

完善硬件设施 丰富服务内容 让更多老年人乐享运动

近年来,老年群体的健康意识不断增强,对体育产品和服务的需求日益增长。发展银发经济、满足老年人体育需求,将有助于推动老龄事业和产业高质量发展。



内蒙古呼和浩特体育中心综合体育馆,老年“冰迷”在室内冰场滑冰。王晓博摄

看比赛、深度游、运动健身,晚年生活很充实

家住河北秦皇岛的刘贵芳今年71岁,经常与球友打网球,还喜欢体育摄影。他专门购买了单反相机、电脑等器材,拍摄过一些赛事。去年,在拍摄完中国杯世界花样滑冰大奖赛后,刘贵芳顺道到重庆、成都进行了20多天的深度游。“做运动、看比赛、深度游,我的退休生活可充实哩!”刘贵芳说。

当运动健身成为越来越多老年人的生活方式,体育消费市场反响明显。天猫运动户外行业数据显示,2023年第四季度,五旬滑雪者交易额同比增长65%,六旬滑雪者交易额同比增长131%;在滑雪袜的月度购买者中,老年人占比达37%。

近年来,露营、徒步、骑行等户外运动蓬勃发展,一些文体旅融合的产品颇受老年消费者青睐。在携程旅行平台,一款专为老年人设计的登山与高尔夫球项目相结合的旅游产品十分热销,上架以来已有千余用户咨询报名,“如今,老年群体已不再满足于打卡式旅游,体育项目的加入给他们带来更丰富的体验。”携程研究院行业分析师方泽茜说。

同时,老年人体育赛事也日益丰富,“一人参赛,全家旅游”渐成风

尚。中国老年人体育协会副主席温文介绍,很多地方抓住机遇,推出赛事相关的精品旅游线路及产品,深受老年群体欢迎。

健身设施适老化改造、体医融合、筹办老年群体赛事,行业激发新增长

今年1月24日,占地约500平方米的老年人室外智能健身房落户武汉市中山公园,不到一周时间,就吸引了几千名用户前来体验。在智能设备的语音引导下,市民张大娘做完体质测试并收到一份报告,“它建议我心率超过130的时候,就要注意跑步速度,刚才测试时还给我语音提醒。”

设备研发方深圳市好家庭健康科技有限公司董事长张佳华介绍,适老化健身产品的一项重要功能,便是为老年人量身定制运动方案。“很多老人运动时很难准确把握运动强度,数字化、智能化的健身设备可以起到及时建议、提醒的作用;长期积累形成的运动数据,有助于用户进行健康管理。”张佳华说。

除散步、打太极拳、跳广场舞等常见的老年人健身方式外,如今,越来越多老人开始对室内健身感兴

趣。自2021年起,上海市体育局与上海市民政局共同推出“长者运动健康之家”,目前已覆盖上海16区,共有120家。

负责运营该“健康之家”的尚体健康科技(上海)有限公司董事长王海龙介绍,全部健身器材都针对老年人的体质特点进行了适老化调整,并提供慢性病运动干预、康复训练等运动康养服务。“每个月会员费99元,政府补贴30元,个人只需要支付69元。”王海龙说,“最近,我们还研发推出了老年瑜伽课,老人们积极性很高。”

在体育产业领域,健身设施适老化改造、体医融合、筹办老年群体赛事等成为行业热点。“目前老年人体育设施和体育场所供给缺口仍然存在,如何满足老年人的运动需求,还有很多工作要做。”中国体育用品业联合会秘书长罗杰说。

推广科学健身、制定相关标准、培养专业教练,更多需求待满足

今年1月,国务院办公厅印发《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》提出4个方面26项举措,强调“在养老服务、文化和旅游、老年用品、适老化改造、智能技术应用

等领域开展标准化试点”。

据罗杰介绍,从2020年开始,中国体育用品业联合会就着手启动老年运动健身标准制定修订工作;2023年,联合会受国家体育总局群体司委托,完成了《老年人健身器材配置指南》的编写,而备受关注的《老年人室内运动健康设施要求》国家标准也在紧锣密鼓地制定中。“设施器材标准化工作稳步推进,将有利于推动市场良性竞争,引导适老化健身器材研发和场地供应进一步改善升级。”罗杰说。

实际上,与老年旅游、老年康养等较为成熟的领域相比,老年健身、赛事等业态还处于初期发展阶段。如何培养该领域专业教练,如何推广科学健身理念,如何更好满足老年群体的运动需求……很多问题亟待解决。推动老龄事业和产业高质量发展,在硬件上,要不断加强老年人健身设施建设,持续扩大适老产品供给;在软件方面,则要积极提供助老服务,让服务内容更丰富、更有质量。

“老年群体的体育需求一直存在,且体育消费呈现出多元化、专业化的趋势。”王海龙分析。随着我国进入老龄化社会,发展银发经济、满足老年人体育需求,将有助于让老年人安享健康、快乐的晚年生活。

(据《人民日报》范佳元 孙龙飞)

在江西赣州赣县区,文昌社区老年舞蹈队进行柔力球训练。

薛顺鑫 摄

