



■极限自行车爱好者在石老人浴场极限坡道展示“绝活”。 王雷 摄



■市民在中山公园健身广场踢毽子。 王雷 摄

# 走，健身去！

炎炎夏日，人们参与健身活动热情依然高涨。大海边、篮球场、健身馆、田径场、城市绿道……健身人群来来往往，欢声笑语此起彼伏，日益完备的健身场地和设施，承载了人们对美好生活更深层次的向往和期盼。

全民健身不仅带来了健康，更为青岛注入了一种快乐的生活态度。市民们走出家门，将运动融入日常，使其成为生活的一部分。上实球场成了球类爱好者的圣地，球场内外激情四溢；不远处的石老人海滩不仅吸引了大批跑步爱好者，更是极限运动家们的“主场”；踏上自行车，踩上滑板鞋，大家都是这条街上“最靓的仔”；李村河畔的林荫健身场成为市民休闲、健身的绿色走廊；600多所中小学开放室外体育场地，校园操场成了市民休闲健身的好去处……

据介绍，青岛连续9年将健身场地建设纳入“市办实事”，建成700余处以笼式多功能运动场为主的场地。全市累计健身设施已达1.1万处，基本建成了城市社区“8分钟健身圈”，实现了农村健身工程全覆盖。我市人均体育场地面积达到3.3平方米，高于全国的2.62平方米。2023年，我市将新建、改扩建全民健身体育公园10处、健身步道和设施300处。“健身去哪儿”有了越来越好的答案。

不断丰富群众健身活动空间，满足人们多样化运动需求，既是构建更高水平的全民健身公共服务体系的内在要求，也是加快建设体育强市的题中之义。日前印发的《青岛市构建更高水平的全民健身公共服务体系实施方案》，明确对2025年和2035年两个时间节点制定了分阶段的具体目标。

到2025年，更高水平全民健身公共服务体系基本建立。公益性健身设施超过11000处，人均体育场地面积达到3.5平方米。全民健身活动遍布城乡，每年市级全民健身活动不少于90项，区（市）级全民健身活动不少于300项。到2035年，与新时代社会主义现代化国际大都市相适应的全民健身公共服务体系全面建立。全民健身将成为赋能城市活力，提升城市宜居水平，建设健康青岛、体育强市的重要力量。

让体育更好融入生活，尽情享受运动的乐趣。在青岛，一幅充满生机与活力的全民健身画卷正徐徐展开。

张羽



■傍海而建的邮轮母港运动场。 王雷 摄



■杭鞍高架的桥下空间成为市民健身场所。 杨志文 摄



■城阳河套街道居民在社区健身广场跳舞。 王雷 摄



■华灯初上，足球爱好者在崂山区上实球场切磋球技。 王雷 摄



■市民在青岛合肥路小学的操场上跑步。 韩星 摄



■市民在李村河畔的林荫球场打球健身。 赵健鹏 摄