



2022年张家口市“全民健身日”篮球比赛。

许付磊摄

2022(第二届)全球太极拳网络大赛上,邱县陈氏太极拳表演。

全国2022年“全民健身日”主题示范活动暨河北省“全民健身日”主题活动启动仪式上,奥运冠军孙颖莎与张家口市小朋友打乒乓球。

许付磊摄

保定市“全民健身日”活动。



# 全民来健身 一起向未来

## 全省各地广泛开展“全民健身日”主题活动

2022年8月8日是我国第14个“全民健身日”，是北京冬奥会成功举办后首个“全民健身日”。为宣传推广新修订的《体育法》，推动构建更高水平的全民健身公共服务体系，连日来，全省各地大力开展丰富多样的“全民健身日”主题活动，进一步动员广大群众积极参加全民健身，展示全民健身事业发展成果，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。



2022年国际奥林匹克日河北省百城万人健康跑活动。

### 288项赛事活动掀起全民健身热潮

据不完全统计，8月8日“全民健身日”前后，全省各地、各单位组织开展的全民健身日主题活动共计288项。省市县三级联动，举办了冰雪类、球类、跑步健走类、体能类、棋牌类、武术类、操舞类、民俗类等多个类别的活动，实现全地域覆盖、全项目设置、全龄化参与。

8日上午，全国2022年“全民健身日”主题示范活动暨河北省“全民健身日”主题活动启动仪式在张家口市崇礼区国家跳台滑雪中心“雪如意”举行。活动突出将冬奥场馆开发利用与全民健身紧密结合，在“雪如意”底部广场，张家口足球联赛开赛。在“冰玉环”，张家口轮滑球联赛测试赛、张家口越野滑轮联赛比拼激烈。在国家越野滑雪中心，张家口山地自行车挑战赛上演从林间的速度与激情。

在承德市避暑山庄，“全民健身日”主题活动暨社区运动会启动，太极拳、武术、广场舞、啦啦操、体育舞蹈等展演活动轮番上演。

在唐山市体育公园，数百名健身爱好者对健身操舞、花样跳绳、太极拳、健身车、轮滑、跆拳道、空竹等10个项目进行展演，充分展示体育项目的独特魅力和健身爱好者们昂扬向上的精神风貌。

在保定市军校广场，20余个大众健身项目，由“传统健身稳根基、新兴健身促发展、体育健身向未来”三个板块层层递进，讲述了全民健身的发展。

在邢台市任泽区，500余名体育爱好者进行了广场舞、跆拳道、少儿拉丁舞、儿童篮球操、太极拳、梅花拳、交谊舞、健步走、自行车骑行等体育健身项目的展演。



2022年“全民健身日”活动中,世界武术冠军巨文馨与张家口市民表演太极拳。



石家庄市滹沱河艺术生态岛10公里竞速赛。

### 竞技体育成果惠及广大群众

在广泛开展“全民健身日”主题活动的同时，很多优秀运动员、运动队保障团队科研人员走进基层，开展科学健身指导，分享健身锻炼方法，激励人们积极参与全民健身。

在河北省“全民健身日”主题活动现场，乒乓球奥运冠军孙颖莎、拳击奥运冠军尹军花、武术全运会冠军巨文馨、皮划艇全运会冠军郑毅作为河北省全民健身推广形象大使，面向全省广大群众发出倡议——“全民来健身 一起向未来”。孙颖莎还与张家口乒乓小将过招互动，巨文馨走进张家口市重点少年儿童业余体育学校，与群众一起练习太极拳，为群众带去标准的太极拳动作指导和科学的健身指导。

省体科所在邢台“全民健身日”主题活动期间，为现场群众提供体质监测及科学健身指导公益服务。

### 巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果

为大力弘扬北京冬奥精神，持续推动冰雪运动普及发展，巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果，全省包括所有公共滑冰馆在内的302所公共体育场馆，从8月8日至14日全部免费或低收费开放，让广大群众充分享受冬奥红利。

“全民健身日”前后，河北省冰雪联赛冰球、滑轮、陆地冰壶等项目在廊坊市固安县滑冰馆、邢台市第二十七中学、石家庄冰缘冰壶俱乐部等地陆续开赛。河北省冰雪联赛共设置了5个大项65个小项比赛，进一步激发了大众参与冰雪运动的热情。



石家庄市桥西区2022年“全民健身日”抖空竹展演。

### 全民健身志愿服务深入展开

生命在于运动，运动需要科学。“会健身”“健好身”正成为广大群众的共同追求。8月7日，河北省社会体育指导员“小蓝帽”团队在张家口“冰之梦”滑冰馆开展以“全民健身 志愿同行”为主题的2022年河北省全民健身志愿服务展示活动，通过线上征集、直播教学、线下指导、展示体验等形式，调动全省社会体育指导员开展“展示指导一体化”志愿服务，推动全民健身与全民健康深度融合，打造河北全民健身志愿服务品牌，营造全民健身运动良好氛围。

截至目前，张家口、保定、唐山已相继开展全民健身志愿服务，数百名“小蓝帽”带动千余名健身爱好者积极参与全民健身，成为一道靓丽的蓝色风景线。据悉，我省将发动河北籍世界冠军、全国冠军、各级社会体育指导员等力量，深入学校、社区、乡村、企事业单位等，开展269项全民健身志愿服务，“零距离”把体育知识与健身技能惠及于民，使之更加贴近基层、亲近百姓。

2022年秦皇岛帆船季帆船夏令营活动。

