

# 全民健身热潮涌 体育赋能向新行

茂名晚报讯 记者宁钰燕 第十五届全国运动会赛事比拼正酣,运动激情跨越山海,在南海之滨的茂名也已掀起全民健身的火热浪潮。袂花江上,龙舟竞渡鼓点铿锵;浮山岭间,登高队伍步履昂扬;公园广场上,广场舞舞姿翩跹;乡村步道中,徒步人群络绎不绝。近年来,茂名市积极贯彻落实“健康中国”战略,广泛开展形式多样、内涵丰富的群众性体育活动,推动体育与城市发展深度融合,在满足群众多元化健身需求的同时,为“百千万工程”注入活力,也为2026年广东省第十七届运动会积蓄着全民力量。

## 多元活动搭台,全民健身热起来

体育不仅是提高人民健康水平的重要途径,更是实现人民群众对美好生活的向往、促进人的全面发展的重要手段。聚焦群众日益多元化的运动需求,茂名精心打造了一批覆盖广泛、参与度高的本土体育活动品牌,让健身热潮渗透到城乡各个角落,融入市民日常生活。

作为茂名全民健身的标杆活动,全民健身徒步活动自2014年创办以来,从首届万人参与到峰值超八万人次,十届已累计带动数十万市民走出家门、投身运动,成为名副其实的城市盛事。每年都吸引着不同年龄、不同职业的市民参与,形成了“全民同行,健康相伴”的独特城市风景线。

每逢端午,茂南袂花江上便锣鼓喧天,一场场龙舟邀请赛总能点燃全城热情。龙舟如离弦之箭破浪疾驰,两岸观众呐喊声震云霄,线上直播更吸引百万网友“云助威”。这份激情蔓延至化州、信宜、电白等地,让龙舟精神深深融入全民健身血脉当中。

广场舞则以最接地气的方式走进群众生活。连续举办七届的茂南百姓广场舞大赛,见证了茂名群众文体活动的成长。从市区广场到乡镇墟市,广场舞大赛的舞台遍布金塘、杨梅、平定等地,持续掀起一波又一波的健身热潮。

此外,还有“村拔”、重阳登高揽胜等活动,同样精彩纷呈。这些多元化活动在锻炼市民体魄的同时,也提升着城市认同感,更激发起全民参与的运动热情,夯实全民健身群众基础。

## 体育赋能,与城市共成长

群众体育不仅是健康工程,更是驱动城市高质量发展的动力工程。在茂名,蓬勃发展的群众性体育活动,正成为展示“百千万工程”实践成果、擦亮城市名片的生动窗口,推动体育与城乡建设同频共振。

多年来,全民健身徒步活动始终紧扣市委、市政府中心工作精心设置路线,成为见证城乡发展成效的移动窗口。从见证露天矿坑变身“洱海似”的好心湖的生态治理成果,到漫步潘州大道、水东湾大桥感受路网升级与湾区巨变,再到“趁墟”徒步体验乡村振兴成果,到茂名新城感受城市“上新”的活力,市民用脚步丈量着



茂名市第十届全民健身徒步活动信宜分会场。茂名日报社全媒体记者 张波 摄

城市发展的每一步跨越,让“创文巩卫”“城乡协调发展”等成果变得有感可知。“茂名的发展变化太大了,每一步都有新发现!”徒步市民彭先生的感慨,正是体育与城市发展同行的真实写照。

各类全民体育活动,更成为推动“百千万工程”落地的鲜活助力。在重阳登高活动的打卡市集里,人们在此触摸乡村产业的蓬勃脉动;在全民健身运动会拔河赛的绳股中,凝成“心往一处想 劲往一处使”的奋斗合力;在龙舟邀请赛的呐喊声中,文体“流量”正转化为乡村发展“增量”。

一场场体育活动已不单是健身平台,其与乡村振兴、城乡协调、生态治理等工程重点领域的紧密联动,既丰富了群众生活,更激活了城乡发展潜能,让“百千万工程”的成果更好惠及全民。

## 夯实设施基础,蓄力省运启新程

全民健身的蓬勃开展,离不开坚实的场地设施保障。茂名以筹备2026年省运会为契机,大力推进体育场馆建设与公共服务提升,为市民打造“出门可健身、就近能运动”的优质环境。

借省运会东风,大型体育场馆布局不断优化。目

前,茂名奥体中心、高州奥体中心建设已进入收尾阶段,茂名体育馆完成升级改造并成功承办多项赛事,全市大型健身运动场所和设施日益完善。

在强化全民健身公共服务基础设施建设上,茂名坚持“见缝插针”,建设“口袋公园”“15分钟健身圈”,让市民享受家门口的运动便利。数据显示,茂南区近两年新增大量健身器材,人均体育场地面积达2.82平方米,“15分钟健身圈”实现全覆盖;电白区构建区、镇、村三级健身网络;信宜旧城区新建多个公园;还有“好心绿道”、社区体育公园等相继落成,让城市在体育赋能下愈发宜居。

设施完善助推全民健身热潮,也为省运会积蓄着深厚的群众基础。“省运会要在家门口办,我们老年人也要搭把手!跳好广场舞,既锻炼了身体,也能传递喜迎省运的热情。”广场舞大赛选手陈阿姨的心声,道出了市民的共同期盼。

在全运会如火如荼举行之际,茂名以全民健身的丰硕成果,展现出“体育为民、体育惠民”的坚定决心。未来,随着省运会脚步临近,茂名将继续以体育为纽带,引领全民健身水平迈上新台阶,为城市发展注入更多活力。



山海同行迎省运  
全民助力“百千万”

茂名市第十一届全民健身徒步活动

即将启动!



咨询电话:

0668-2963821 2836518 13542369064 (张记者)

13927555522 (黄记者) 13927592810 (车记者)