

晋城市体育局文件

晋市体字〔2022〕25号

关于开展“追梦中国·健康你我” 2022中国线上全民健身走（跑）大赛 （山西·晋城站）的通知

各县（市、区）卫生健康和体育局、各级体育社会组织、广大健身爱好者：

为贯彻落实《“健康中国2030”规划纲要》《体育强国建设纲要》《全民健身计划（2021—2025年）》，广泛深入开展全民健身活动，推进全民健身与全民健康深度融合，提升我市全民健身氛围，培养全民健身习惯，宣传晋城市品牌形象，展示全市人民健康向上、锐意进取、砥砺前行的良好风貌。由国家体育总局社会体育指导中心、中华环保联合会主办，晋城市体育局承

办的“追梦中国·健康你我”2022中国线上全民健身走(跑)大赛(山西·晋城站)将于2022年6—12月举行。

现将《“追梦中国·健康你我”2022中国线上全民健身走(跑)大赛(山西·晋城站)执行方案》印发给你们，请认真遵照执行。



信息公开选项：主动公开

“追梦中国·健康你我” 2022 中国线上全民健身走(跑)大赛 (山西·晋城站)执行方案

一、活动目的

深入贯彻《全民健身计划（2021-2025年）》《“健康中国2030”规划纲要》《体育强国建设纲要》精神，广泛开展全民健身活动，积极探索全民健身赛事新模式，通过组织线上全民徒步赛事活动，引导市民群众线下分散式参赛，推进全民健身与全民健康深度融合，全面提高群众身体素质，以良好的精神状态迎接党的二十大胜利召开。

二、活动名称

追梦中国“健康你我”2022中国线上全民健身走(跑)大赛(山西·晋城站)

三、活动主题

追梦中国·健康你我

四、活动时间、地点

时间：2022年6月—12月

地点：线上打卡。

五、主办单位

国家体育总局社会体育指导中心

中华环保联合会

六、承办单位

晋城市体育局

绿色循环惠普专委会

上海毅行体育发展有限公司

七、联合承办单位

城区卫体局、泽州卫体局、高平卫体局

阳城卫体局、陵川卫体局、沁水卫体局

八、技术支持单位

上海健行之家体育科技（集团）有限公司

九、参赛人群及要求

全民健身、绿色出行爱好者个人或团队均可参加。

十、参赛项目及规模

（一）项目

1. 参赛组别

运动健身组

2. 打卡步数

4800步、6400步、8000步、

9600步、11200步、12800步。

（二）规模

个人或团队打卡参赛，根据疫情防控要求，如升级为中高风险地区避免聚集性参赛。

十一、赛事报名

(一) 免费参赛：0元/人，免费参赛，报名成功获得《“追梦中国”运动健将》电子荣誉证书、每天打卡电子证书和完赛电子证书。

(二) 荣誉参赛：29.9元/人报名成功获得《“追梦中国”运动健将》电子荣誉证书、每天打卡电子证书、完赛电子证书和完赛纪念T恤（邮寄到家）。

(三) 荣誉参赛：39.9元/人，报名成功获得《“追梦中国”运动健将》电子荣誉证书、每天打卡电子证书、完赛电子证书和完赛奖牌（邮寄到家）。

(四) 荣誉参赛：59.9元/人，报名成功获得《“追梦中国”运动健将》电子荣誉证书、每天打卡电子证书、完赛电子证书、完赛纪念T恤和完赛奖牌（邮寄到家）。

十二、参赛规则

(一) 参赛者从报名之日起，根据自身情况合理选择相应组别和打卡营参赛，不限打卡场地（健身步道、公园、操场、街道等均可），不限完成时间。

(二) 参赛者可直接登录微信搜索“达探熊猫”小程序报名参赛，按规定天数打卡完赛获得相应电子完赛证书（或完赛奖

牌)。

(三) 参赛者每天坚持健身走(跑)打卡,即可获得个人碳积分和“碳账本”,同时获得积分兑换奖励(积分兑换规则另行通知)。

十三、报名须知

(一) 参赛运动员有以下疾病患者禁止参赛:

- 1.先天性心脏病和风湿性心脏病的患者;
- 2.高血压和脑血管疾病患者;
- 3.血糖过高或过低的糖尿病患者;
- 4.心肌炎和其他心脏病患者;
- 5.冠状动脉病和严重心律不齐患者;
- 6.传染性疾病患者;
- 7.其它不适合运动的疾病患者。

(二) 赛事过程中注意事项

- 1.赛前请充分热身,以避免剧烈运动对身体造成的意外伤害;
- 2.打卡过程中,如发现肌肉疼痛、关节痛以及极度的疲劳感等不适症状,请参赛者量力而行,必要时放弃比赛,以保证人身安全;
- 3.打卡过程中,如遇炎热、风沙、雨水、雾霾等极端天气,请参赛者自行调整徒步计划,以保证人身安全;

4. 赛前告知家人或朋友您参赛当日的打卡路线和时间，6—12 周岁须有家长陪同。

（三）报名流程

直接登录微信搜索“达探熊猫”小程序，操作步骤（点击线上赛事 → 点击立即报名 → 点击个人报名 → 选择组别、套餐、打卡计划 → 填写报名信息 → 点击立即报名点 → 点击确认 → 显示报名成功后自动生成海报 → 点击保存图片报名成功 → 点击返回主页 → 点击运动打卡 → 点击去打卡 → 点击开始（找到设置、点击位置信息，点击使用小程序期间和离开小程序后）返回 → 点击确定 → 点击开始。完成打卡计划后长按结束键 3 秒，上传运动数据，方为一次成功打卡。

（四）报名二维码



(五) 赛事组委会联系信息

线上赛报名咨询: 19136307396

十四、赛事声明

- (一) 参赛者在报名时需确认《报名协议》，否则禁止参赛；
- (二) 参赛者务必仔细阅读参赛须知和健康要求，若因身体条件不宜参赛却强行参赛而导致的身体不适或意外，责任自负；
- (三) 参赛者在赛事过程中出现参赛者人身损害和财产损失，由参赛者个人承担，与赛事组织机构相关单位无关。

十五、未尽事宜，另行通知。