越多的普通群众从体育的“旁观者”变成“参与者”,全民休闲健身风潮正劲!

8月10日,记者走进福州鼓楼区西河智慧体育公园。作为鼓楼“15分钟健身圈”(西片区)核心节点,这儿自7月底一经推出就受到了周边居民的热捧,成为“百姓健身房”。

“这里一开放,我们这群球友就天天约着锻炼。”“没想到家门口有这么高大上的智慧体育公园。”……社区居民林友朝等足球爱好者喜上眉梢。

该公园在原有西河天然游泳场的基础上,新增了足球、篮球、网球多个运动场地,而网球场则是福建省首个也是目前唯一的一个红土场地。此外,还有不少市民带着孩子在游乐场、轮滑和小轮车场地享受运动的乐趣。

公园的“智慧”则体现在园区内中心管控平台,通过安全管理、智能控制、大数据分析3个模块联动,实时监控本园区及鼓楼西片区所有“15分钟健身圈”运动场地内的人流、安全、环境等状况,让智慧体育与全民健身充分结合,打造智能智慧同步,服务与管理并行。

当前,福建省已新建60个笼式足球场、18个智慧体育公园和3个全民健身中心,除智慧体育公园、全民健身中心,60个笼式足球场项目已全部建成并投入使用,不断完善“15分钟健身圈”建设。

据了解,“十四五”期间,福建省将新建或改扩建100个智慧体育公园和一批全民健身中心、健身步道、小型足球场等健身设施;持续开展“运动健身进万家”品牌赛事活动,打造线上与线下比赛相结合、全社会参与、多项目覆盖、多层次联动的全省社区(乡村)体育联赛(运动会)。今年7月,省政府办公厅印发的《加强全民健身场地设施建设发展群众体育实施方案》提出,争取到2025年,全省行政村公共体育设施和城市社区“15分钟健身圈”全覆盖,全方位推进全省群众体育实现高质量发展超越。

如今,福建“全民健身”更是向着多元化发展,全民健身的理念根植百姓心中。正如省体育局负责人所说,全民健身与全民健康正在深度融合,有力推动着健康中国建设,筑起民族强健的基石。

