



张家湾老旧厂房改造成为羽毛球馆。



孩子们在绿心活力汇里比拼球技。



西海子公园成为周边居民锻炼首选。

健康副中心

本报记者 田兆玉

80条健身步道、1200余件体育设施、110余家体育运动经营单位、1332名体育指导员、70个北京市体育特色村、106块篮球场、61块足球场、389万余平方米体育场地……借助北京城市副中心建设的东风，通州区体育事业发展进入快车道。体育运动，正在越来越多地融入都市生活，为城市发展注入强劲生命力。

“孩子，走，妈妈带你下楼活动活动。”上了一天网课，张雅带着女儿下楼，围绕新翻建的公园步道小跑了起来。今年，张雅所住的后南仓小区进行了广场改造，不仅增加了崭新的环形步道，还增加了儿童活动区和老年活动区。“疫情期间不运行，家门口这个小广场成了大家活动健身的场所。”张雅说，孩子们在家长的陪伴下，开心地溜滑梯，快乐地奔跑，老人们下棋、健身，“大家可以在这里享受惬意的休闲时光”。

11公里外，家住张家湾环湖小镇的李雪，同样在家门口享受着体育设施带来的便利。

早饭后，李雪戴上耳机、口罩，换上轻便的运动服，来到家门口附近的健身步道，开始每日的锻炼时光。“湖边风景好，健身步道铺设了一层塑胶垫，路面有弹性，走起来脚感舒服。”

公共体育设施是城市综合功能的重要载体，也是现代城市建设的标志之一。设置在公共场所的健身步道，正受到越来越多市民的喜爱，身边爱奔跑、爱骑行的市民越来越多。

截至目前，通州区体育局在全区内建设了80条健身步道，大多建在风景优美的水系、树林之间。“让群众身心愉悦地奔走在家门口的‘绿水青山’之间。”区体育局相关负责人表示。

体育代表着青春、健康、活力。随着社会发展和人们观念的转变，对健康生活的追求正变得越来越流行。近几年，通州区通过连续举办运河绿道骑行、徒步大会、专业马拉松比赛等体育赛事，吸引带动了一批市民加入骑行、跑步等体育运动中来。

运河减河公园里，两侧绿树成荫，减河静静流淌，郁郁葱葱的绿道上，家住京贸国际城小区的周运正在享受午后的静谧和运动的快乐。“这儿就像个大氧吧，既有碧波又有林木，风景特别优美。来这儿骑上一圈儿，别提多舒服了。”

公园里，花朵开得正艳，居民们在扫码后有序进场，并保持距离。打太极、舞龙、踢毽子、跳广场舞……公园就像一个大大运动场，居民们享受着运动带来的愉悦。刚跳完舞的李阿姨说：“这儿离家近，地儿又宽敞，我们几个老姐妹几乎天天来。把身体锻炼好了，才能更好地抵御病毒。”

众人拾柴火焰高。近几年，通州区不断夯实城乡体育基础设施建设，推进体育公园建设，大力倡导科学健身理念，建立健全体育产业扶持政策，全力推动全民健身和全民健康的深度融合。区体育局与区住建委、园林绿化局等部门联手，结合老旧小区改造、公园建设等重点工程，增加改进健身器材、修建健身步道，让群众能够有更多选择、更多机会，在家门口迈开腿、动起来，逐步养成低碳出行、健康生活的良好习惯。目前，全区体育设施已实现100%全覆盖，15分钟健身圈社区覆盖率、公共体育设施免费或低收费开放率、行政村农民体育健身工程覆盖率均达到100%，全区体育设施共1200余件，实现了“体育设施村村有”，进一步丰富百姓身边的体育设施供给。

全民健身的推广普及，让副中心健康满满、活力四射，也带动一批体育产业。

曹建峰经营的羽毛球馆位于张家湾镇内，由老旧厂房改造而成。目前，场内除了提供场地外，还提供教学、陪练等服务。“现在不论是年轻人还是小朋友，喜欢打球的人越来越多。”曹建峰说。

目前，通州区在册体育运动项目经营单位共110余家，涉及健身、游泳、羽毛球、台球、篮球等十余项，每年接待健身群众45万人次左右。



马拉松选手比赛途中欣赏运河两岸风光。



市民在运河森林公园内骑车、滑滑板。



改造一新的通典铭居小区气排球馆。



赏花、跳舞，运河减河公园小广场洋溢着欢声笑语。