

# 上海市体育局文件

沪体群〔2024〕27号

## 关于切实做好2024年全民健身公共资源 拓展工程和为民办实事项目的通知

各区体育局、市体育场馆设施管理中心：

2024年是全面贯彻落实党的二十大精神的关键之年，是深入实施“十四五”发展规划的攻坚之年，依照《国务院办公厅关于加强全民健身场地设施建设发展群众体育的意见》《全民健身场地设施提升行动工作方案（2023—2025年）》和上海市委办公厅、市政府办公厅印发的《全民健身公共资源拓展工程三年行动计划（2023—2025年）》《2024年上海市为民办实事项目》等文件精神，为进一步完善全民健身公共服务体系，优化全民健身场地设施布局，增加全民健身公共资源供给，更好地满足群众不断增长的多元化、高品质体育健身需求，打造全龄友好、宜老宜少、全民共享的社区健身空

间，推动全民健身公共服务资源提档升级和数字化转型，确保高质量按时完成民心工程和为民办实事年度目标任务，促进群众体育高质量发展，构建更高水平的全民健身公共服务体系，加快推进全球著名体育城市和健康上海建设目标，现将有关工作通知如下。

## 一、项目基本情况

2024年由市体育局承担的民心工程和为民办实事项目主要包括新建社区市民健身中心30个，新建改建市民健身步道80条（其中市级步道60条、区级步道20条）、市民益智健身苑点720个（其中市级苑点600个、区级苑点120个）、市民（职工）健身驿站60个、市民运动球场150片（其中羽毛球场100片）、长者运动健康之家25个。

当前，市民身边的体育设施总量不足，布局不够平衡，种类和功能不够丰富，已经成为制约本市全民健身工作发展的短板。2024年民心工程和为民办实事项目，就是要建设更多贴近市民身边的社区体育健身设施，让更多市民享受就近、就便的优质体育公共服务。

该项目由市体育局和各区负责，市绿化市容局配合。

牵头部门：市体育局群众体育处

实施主体：各区体育局

指导单位：市体育场馆设施管理中心

## 二、建设原则

（一）社区公共体育设施建设应贯彻落实《上海市市民体育健身

条例》《上海市体育发展条例》《上海市体育设施管理办法》以及《上海市公园绿地市民健身体育设施设置导则（试行）》《上海市居民住宅区室外公共体育设施建设与管理的指导意见（试行）》《社区市民健身中心建设导则》《市民健身驿站建设导则》《长者运动健康之家建设导则》等文件要求。

（二）满足市民就近就便的体育健身需求，充分考虑各类人群参与体育健身活动的需求和特点，科学合理选址、建设，遵循“更亲民、更便民、更普及”的原则，注重提升全人群的使用体验。

（三）结合居民住宅区、公园、绿地等场地建设嵌入式体育设施，结合乡村振兴战略提升农村体育设施服务功能，因地制宜、建管并举，注重配置器材的功能提档升级，注重科学健身指导服务的提升和智慧化管理手段的运用，支持打造智慧体育设施，推动公共体育服务数字化转型。

### **三、实施进度安排**

第一季度，全面动员，制定实施计划，分解工作任务，确定选址；第二季度，对照建设标准，分类指导推进，踏勘立项、开工建设，完成建设任务的 50%；第三季度，持续推进建设，9 月底完成全年任务指标的 90%；第四季度，10 月底全部完成建设项目，做好竣工验收工作，加大宣传，全面开放。

### **四、建设与管理标准**

根据《公共文化体育设施条例》要求，参照《室外健身器材的

安全通用要求》（GB19272-2011）、《公共体育设施室外健身设施应用场所安全要求》（GB/T34284-2017）、《公共体育设施室外健身设施的配置与管理》（GB/T34290-2017）、《健身器材和健身场所安全标志和标签》（GB/T34289-2017）、《城市社区多功能公共运动场配置要求》（GB/T34419-2017）、《全民健身活动中心分类配置要求》（GB/T34281-2017）等国家标准，及《室外健身器材配建管理办法》《上海市公园绿地市民体育健身设施设置导则》和《公共体育场馆运营管理服务规范》的具体要求，对 2024 年民心工程和为民办实事项目分别制定《2024 年上海社区市民健身中心建设导则》（附件 1）、《2024 年上海市民健身步道建设导则》（附件 2）、《2024 年上海市民益智健身苑点建设导则》（附件 3）、《市民健身驿站建设导则》（附件 4）、《2024 年上海市民运动球场建设导则》（附件 5）、《长者运动健康之家建设导则》（附件 6）、《2024 年为民办实事项目标识标牌设置导则》（附件 7），对社区市民健身中心、市民健身步道、市民益智健身苑点、市民健身驿站、市民运动球场和长者运动健康之家的选址、建设、器材安装、维护与保养，以及标识标牌等内容进行规范。

## 五、申报方式

### （一）任务指标

按照 2024 年民心工程和为民办实事项目建设的总体需求和建设指标，各区承担的建设任务如下：

序号	区域	全民健身公共资源拓展工程（民心工程）							
		为民办实事项目					市民健身 步道 (区级)	市民益智 健身苑点 (区级)	长者运动 健康之家
		社区市民 健身中心	市民健身 步道	市民益智 健身苑点	市民健身 驿站	市民运动 球场			
1	浦东	2	10	60	6	5	-	-	3
2	黄浦	1	2	15	2	1	1	35	4
3	静安	3	3	20	1	4	3	25	1
4	徐汇	2	3	40	3	6	-	-	2
5	长宁	1	1	15	2	1	3	10	2
6	普陀	2	2	30	1	2	8	10	1
7	虹口	2	2	20	2	2	-	-	-
8	杨浦	2	4	50	3	2	-	20	2
9	宝山	3	3	40	3	4	1	5	4
10	闵行	1	3	50	2	3	-	-	-
11	嘉定	1	4	50	2	6	2	20	2
12	金山	2	3	40	2	3	-	-	2
13	松江	2	6	30	2	5	1	30	2
14	青浦	2	5	50	2	5	-	-	2
15	奉贤	1	7	30	1	13	-	-	6
16	崇明	3	4	70	2	8	1	-	2
17	总工会				30				
	合计	30	62	610	66	70	20	155	35

注：市民运动球场中 100 片羽毛球场另行统计

(二) 各区体育局牵头，会同区相关部门、街镇，在摸底调查、确认需求的基础上，进行点位申报。由各区体育局负责填写《2024年上海社区市民健身中心建设点位申报汇总表》（附件8）、《2024年上海市民健身步道建设点位申报汇总表》（附件9）、《2024年上海市民益智健身苑点建设点位申报汇总表》（附件10）、《2024年上海市民健身驿站建设点位申报汇总表》（附件11）、《2024年上海市民运动球场建设点位申报汇总表》（附件12）、《2024年上海长者运动健康之家建设点位申报汇总表》（附件13）纸质版加盖区体育局公章，于3月13日前报送至市体育局群众体育处。

## 六、具体要求

### （一）加强组织领导

各区体育局要围绕《上海市全民健身实施计划(2021—2025年)》《全民健身公共资源拓展工程三年行动计划（2023—2025年）》确定的目标和任务，更加积极主动落实民心工程和实事项目建设责任，做好整体统筹、项目推进、协调指导和宣传推广等工作。要会同相关部门及街镇做好情况摸底、点位申报、培训指导、实施建设、组织验收等工作，推进项目落地，见到明显成效。

### （二）注重提档升级

全面提升民心工程和实事项目的功能和品质，打造“十四五”上海全民健身场地设施建设的新样板。广泛听取市民群众的意见建议，通过张贴工程示意图和效果图等方式，让市民知晓建设的目标

和进度。提供精细化服务，鼓励建设全龄友好的智慧型健身场地，扩大受益人群，更好满足市民的力量练习、有氧锻炼、休闲娱乐、亲子社交等多样化需求。围绕解决老年人运用智能技术面临的困难，提升场地设施“智慧助老”服务水平。

### （三）落实经费保障

将民心工程和为民办实事项目纳入区政府实事项目总体安排，确保项目建设资金及早安排、优先保障、全面落实，提高资金支出和使用效率。项目经费由各区体育局向各区财政局申请，可以从2024年市财政对区文化体育一般转移支付资金及区财政经费中支出。各区政府、街镇要保障相关社区体育公共设施的日常运行管理经费。市体育局对新建改建的社区市民健身中心、市民运动球场（羽毛球场）给予一定的经费补贴。

### （四）加强过程监管

坚持“早安排、早启动、早推进、早建成”的原则，把全民健身场地设施建设作为年度重点工作任务，倒排时间节点，把握时间进度，设定时间表、路线图，科学合理做好每月、每季度的工作安排。市体育局群众体育处将会同市体育场馆设施管理中心做好整体协调和指导监督工作，加强项目的选址和建设施工、器材安装的过程管理、进度检查、指导督促等工作。各区民心工程和为民办实事项目建设与管理工作纳入2024年度全民健身发展指数评估。

### （五）执行规范标准

民心工程和实事项目达到政府招投标要求的，必须严格执行招标投标程序，在招标评标中应采用综合评分法。选用的健身器材、设施及标识标牌配置、地面铺装等，必须符合相关国家标准。选用的室外健身器材需通过经国家认可的器材质量认证机构的产品质量认证，确保器材质量。对原有健身苑点、运动场进行改造的，应在器材设施停止使用前 5 天，告知居民。对超过使用年限的器材设施，各区要制定计划进行更新，确保器材安全使用。

## 七、竣工验收

工程完工后，建设单位应当会同区体育局进行竣工验收。市体育局对竣工验收情况进行信息统计、核实、评估。所有项目应当于 10 月底前建成，并对外开放。建成项目信息及时上传至“上海市公共体育场馆设施数字化管理服务平台”。每月 28 日前将月度完成项目数据报送市体育局群众体育处汇总。

- 附件：1. 2024 年上海社区市民健身中心建设导则（附件 1）  
2. 2024 年上海市民健身步道建设导则（附件 2）  
3. 2024 年上海市民益智健身苑点建设导则（附件 3）  
4. 市民健身驿站建设导则（附件 4）  
5. 2024 年上海市民运动球场建设导则（附件 5）  
6. 长者运动健康之家建设导则（附件 6）  
7. 2024 年为民办实事项目标识标牌设置导则（附件 7）



8. 2024 年上海社区市民健身中心建设点位申报汇总表（附件 8）
9. 2024 年上海市民健身步道建设点位申报汇总表（附件 9）
10. 2024 年上海市民益智健身苑点建设点位申报汇总表（附件 10）
11. 2024 年上海市民健身驿站建设点位申报汇总表（附件 11）
12. 2024 年上海市民运动球场建设点位申报汇总表（附件 12）
13. 2024 年上海长者运动健康之家建设点位申报汇总表（附件 13）
14. 2024 年社区市民健身中心验收表（附件 14）
15. 2024 年市民健身步道验收表（附件 15）
16. 2024 年市民益智健身苑点验收表（附件 16）
17. 2024 年市民健身驿站验收表（附件 17）
18. 2024 年市民运动球场验收表（附件 18）
19. 2024 年长者运动健康之家评估验收表（附件 19）



（此件主动公开）

# 2024 年上海社区市民健身中心建设导则

## 一、定义与分类

社区市民健身中心是指于街道、社区、居住区区域范围内新建、改建以及扩建的以室内为主、不设固定看台的，专用于开展体育健身活动，向公众提供公共服务的综合性体育设施。

## 二、基本原则

**（一）科学规划、合理布局。**按照《上海市全民健身实施计划（2021—2025 年）》要求，完善高品质的“15 分钟社区体育生活圈”建设，以街镇和基本管理单元全民健身场地设施均衡布局为导向，到 2025 年，基本实现社区市民健身中心街镇全覆盖，其中 2024 年建设 30 个社区市民健身中心。

**（二）便民利民，服务社区。**以方便社区居民就近参加体育健身活动为主要目的，合理确定社区市民健身中心的选址、类型和功能，切实保障市民基本的公共体育服务需求。

**（三）因地制宜，逐步推进。**坚持集中或分散结合，原则上应集中建设，不具备集中建设条件的街镇也可结合实际分散设置，鼓励向空中、地下拓展空间。

**（四）创新机制，突出增量。**纳入当年建设任务的社区市民健身中心，以新建或综合利用形式为主，鼓励社会力量参与建设和运营社区市民健身中心，建立科学合理的运营机制，提高设施综合利用率

和运营效益。

### 三、建设内容及标准

#### (一) 建设内容

各类社区市民健身中心除必备体质测试室和基础健身区外,其他体育项目配置、服务功能用房及附属设施设备配置内容应结合实际。

#### (二) 建设标准

社区市民健身中心的分类标准及具体建设标准,原则上参照国家标准 GB/T 34281-2017《全民健身活动中心分类配置要求》。各区可结合本区实际,增加配置市民喜爱的游泳等项目。具体分类配置标准如下:

##### 1. 分类标准

社区市民健身中心按照建设规模、室内体育场地面积、空间类型和经常开展体育活动场地种类可分为小型、中型和大型三类,具体分类标准见表 1。

表 1 社区市民健身中心分类依据

分类	建筑规模	室内体育场地面积	大空间健身用房	小空间健身用房	经常开展体育活动场地种类	必配场地
小型	1200 m <sup>2</sup> ~2000 m <sup>2</sup> (不含 2000 m <sup>2</sup> )	≥1000 m <sup>2</sup>	—	—	≥5 种	体质测定、基础体能训练
中型	2000 m <sup>2</sup> ~4000 m <sup>2</sup> (不含 4000 m <sup>2</sup> )	≥1500 m <sup>2</sup>	至少 1 间 ≥800 m <sup>2</sup>	累计 ≥500 m <sup>2</sup>		体质测定、基础体能训练、羽毛球或篮球
大型	至少 4000 m <sup>2</sup>	≥3500 m <sup>2</sup>	至少 2 间 ≥1600 m <sup>2</sup>	累计 ≥1200 m <sup>2</sup>		体质测定、基础体能训练、羽毛球、篮球

## 2. 配置要求

### (1) 体育项目和场地设施配置

市民健身中心内大空间健身用房和小空间健身用房适合配置的体育项目种类参见表 2，各项目适用房规格参见表 3。

表 2 各类市民健身中心体育项目配置可选内容

房间类型	适合配置体育项目
大空间健身用房	篮球、室内 5 人制足球、羽毛球、排球、网球、游泳、轮滑、攀岩、室内滑冰、室内滑雪等
小空间健身用房	乒乓球、台球、壁球、门球、保龄球、地掷球、跆拳道、空手道、武术、剑道、击剑、棋类、牌类、益智类桌游、射箭、电子竞技、模拟运动、基础体能训练、动感单车、健身操课等

表 3 常配体育项目场地和常配健身用房规格

项目	长(m)	宽(m)	两侧缓冲区(m)	两端缓冲区(m)	总长度(m)	总宽度(m)	总面积(m)	推荐高度(m)
篮球	28	15	2	3	34	19	646	7~12
排球	18	9	3	3	24	15	360	7~12.5
羽毛球	13.4	6.1	2	2	17.4	10.1	175.74	7~9
乒乓球	2.74	1.526	1.6	2.15	7.04	4.725	33.264	—
5 人制足球	25~42	15~25	1.5	1.5	28~45	18~28	504~1206	—
网球	23.774	10.973	3.66	6.4	36.574	18.293	670	6.4~11.5
台球	—	—	—	—	—	—	50~200	—
棋牌室	—	—	—	—	—	—	20~50	—
基础健身区	—	—	—	—	—	—	400~600	—
集体操房	—	—	—	—	—	—	200~400	—
单车教室	—	—	—	—	—	—	50~100	—
体质测定	—	—	—	—	—	—	≥30	—

注：小空间健身用房净空间高度一般不小于 3m

## (2) 服务功能用房和附属设施配置要求

市民健身中心服务功能用房和附属设施设备应符合表 4 要求。

表 4 各类市民健身中心附属设施配置要求

附属设施或设备	小型	中型	大型
接待区（前台/接待室）	▲	▲	▲
卫生间	▲*	▲*	▲*
更衣室	▲	▲	▲
器材储藏室或器材放置区域	▲	▲	▲
配电室及相关设备	▲*	▲*	▲*
消防设备器材和急救设备	▲	▲	▲
应急疏散设施设备	▲*	▲*	▲*
视频监控及客流统计设备	▲	▲	▲
场所导引图或相关标识牌	▲	▲	▲
无障碍设施	▲*	▲*	▲*
体质测试室	▲	▲	▲
商品零售区	△*	▲*	▲*
淋浴室	△*	▲*	▲*
活动会议室	△*	△*	▲*

注：必配附属设施设备用▲表示，选配附属设施设备用△表示。依托商场、公园、园区等建设的市民健身中心附属设施可以综合利用，用\*表示

### 3. 其他要求

(1) 社区市民健身中心使用要求、安全设备要求、服务功能用房和附属设施设备配置要求等参照 GB/T34281-2017 全民健身中心分类配置要求执行。

(2) 社区市民健身中心应提供老年人和儿童青少年健身活动场所。鼓励有条件的健身中心配建“长者运动健康之家”，提供慢性病运动干预、运动健康管理、健康知识普及等服务。

(3) 社区市民健身中心应建立完善的安全预警系统，配置至少一组自动体外除颤仪（AED）。开放期间，需确保至少 2 名现场工作人员具备红十字救护员证书或其他同类型具备现场救护资格的证书，保证设备随时可用，随时能用，为健身市民的人身安全保驾护航。

### **（三）建设方式**

**1. 规划新建。**按照街镇全覆盖的原则，合理布局。结合上海市全民健身设施建设补短板五年行动计划，在急缺中小型、非专业性体育健身场馆设施的街镇以及郊区农民相对集中的区域，加块建设一批市民健身中心，同步建设同步竣工。

**2. 综合利用。**鼓励利用旧厂房、仓库、老旧商业设施、公园绿地、园区、楼宇以及文化、旅游、教育、养老等设施配套建设社区市民健身中心，服务期限不少于 5 年。

**3. 社会参与。**社区市民健身中心以政府投入建设为主，也可通过政府购买服务等方式，利用经营性场馆设置社区市民健身中心，并建立公益性服务机制，服务期限不少于 5 年。

## **四、经费补贴**

社区市民健身中心建设经费采取市、区财政进行资金补贴的方式给予支持，列入年度市体育局和区政府财政预算。鼓励社会资本投资建设和运营社区市民健身中心。社区市民健身中心建设由市体

育局委托第三方对建设方案进行审定。建设竣工完成后，经市、区两级体育部门审核认定后给予资金补贴。如享受国家体育总局建设资金补贴的，补贴金额未达到上海补贴标准的，不足部分应当补足。市、区财政补贴金额比例为 3:7，具体资金分配方案按照《上海市社区市民健身中心建设转移支付管理办法》执行。

## 五、交付条件

（一）应完成社区市民健身中心相关施工内容，包括健身设施器材、配套设施、标识牌等。

（二）应完成相关施工内容的验收工作，并取得相关部门的合格验收证明。使用合成材料地面的，应当取得专业检测报告。

## 六、运行管理

### （一）加强开放使用

社区市民健身中心应按照公共体育场馆要求对市民开放，实行免费或低收费开放。全年向市民开放，每天开放时间不少于 8 小时，开放时间覆盖居民健身高峰时段，与居民上班时间等适当错开；每周累计开放时间不得少于 56 个小时。全民健身日对市民免费开放；适当延长晚上、双休日的开放时间；法定节假日和学校寒暑假期间应当延长开放时间。

收费项目和标准应当向属地价格部门报批，实施明码标价，不得收取公布的收费项目和标准之外的任何费用。不需要增加投入或者提供专门服务的，应当免费；需要增加投入或者提供专门服务的项目，可以根据运营成本，适当收取费用。收费项目的开放和培训

价格不超过当地市场价的 70%；应为学生、老年人、残疾人等特殊人群参加体育健身活动创造便利条件，实行价格优惠，所收费用一般不超过半价。

## **（二）创新运营模式**

合理确定社区市民健身中心的运营主体。鼓励采取“委托运营”方式进行管理，运用竞争择优机制选定专业化的企业或机构运营社区市民健身中心。属地有关部门在招标前，应合理确定社区市民健身中心的服务项目、开放时间和收费价格等，确保社区市民健身中心的公益性质。建立社区市民健身中心智慧服务体系，提供互联网、手机 APP 预订等服务，为群众健身提供方便。

## **（三）推进数字化治理**

**1. 同步建成实施客流数据统一管理。**社区市民健身中心应建设信息化管理服务系统，数据存储方式可采用本地存储或云端存储，能够将所生成的客流数据上报到上海市体育局公共服务平台。客流数据是对指定区域个体或群体行为模式、人数、路线等的识别，具备条件的情况下可复用现有的普通安防监控 IPC 摄像头，包括闸机系统、二维码签到系统、双目摄像头系统、人工智能视频识别系统、基于运营商的无线电通讯网络获取地理位置信息服务等，可选择其中一种方式来实现客流数据上报，并且配套建设远程客流核验系统，以保证数据的准确以及数据的可核对性。

**2. 同步建成实施线上预订服务。**推进本市社区市民健身中心统一在线预订服务，把社区市民健身中心预订服务纳入“健身地图”，



并统一接入“一网通办”以及市级体育公共服务平台，实现“一码健身”，不断丰富健身地图应用场景，提供健身场地设施信息管理、场地租赁服务、线上线下场地预订服务、超时补费及订场服务、无人值守时凭证入场服务、出入灯光自动控制、健身场地设施利用情况分析、订单核验和二维码签到维保等功能，为市民提供方便、快捷、高效的全民健身服务。

## 2024 年上海市民健身步道建设导则

### 一、定义与分类

市民健身步道指依托公园、绿地、广场、社区活动场地等公共空间建设，供市民免费进行健步走、跑步等健身运动的步道，以下简称健身步道。

健身步道依据形态可分为环形步道和线形步道。

### 二、选址

1. 依据城市、社区、居住区规划，结合市民的健身需求和体育设施布局，合理选择健身步道的位置，并与原有的自然条件和环境、风景地貌相协调。

2. 应具有良好的可通达性，交通便利。步道的起终点靠近居住区、公园、绿地等的主要出入口，便于使用。

3. 应避开可能发生危险的区域，并有较好的排水条件，不宜与机动车混行。

4. 应远离化工厂、垃圾处理场等有空气污染的区域。

### 三、设计要求

1. 健身步道材质应具有防滑性能，充分保障市民健身的舒适与安全。

2. 健身步道基础应密实、均匀，具有足够的强度、稳定性、抗变形能力和持久性，并结合当地的气候、水文和地质条件，采取

相应的防护措施。

3. 健身步道结构一般由面层、基础层、稳定层、垫层等组合而成。垫层可根据土基和基础层材料特点按需设计。应根据健身步道的定位、面层材料的性能以及施工条件等因素选择相应的结构组合。

（当土基渗透系数 $>10^{-6}$ m/s，且渗透面距离地下水位 $>1.0$ m，路面用于人行道时，可以采用透水结构人行道）。

### 塑胶面层步道结构参考数据

结构		参考数据
面层	透气型塑胶面层	塑胶面层在摊铺细沥青（基础层）后再摊铺不少于 13mm 塑胶面层
	预制型塑胶面层	
	EPDM 塑胶面层	
基础层	砂粒沥青混凝土	基础层材质根据步道建设实际情况选择，厚度不少于 50mm
路基	C20 混凝土基层	单层厚度通常为 120 ~ 150mm
垫层	碎石、矿渣等	垫层厚度通常不少于 150mm，也可根据实际选址情况做合规调整

### 彩色沥青面层步道结构参考数据

结构		参考数据
面层	细粒式彩色沥青混凝土层	厚度不少于 40mm
基础层	中粒式式沥青混凝土层	厚度不少于 40mm
路基	C20 混凝土基层	单层厚度通常为 120 ~ 150mm
垫层	碎石、矿渣等	垫层厚度通常不少于 150mm，也可根据实际选址情况做合规调整

透水彩色沥青面层步道结构参考数据

结构		参考数据
面层	彩色透水沥青混凝土层	厚度不少于 40mm
基础层	中粒式透水沥青混凝土层	厚度不少于 40mm
路基	透水混凝土基层	单层厚度通常为 80~100mm
垫层	碎石、矿渣等	垫层厚度通常不少于 150mm，也可根据实际选址情况做合规调整

4. 纳入为民办实事项目的健身步道长度不宜小于 300m。健身步道设计寿命应不小于 5 年。

5. 单向通行步道宽度不小于 1.2m，双向通行步道宽度不小于 2.4m，道路两侧应设缓冲带、排水设施。

6. 健身步道路面横向坡度应不大于 0.5%；健身步道与交通道路交叉时，宜采取安全的立交方式，并在交叉路口设置提示牌或路面标识，确保步道的安全和连续性。

7. 健身步道周边应尽量利用现有设施，条件允许的情况下，1000m 以上建议设置垃圾箱、休息椅凳等配套设施。

8. 可供夜间使用的健身步道应设置照明系统，可利用现有场地照明，路面水平照度不小于 50lx。

9. 出入口、主要道路交叉口应设置标识和科学健身指导设施。应配置：

——地面里程标识，每 50~100m，应在面层材料上喷涂里程长度，出入口喷涂市民健身步道标识；

——一套科学健身指导设施，有条件的健身步道可配置智慧型健身指导设施；

——一套健身步道使用说明、维护保养说明。

#### **四、建设要求**

1. 铺装材料应环保无害，符合相关国家标准。

2. 健身步道路面平整，没有坑洼、积水、碎石等障碍物，适宜使用者进行运动锻炼。

3. 健身步道上方垂直空间高度以 2.4m 以上为宜，场所周界距高距离高压线大于等于 8m，视野宽阔，具有良好的采光通风和绿化效果。

4. 健身步道表面应无裂痕、无分层、无空鼓，标志线应清晰，颜色一般为白色。

5. 健身步道应满足运动健身安全要求，预留足够的无障碍区。邻近水面、陡坡等不安全区域应设置相应的安全防护措施并予以安全提示。

6. 健身步道如有条件可根据实际情况加装安全监控、智能计步、里程数、能量消耗、配速、计时、定位、音乐随行、语音播报、科学运动处方等功能等配套设施以提供健身服务。

#### **五、交付条件**

1. 应完成健身步道相关施工内容，包括步道基础、面层、配套设施、标识标牌、照明设施、排水系统（如有）设施等。

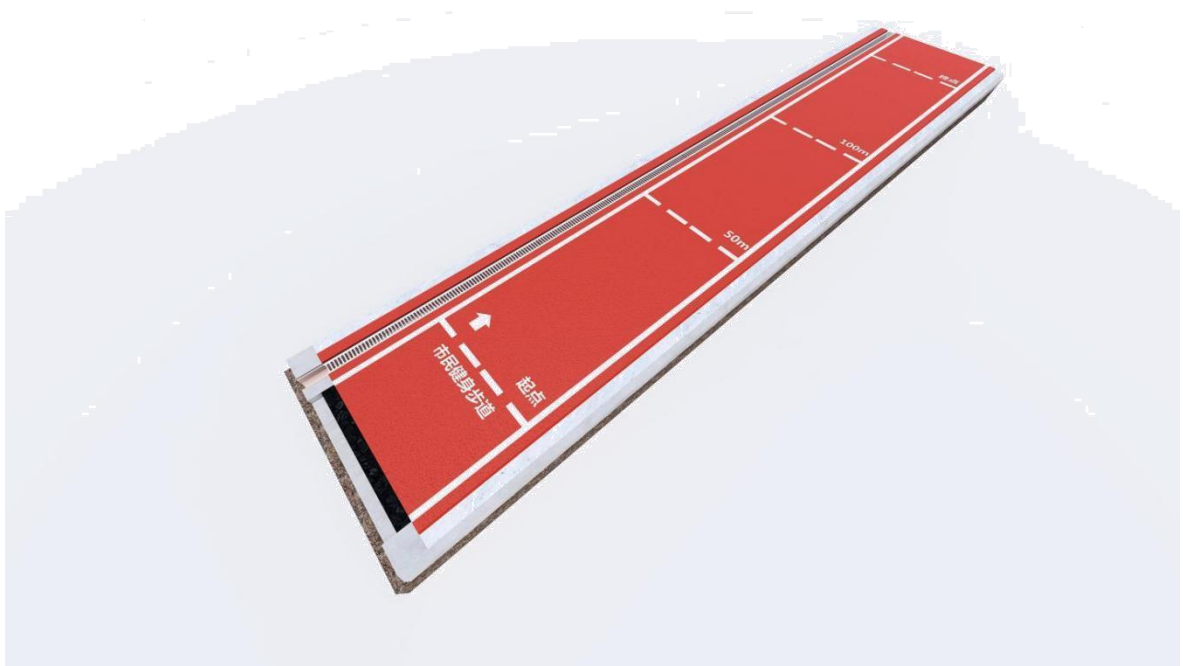
2. 应完成相关施工内容的验收工作，并取得相关部门的合格竣

工验收证明。使用合成材料面层的，应当取得专业检测报告。

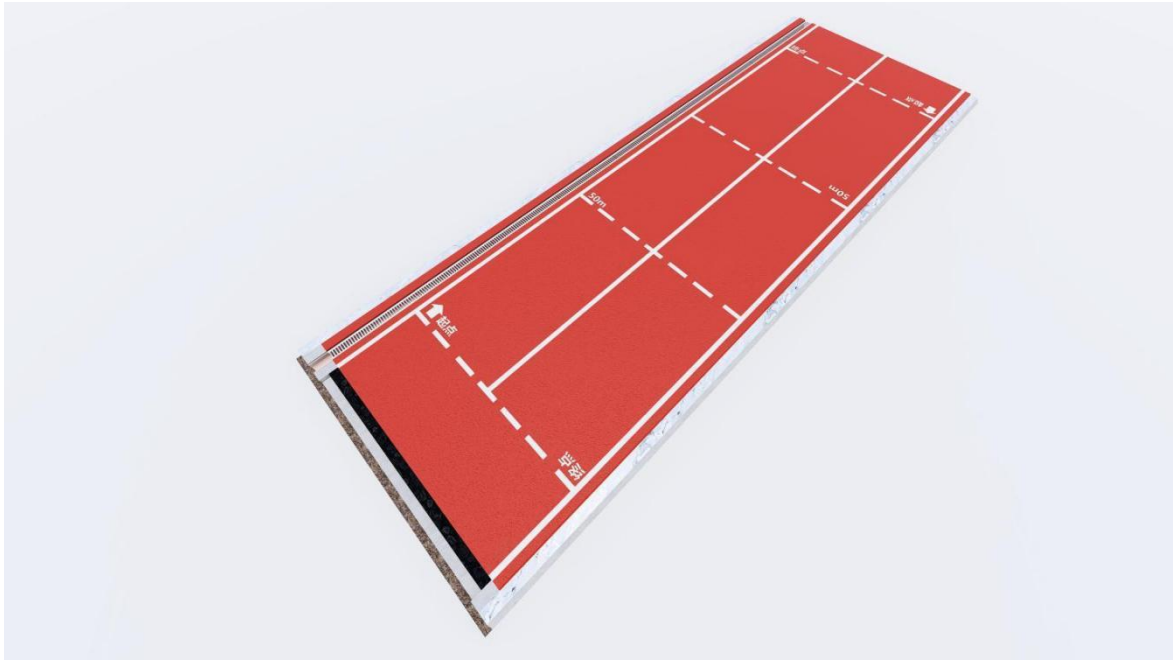
## 六、维护管理

1. 健身步道实行属地化管理，区体育部门应当统筹协调做好健身步道及其配套设施的管理维护工作，明确健身步道管理单位。

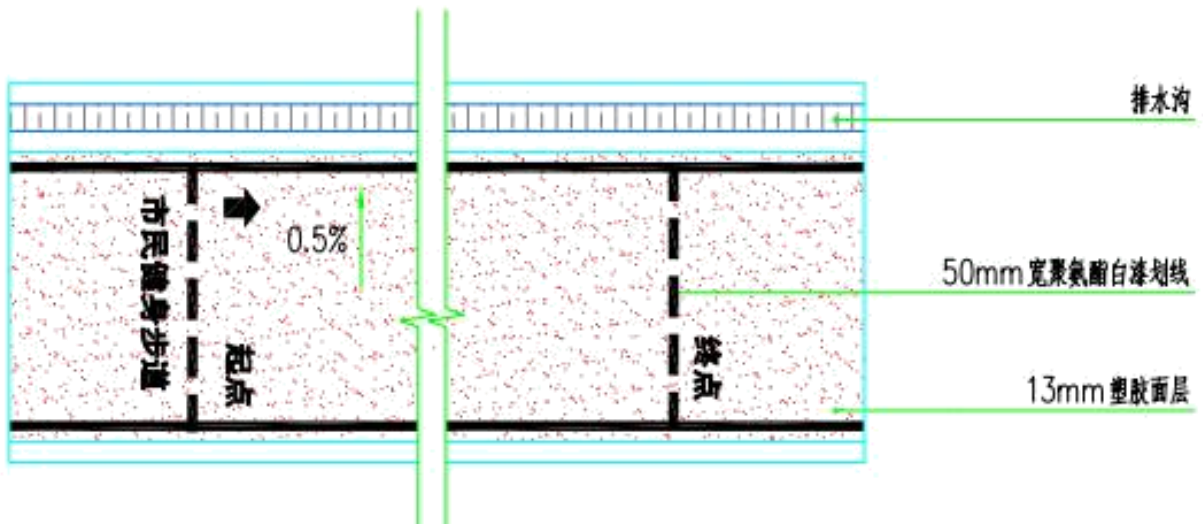
2. 健身步道管理单位应当建立管理维护和安全巡查制度，落实防范和应急措施，确保健身步道安全使用。



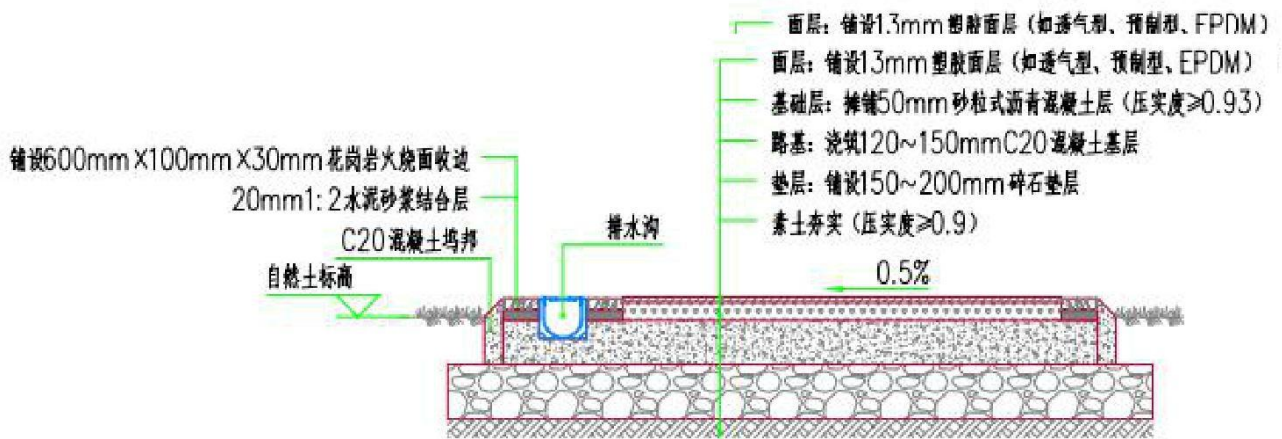
图件 1-1 健身（单向）步道参考效果图



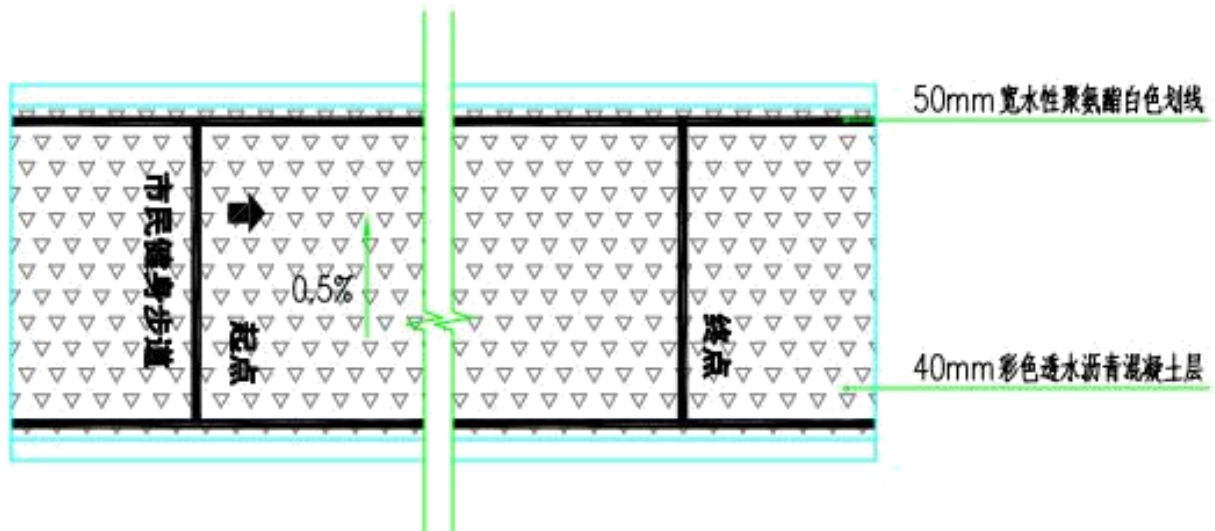
图件 1-2 健身（双向）步道参考效果图



图件 1-3 塑胶面层健身步道参考平面图（单向标准段）

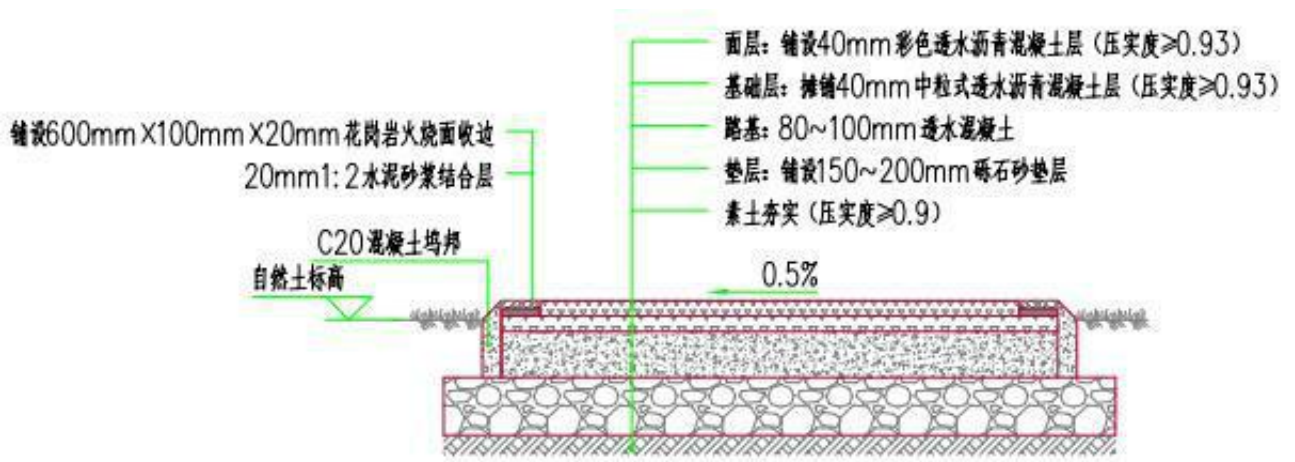


图件 1-4 塑胶面层胶健身步道参考剖面图 (单向)

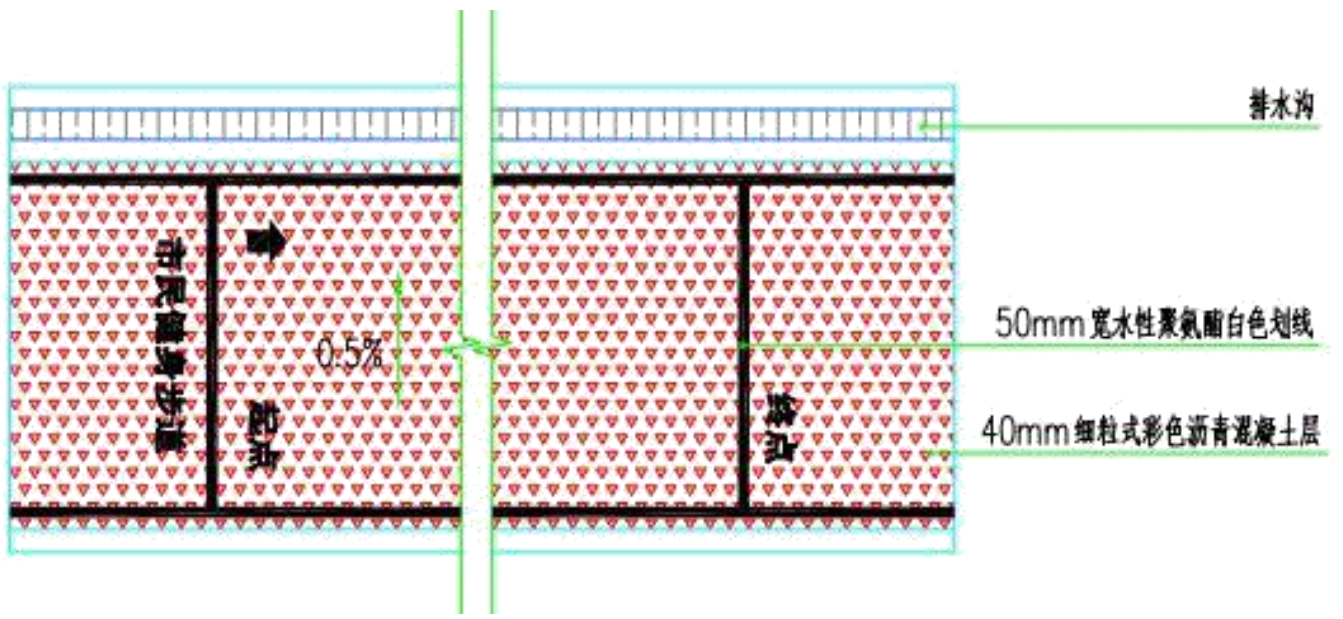


图件 1-5 透水沥青混凝土健身步道参考平面图 (单向标准段)

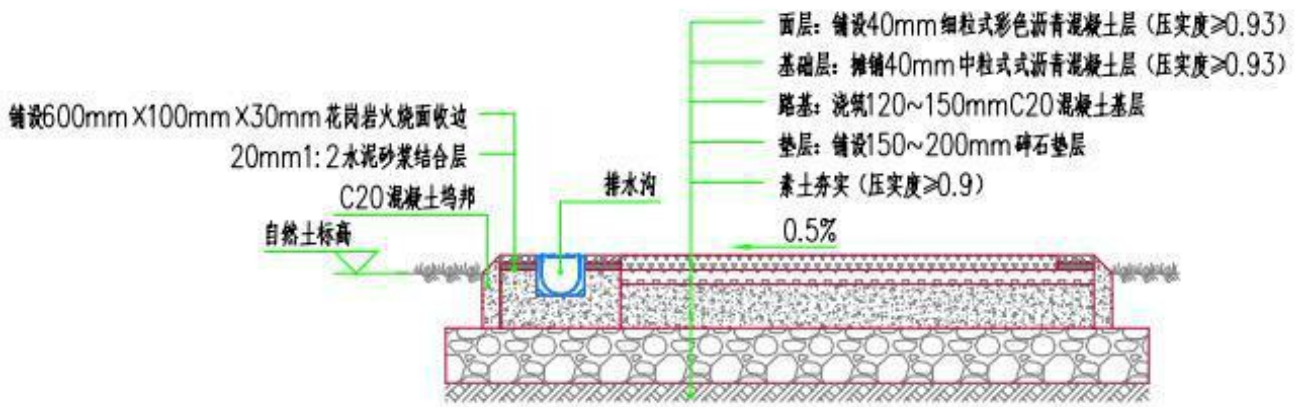




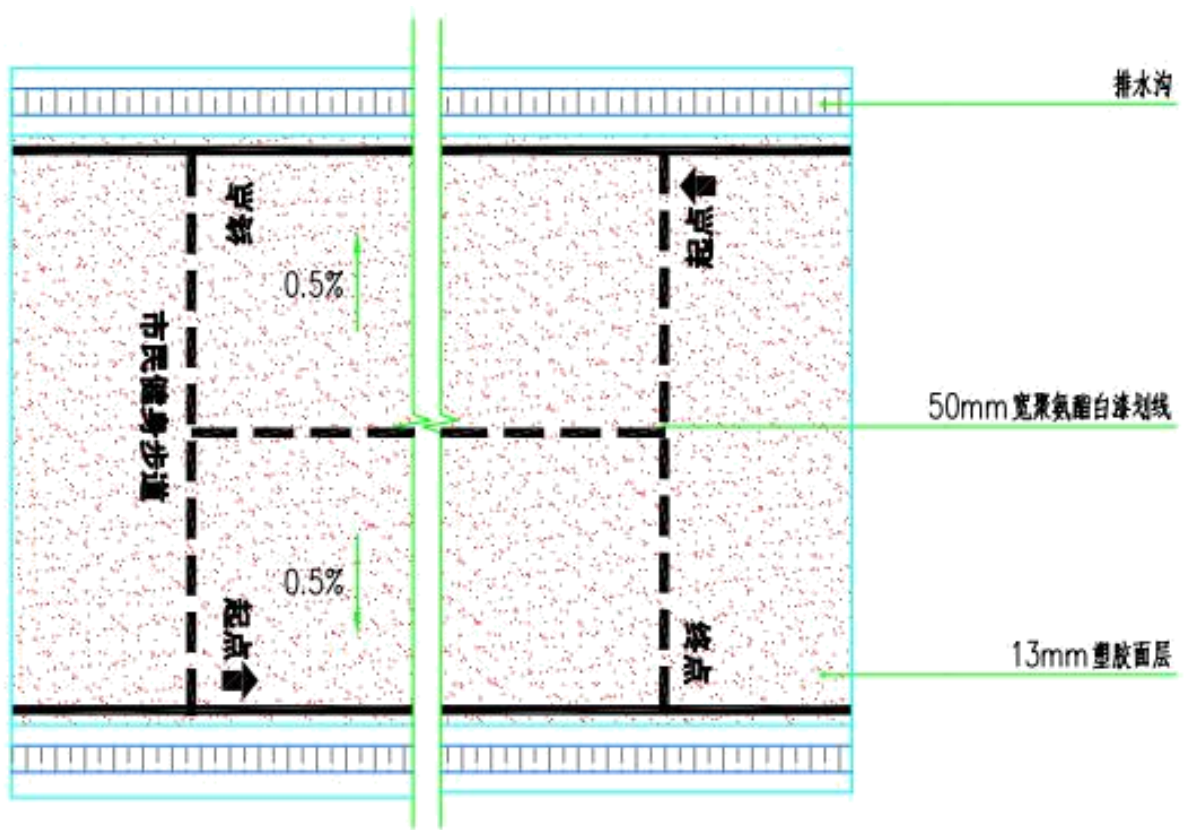
图件 1-6 透水沥青混凝土健身步道参考剖面图（单向）



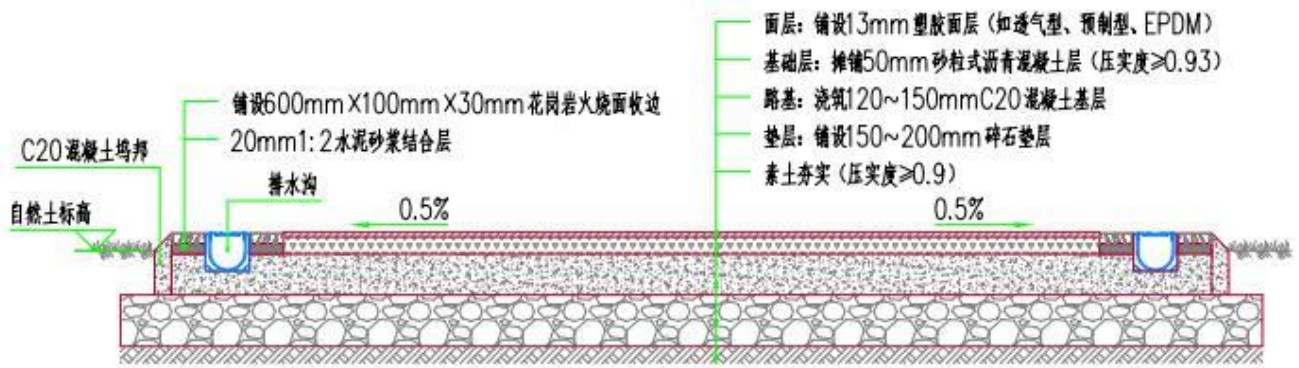
图件 1-7 彩色沥青混凝土健身步道参考平面图（单向标准段）



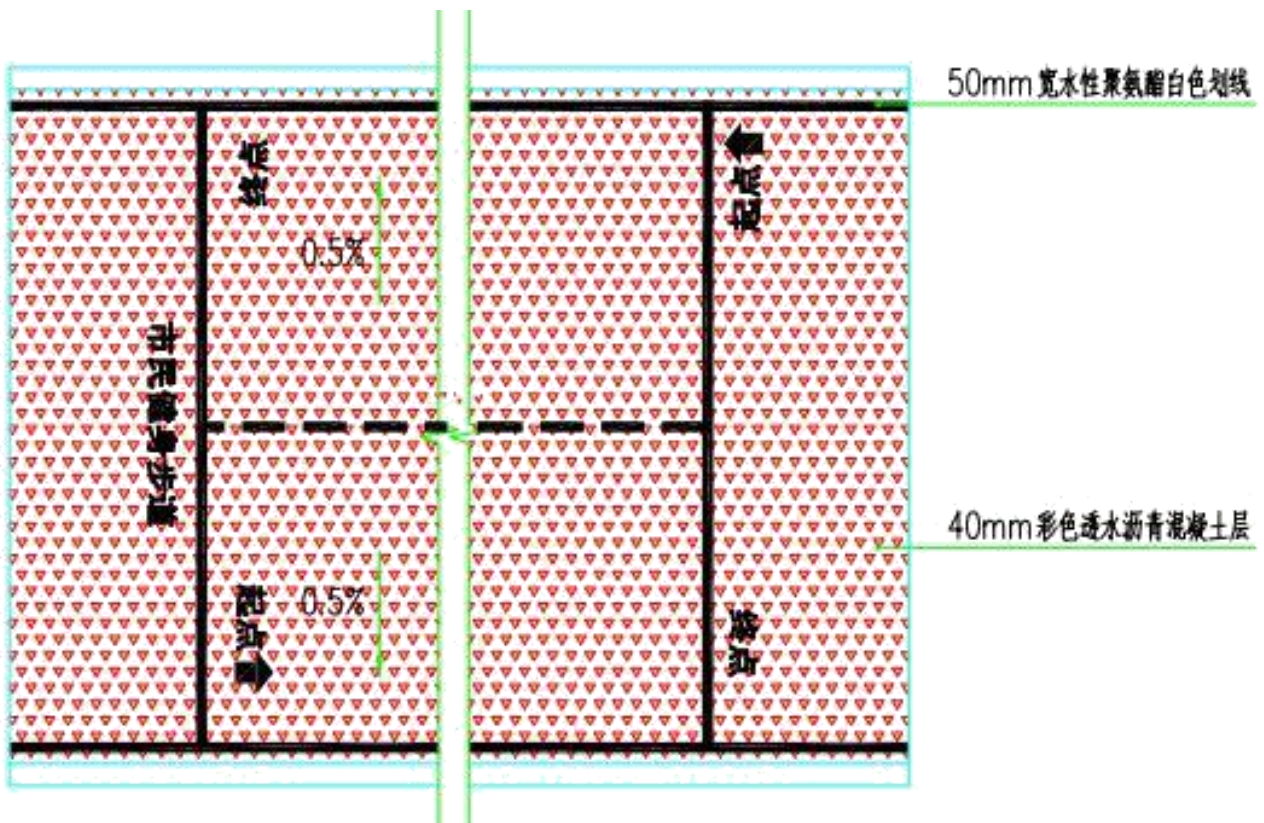
图件 1-8 彩色沥青混凝土健身步道参考剖面图 (单向)



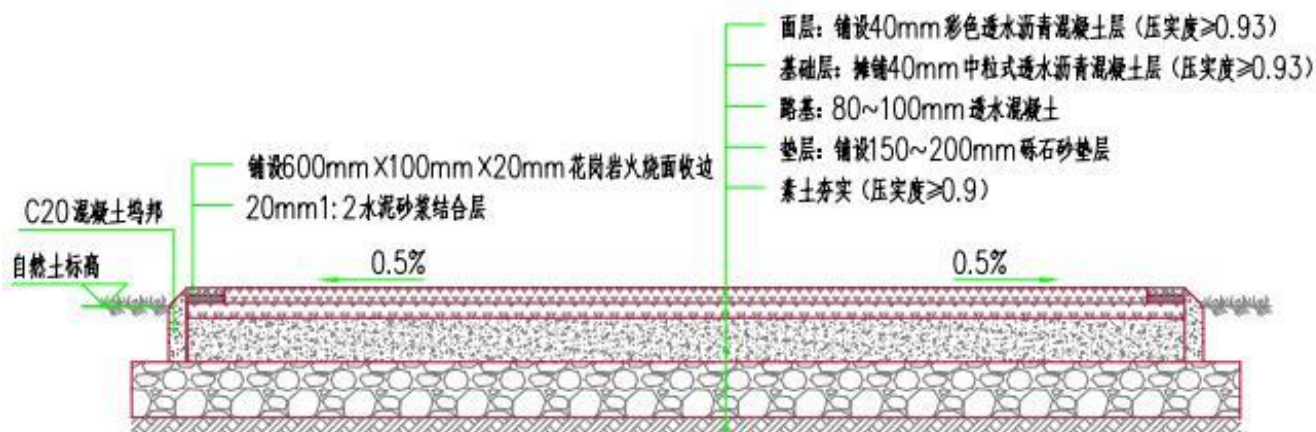
图件 1-9 塑胶面层健身步道参考平面图 (双向标准段)



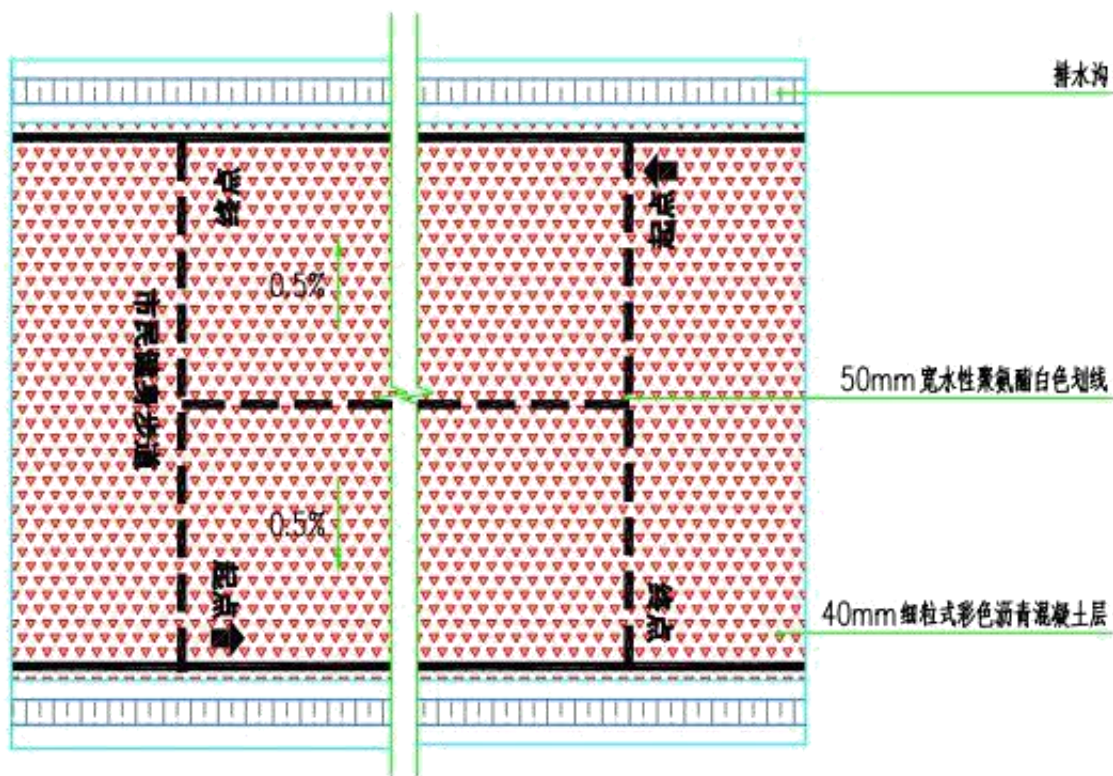
图件 1-10 塑胶面层胶健身步道参考剖面图（双向）



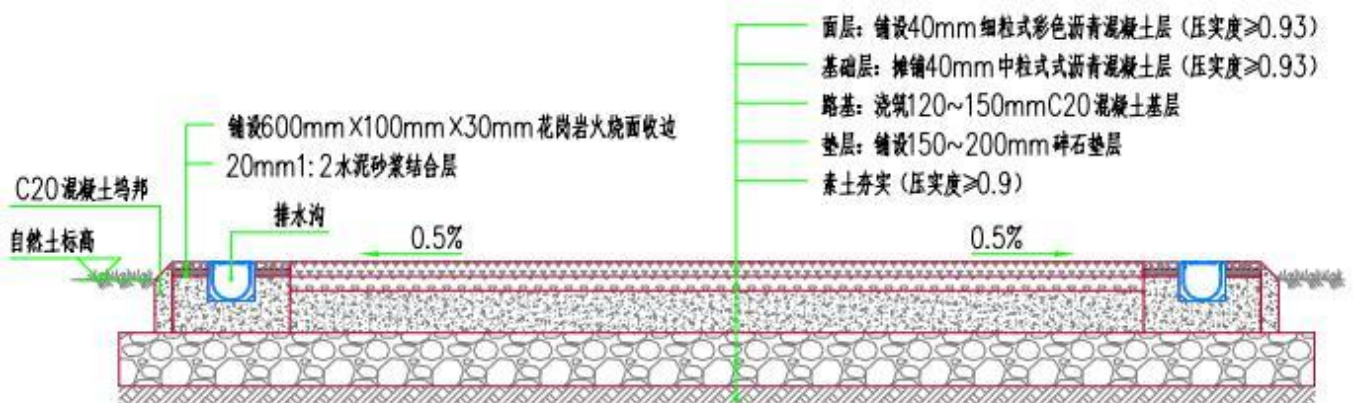
图件 1-11 透水沥青混凝土健身步道参考平面图（双向标准段）



图件 1-12 透水沥青混凝土健身步道参考剖面图（双向）



图件 1-13 彩色沥青混凝土健身步道参考平面图（双向标准段）



图件 1-14 彩色沥青混凝土健身步道剖面图 (双向)

## 2024 年上海市民益智健身苑点建设导则

### 一、定义与功能

市民益智健身苑点是指在公园、绿地、居住小区等公共空间固定安装的，以健身、益智为主要功能的室外公共体育设施。苑点中所配置的器材应根据场地布置，由单一体位的按摩、拉伸等基础健身功能向多体位、多肌群，力量训练，核心训练，健身指导等多元化功能转变；使用人群由中老年人群向全年龄段人群转变，合理配置适合青少年儿童的器材设施。

### 二、选址

坚持便捷、实用、安全以及不对居民正常生活产生干扰的原则。

### 三、设计要求

#### （一）功能与器材配置

设施配置应符合《室外健身器材的安全通用要求》（GB19272-2011）、《室外健身器材配建管理办法》等相关标准的要求。

**表 1 按主要功能配置表**

序号	功能	设施名称与说明
1	上肢锻炼	单杠*、双杠*、鞍马训练器*、天梯*、臂力训练器*、上肢牵引器、划船器*、多功能推揉器、大转轮、肋木架*、伸展器、太极推揉器等
2	下肢锻炼	漫步机、摸高器、骑马机*、跷跷板、腿部按摩器、压腿训练器、蹬力器*等
3	躯干锻炼	仰卧起坐板*、伸腰伸背器、扭腰器、背部屈伸凳、腰背按摩器、俯卧撑架*、钟摆扭腰器等
4	心肺功能	椭圆机、健身车等
5	综合训练	组合训练器、秋千、爬杆等
6	益智	棋牌桌、益智算盘等
7	运动能力测试	可采用简易器械或测试方法进行部分运动能力测试项目，如纵跳、立定跳远、BMI 测试等
8	配套设施	标识标牌、遮阳棚、休闲座椅、智慧型健身指导设施等

**表 2 按使用人群配置表**

序号	使用人群	设施名称
1	儿童	儿童跷跷板、攀爬设备*、沙坑、秋千等
2	青少年	肋木架*、单杠*、双杠*、天梯*、攀爬设备*、仰卧起坐板*、摸高器等
3	中青年人	坐推器*、坐拉器*、坐蹬器*、漫步机、压腿训练器、多功能器械等
4	老年人	太极揉推器、腿部按摩器、腰背按摩器、转腰器、大转轮、漫步机、椭圆机、上肢牵引器、健身车、骑马机*、棋牌桌、钟摆器等
5	残障人士	上肢训练器、下肢训练器、腰部训练器、腕关节训练器、踝关节训练器等

注：力量训练器材用\*标出，综合训练器材按实际配置划分

## **（二）器材配置要求**

1. 器材配置时应根据场地面积情况，综合考虑力量训练与有氧训练、康复训练、益智锻炼等多种需求，进行合理配置。每个益智健身苑点的力量训练器材一般不少于整体器材数 50%，儿童健身器材不少于 1 件。

2. 器材配置时应考虑各类使用人群的健身需求，合理配置。场地条件允许的情况下，尽量安排更多功能的健身器材，形成“一站式”健身长廊。针对使用群体的不同，有条件的宜对器材配置进行分区域布置。

3. 原有社区健身苑点改造时，器材配置应充分征求居民意见，在保留原有功能的基础上，合理配置适老化及适儿化健身器材，适当增加力量训练器材及益智功能器材的配置。

## **（三）地面设计要求**

根据市民的实际健身需求及气候特点，地面建设应以安全、环保、舒适、防滑、渗水性强等为前提，结合当地环境建设，应选用具有一定缓冲的面层材质，且需通过相应材质的最新国家检测标准。地面可按适用人群、器材配置情况等进行区域划分，增加儿童游戏、立定跳远等项目设计，丰富运动项目，增加趣味性和美观度。

## **（四）健身指导要求**

器材使用方法需在显著位置进行告之，内容丰富且形式新颖，鼓励使用智慧型器材。



## 四、建设要求

1. 按照国家和本市的有关规定，在新建、改建、扩建居民住宅区时配建的益智健身苑点等设施，应与居民住宅区的主体工程同时设计、同时施工、同时投入使用。所在地体育行政管理部门应参与建设工程的竣工验收，并落实管理、维修、保险等工作职责。

2. 利用原有社区市民健身苑点进行改建、扩建、重建的，原则上应整体进行，一般不得小于原有规模，不得改变其使用性质。如部分器材未达使用年限且使用情况良好的，可根据实际情况另行选址，集中安置。

3. 器材应按照产品认证要求配置二维码等信息监管标识，对可能因使用不当造成人身伤害或造成零部件损坏的器材设置警示标志。鼓励有条件的市民健身苑点合理增加夜间照明设施。

4. 器材安装前，建设单位应参照 GB19272-2011 标准进行现场验收。施工单位应根据安装图纸规范安装，安装完毕后，应在器材铭牌上刻上安装年月。

## 五、交付标准

1. 应完成益智健身苑点相关施工内容，包括室外健身器材、配套设施、标识标牌等。

2. 应完成相关施工内容的验收工作，并取得相关部门的合格竣工验收证明。使用合成材料地面的，应当取得专业检测报告。

## 六、维护管理

1. 益智健身苑点需对市民免费开放。

2. 益智健身苑点属地管理单位需安排专门人员定期进行日常巡查和安全清洁（每个点位每月至少 2 次），并安排社会体育指导员定期开展科学健身指导。

3. 区体育部门协调属地街镇，落实日常运维管理经费。

## 附件 4

# 市民健身驿站建设导则

## 一、总则

**第一条** 为更好满足市民群众不断增长的多样化、高品质体育健身需求，推动全民健身场地设施扩大供给和提档升级，引导和规范市民健身驿站的建设与运营，制定本导则。

**第二条** 市民健身驿站是指由政府、工会、园区、机关企事业单位、社会组织、居村等利用自有场地或承租的物业场地、以及其他可利用的场地空间建设的嵌入式、多功能、公益性的室内健身场所。

市民健身驿站与社区市民健身中心、市民益智健身苑点、市民运动球场、市民健身步道、长者运动健康之家等各类社区公共体育设施，共同构建市民身边高质量的“15分钟社区体育生活圈”。

**第三条** 支持在符合国家和本市有关政策的前提下，合理利用楼宇等建筑空间、城市空闲地、边角地、城市路桥附属用地、厂房、仓库、建筑屋顶等空间资源，以及可复合利用的城市文化旅游、休闲娱乐、养老、教育、商业等场地资源建设市民健身驿站。

鼓励各区、街镇通过改造升级现有市民健身房等方式建设市民健身驿站；重点支持依托“互联网+”建设智能化的市民健身驿站，鼓励配置体质测试、体能与健康检测、实时运动状态监测、科学健

身指导等功能，推进体育服务数字化转型，满足各类人群的健身需求。

**第四条** 市民健身驿站包括职工健身驿站。本市体育部门支持工会、园区、机关企事业单位等建设职工健身驿站。职工健身驿站建设单位可以根据职工需求，因地制宜做好职工健身驿站规划建设工作，加强职工体育服务，促进职工体质健康。

## 二、项目建设

### 第五条 项目选址

建设市民健身驿站的场地一般应具备以下条件：

1. 自有场地应当产权清晰，属于租赁物业的场地应当有租赁合同等使用权证明文件。利用楼宇等建筑空间、城市空闲地、边角地、城市路桥附属用地、厂房、仓库、建筑屋顶等空间资源，以及可复合利用的城市文化娱乐、养老、教育、商业等可利用的场地空间建设市民健身驿站，应当保证该场地空间能够合法合规使用。

2. 鼓励政府、工会、园区、机关企事业单位、社会组织、居村等为市民健身驿站免费或公益性提供建设场地。

3. 市民健身驿站原则上应当设置在独立完整、安全舒适、便于运动的空间，应当合理划分场地与使用面积，科学配置相应的健身器材和必要的设施设备，器材设备之间应保持足够的安全距离。

4. 应当满足通风、防水、防潮以及消防、应急疏散等安全和环保要求。

5. 场地应平整，地面应防滑，具备一定的无障碍服务功能，并

且满足相应健身器材的合理设置和使用要求。

## **第六条 项目类型**

市民健身驿站根据场地面积、器材配置和服务功能，主要划分为以下三种类型：

1. 简易型市民健身驿站：因地制宜配备相对简易的健身器材，属于功能和服务相对简单的室内健身场所。
2. 常规型市民健身驿站：以有氧训练、力量训练等健身器材为主要服务内容的室内健身场所。
3. 综合型市民健身驿站：齐全配备有氧训练、力量训练等健身器材，以及操舞、球类、瑜伽等多种项目的综合性室内健身场所。

## **第七条 设施配置标准**

### **1. 场地规模和项目设置**

(1) 简易型市民健身驿站：场地面积一般不小于 50 平方米，可以配备功能相对简单的器械类健身器材若干件或者球类等运动设备若干个。如：跑步机、划船器、健身车，或者乒乓球桌、台球桌等。

(2) 常规型市民健身驿站：场地面积一般不小于 150 平方米，原则上应配备有氧、力量等不同训练方式的健身器材，健身器材数量一般不少于 10 件。如：跑步机、椭圆机、健身车、划船机、史密斯训练器、飞鸟训练器、坐姿推胸训练器、杠铃、哑铃等。

(3) 综合型市民健身驿站：场地面积一般不小于 200 平方米，应配置比较丰富的有氧训练、力量训练等健身器材，以及操舞、球类、瑜伽等项目的健身区及器材，兼顾儿童、青少年、老年人、妇

女、残疾人等不同人群的健身需求。鼓励配备体质测试、健康检测、科学健身服务等器材。

## **2. 设施设备智能化**

(1) 鼓励市民健身驿站配备智慧化、数字化的运营管理系统，包括在线预约、会员管理、智慧门禁、客流监测、安全监控、大数据分析等信息系统；支持提供智慧助老服务。

(2) 鼓励市民健身驿站拓展体质测试、实时运动数据采集、运动状态监测、在线远程管理、安全预警以及运动数据存储和信息查询、运动数据分析等服务功能。

(3) 鼓励市民健身驿站在确保个人信息安全和隐私的前提下，为健身爱好者建立体质健康电子档案，提供科学性、针对性的运动处方或运动建议，倡导科学健身，增强锻炼效果。

(4) 市民健身驿站应当对接和纳入“一网通办”、全民健身电子地图、上海市体育场馆设施数字化管理服务等平台，方便查询、预订，实现信息、数据共享。

(5) 可结合科学健身和社会体育指导员现场指导，打造“互联网+科学健身”应用场景，配置智能化的视频教学、多媒体与人机互动、展示服务等功能，演示健身器材使用方法，传授健身知识和技能。

## **3. 设施和器材标准**

市民健身驿站器材应当符合《健身器材的安全通用要求》（GB17498-1998）、《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》（GB17498.1-2008）以及相关运动项目器材和设施设备等最新标准，

保证质量安全。

### **第八条 经费保障**

1. 市民健身驿站项目建设采取政府引导、多方共同参与的方式，项目经费可由政府、工会、园区、机关企事业单位、社会组织、居村、个人等多主体、多渠道、多元化投入。

2. 市民健身驿站建设单位与运营单位应当建立完善的经费保障机制，确保健身器材和设施设备得到及时更新、维护和保养，保证服务质量和安全有序运营。

### **三、运营管理**

**第九条** 市民健身驿站应当坚持社会化、专业化运营，建立健全运营管理和日常服务的考核评估机制，建立激励约束与退出机制。

**第十条** 市民健身驿站应当坚持公益性开放。收费项目和标准应当在醒目位置进行公示，明码标价、规范管理、完善服务、体现公益，对学生、老年人、残疾人、军人等实行价格优惠。

**第十一条** 市民健身驿站每周累计开放时间不少于 56 个小时，有条件的应当适当延长夜间、双休日的开放时间；鼓励在法定节假日和寒暑假期间适当延长开放时间；因特殊情况临时不能开放的应当提前公示。

机关企事业单位内部的职工健身驿站开放时间自行设置，满足职工健身需求。鼓励有条件的职工健身驿站分时段与周边机关企事业单位共享场地资源。

**第十二条** 市民健身驿站应有工作人员履行日常管理职责，至

少配备 1~2 名社会体育指导员或教练，提供科学健身指导等服务，落实日常保洁、卫生防疫等要求，加强人员培训，采用全市统一的市民健身驿站标志标牌和视觉形象，展现良好服务形象，提高市民满意度。

**第十三条** 市、区体育部门会同有关方面对市民健身驿站的运营管理进行指导、监督和评估，纳入全民健身工作评估等内容。各级工会组织广大职工积极参与，不断提高职工健身的参与率。

#### **四、安全保障**

**第十四条** 运营单位是市民健身驿站运营管理的安全责任主体，承担日常安全管理责任。

**第十五条** 市民健身驿站建设单位和运营单位应当建立完善的安全管理制度及应急预案，为市民健身驿站购买公共责任险。

**第十六条** 运营单位应当制定市民健身驿站健身须知，明确提示开放时间、项目、科学健身等有关注意事项，并在显著位置予以公示，引导市民文明、安全、有序健身。



## 2024 年上海市民运动球场建设导则

### 一、定义

市民运动球场，是指在公园、绿地、广场、居住区等处建设的可以开展多种体育健身项目，以政府投入为主，免费或公益向市民开放的球场。其中，包含社会力量投入建设的，对市民免费或公益开放的室内羽毛球馆。

### 二、市民运动球场的建设要求

#### （一）选址要求

1. 选址时应综合考虑周边环境、公建与住宅布局、绿地及空间环境等综合因素，适应周边地区人口规模、人口结构等因素，综合考虑老年人、儿童青少年、残障人士等特殊需求。
2. 周界距架空高、低压电线的水平距离应不小于 8m。
3. 距地下管道、地下线路边缘的水平距离应不小于 2m，距各类住宅的水平距离应不小于 8m。
4. 距离道路边界应大于等于 1.5m。
5. 鼓励农民体育健身工程升级改造为市民运动球场。

#### （二）设计建设

1. 应参照《城市社区多功能公共运动场配置要求》（GB/T34419-2017）中相关国家标准进行建设。笼式足球场的围网、

设施应参照《笼式足球场围网设施安全通用要求》(GB/T32479-2017)中相关规定,进行设计、建设及安装。

2. 灯光设计应符合《体育照明使用要求及检验方法》(TY/T1002.1-2005)中等级 I 的业余训练和娱乐的参数要求。

3. 体育器材应安全、可靠,并符合相应的产品安全标准。

4. 场地应配套设置相应的辅助设施,如监控摄像头、进出口通道、管理用房等,周边应配备水源。如采用无人值守管理方式,需制定相应的管理方案,通过设置相关设备实现自助进出场、远程实时监控、远程灯控、远程广播以及应急处置等功能。

5. 建在屋顶、江河湖边等处的运动球场应设置安全防护措施,包括安全防护围网以及防风、防雷等设施。球场内应留有安全距离作为运动缓冲区,缓冲区内不应有任何突出地面的固定障碍物(必要的体育器材除外)。

6. 建在地下空间的运动球场应具备排水、通风、照明系统,设置符合消防安全要求的防火设施。

### **三、羽毛球场的建设要求**

#### **(一) 选址要求**

1. 应选址在交通便利、环境优美、适合开展群众活动的区域。

2. 自有场地应当产权清晰,属于租赁物业的场地应当有租赁合同等使用权证明文件,租赁时间不少于 3 年。利用旧厂房、金角银边等场地空间建设羽毛球场的,应当保证该场地空间能够合法合规使用。

3. 应当设置在独立完整、安全舒适、便于运动的空间。
4. 应当满足通风、防水、防潮以及消防、应急疏散等安全和环保要求。

## **(二) 设计建设**

1. 羽毛球场为室内场地，能够满足全天候的锻炼需求。场地规格应参照《城市社区体育设施技术要求》（JG/T 191-2006）的相关要求进行建设。

2. 羽毛球场宜建设为标准场地，标准双打场地尺寸为 13.40 米 × 6.10 米，净层高不小于 7 米。建设非标羽毛球场的，长度应不小于 13.4 米、宽度应不小于 5.18 米，层高应不小于 5 米。

3. 场地内应预留缓冲区，边线外侧的缓冲区一般不小于 1 米，端线外侧的缓冲区一般不小于 2 米，单片羽毛球场之间的间距一般不小于 1 米。

4. 运动场地面层的性能应符合《合成材料运动场地面层》（GB/T14833-2020）中羽毛球场地面层的参数要求。

5. 应设置可供夜间使用的灯光。

6. 同一处场地中设置 4 片以上羽毛球场的，一般应设置更衣室及公共卫生间，地面应使用防滑材料。

## **四、交付条件**

1. 应完成市民运动球场相关施工内容，包括场地、围网、照明设施、排水、配套设施、标识标牌等设施。

2. 应完成相关施工内容的验收工作，并取得相关部门的合格竣

工验收证明。

## 五、羽毛球场的申报方式及经费补贴

羽毛球场由社会力量向属地体育行政部门进行申报，并提交全套施工资料。竣工开放后，经市、区两级体育部门审核认定合格，按照3万元/片羽毛球场的经费标准给予一次性补贴。

## 六、开放要求

1. 市民运动球场免费或者低收费开放（不高于当地该时段市场价的70%），每天开放时间不少于8小时，开放时间覆盖居民健身高峰时段，与居民上班时间等适当错开，公休日、节假日、学校寒暑假延长开放，全民健身日免费开放，对老年人、残疾人、学生、军人、消防救援人员和公益性群众体育赛事活动等收费一般不超过半价。

2. 需落实日常管理机制，按照谁管理谁负责的原则，明确责任主体，鼓励引入专业团队运营管理。

3. 羽毛球场应提供在线预订服务，纳入健身地图，并统一接入“一网通办”；有条件的市民运动球场，宜提供在线预订服务。

4. 需制定日常开放管理制度，并向市民进行公示。

5. 相关运营管理经费由业主单位或管理部门与运营单位协商解决。

## 长者运动健康之家建设导则

长者运动健康之家是面向老年人的社区多功能健身场所，整合体育、养老、卫生健康等公共服务资源，为老年人提供体质测试、基础健康检测、科学健身指导、慢性病运动干预、运动康复训练、健康知识普及和休闲社交等“一站式”运动康养服务，倡导健康生活方式，助力健康老龄化。

### 一、基本思路

坚持以人民为中心的发展思想，贯彻落实全民健身和积极应对人口老龄化“两大国家战略”，践行“人民城市人民建，人民城市为人民”重要理念，按照建设健康上海、全球著名体育城市和国际老年友好城市工作要求，围绕更好满足老年人的运动健康需求，构建更高水平的全民健身和养老服务体系，推动全民健身与全民健康深度融合，建立适合上海国际大都市特点、多部门协同、社会共同参与的运动促进老年人健康新模式。

### 二、总体目标

按照上海体育及老龄事业发展“十四五”规划，到 2025 年全市建成长者运动健康之家不少于 100 家。2024 年全市累计建成不少于

25 家，逐步示范推广，扩大覆盖面。将长者运动健康之家作为构建便民利民的“15 分钟社区生活圈”，加强社区体育健身和养老服务的重要载体。积极融入城市数字化转型，依托“互联网+健身”提供专业智慧服务，打造“体医养”融合的示范站点和老年人欢迎的民生工程。

### 三、选址要求

长者运动健康之家选址时应综合考虑区域内老年人口总量、密度、分布等因素科学合理设置，适当兼顾失能、失智、高龄老年人的健康促进需求。

1. 鼓励在社区市民健身中心、综合为老服务中心、老年人日间照料场所和助餐点等体育、养老和卫生健康等公共空间建设嵌入式长者运动健康之家。

2. 鼓励结合市民健身房升级改造和市民健身驿站建设，兼顾老年人等不同年龄段人群健身需求，支持建设嵌入式长者运动健康之家。

### 四、场地与建设规范

#### （一）场地要求

1. 一般应优先考虑布局在老年人相对集中的生活社区。

2. 场地面积一般不低于 50 平方米，有条件的可以达到 150 平方米以上。

3. 一般应选址一楼；选址二楼以上应该配备电梯，方便老年人

前来锻炼。

## **（二）建设要求**

1. 应按照国家和本市有关规定和标准进行场地设施建设，符合安全、消防、卫生、环保等要求。

2. 室内环境应宽敞明亮，采光良好，地面应采用防滑材料，设置必要的无障碍设施。

3. 应配置视频监控设备，重点公共区域视频监控应全覆盖。

4. 应配套满足智慧管理的设备设施，突出智能技术和信息化手段的运用，提高场地使用率和服务质量。

5. 区体育部门、区民政部门要共同指导和参与长者运动健康之家规划建设和竣工验收，指导街镇落实管理、维护、保险等工作职责。

## **（三）器材配置标准**

器材配置应符合《老年人室内健身场所要求》（T/CSGF 009—2020）、《健身器材的安全 通用要求》（GB17498-1998）、《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》（GB 17498.1-2008）、《国民体质测试器材 通用要求》（TY/T 2001-2015）、《家用和类似用途电器的安全按摩器具的特殊要求》（GB4706.10-2008）等相关标准的要求。

表 1 功能区域及器材主要功能配置表

功能区域	功能训练	设备说明	配置要求
健康检测区	健康检测	设备可采用简易器械或测试方法测试身高、体重、握力、选择反应时、肺活量、坐位体前屈、闭眼单脚站立、体成分分析、血压测量等。	集约一体式测量，能测多个项目，占地面积小。设备检测过程中语音和视频动画全程同步指引，采用红外感应摄像头光学识别技术，能自动识别用户动作并记数、判定动作的规范与否，通过全自动采集集体测数据，实时显示测量结果，并支持测量数据实时上传及报告查询。应符合 TY/T 2001-2015《国民体质测试器材 通用要求》。
器材锻炼区	有氧训练	跑步机考虑适老化使用安全，开机速度建议从 0.1km/h 时速启动，需有心率测试功能，避免或减少运动者心率负荷高于安全心率范围值。 健身车锻炼需充分考虑到老年人上下机台步骤，建议配有靠背，座位两侧带有测心率的扶手，座位靠背角度、前后距离可调节。为考虑使用者不能很好控制速度，建议器材配有智能配速功能，有效减缓运动过量引起的损伤。 四肢联动锻炼器材应充分考虑到长者或特殊人群的上下机台步骤，建议配有靠背，座位两侧带有测心率的扶手，座位前后距离可调节。	跑步机配有前扶手、侧扶手，侧扶手应加长，宜完全覆盖整个跑步区域；拉绳式安全开关、紧急安全旋钮，多重安全保障；最高速度不超过 10km/h，起步最低速度不得超过 0.5km/h，速度升/降每次 0.1km/h；承载人体质量不低于 100kg。 卧式健身车座椅位置可调节，适合身高 150cm~185cm 人群使用；不低于 12 段阻力调节；单向运动模式；最大载重不低于 100kg。 四肢联动训练器上肢和下肢同步运动，具备情景训练模式；座椅位置可调整，大型脚踏板设计，并有可调式固定带；承载人体质量不低于 100kg。 应符合 GB 17498-2008《固定式健身器材 通用安全要求》。
	肌力训练	全身各肌群全方位功能训练，可以是综合训练器材或单功能训练器材；力量控制为使用者本身主动控制，器材阻力可依据使用者施力自动调整，阻力范围大于 0.1kg，不高于 85kg；可随时停止运动，无冲击，不反弹，不会造成运动伤害。	双向电控等速肌力提升设备，不可配置插片配重式力量训练，不可有肌肉拉伤等安全隐患。 应符合 GB 17498.1-2008《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》。



功能区域	功能训练	设备说明	配置要求
器材锻炼区	核心稳定及拉伸训练	设备包含上肢、下肢、核心控制、腰背、髋功能训练、动态平衡的拉伸训练。	适合全身关节全方位功能训练，可以是综合训练器材或单功能训练器材；交替式运动，可做到最大功能性角度、多种训练模式；量化动作数据分析，即时回馈系统；承载人体质量不低于 100kg。 应符合 GB 17498.1-2008《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》。
	微循环促进	器材可单一方向振动，振动幅度为 2mm~6mm；振动频率可调节，最高不超过 15Hz。 器材承载人体质量不低于 100kg。	站立式振动要配有扶手，防摔倒，无障碍设计。 设备可为类似沙发形状，或满足躺姿训练。 应符合 GB4706.10-2008《家用和类似用途电器的安全按摩器具的特殊要求》。
慢病运动干预区	功能康复训练	配置结合手法治疗，同时满足被动训练的振动床；振动幅度为 2mm~6mm，振动频率可调节，最高不超过 15Hz。 器材承载人体重量不低于 150kg。	适合肢体障碍老年人做功能康复训练。 协助强化肌肉强度，缩短功能康复时间。 应符合 GB4706.10-2008《家用和类似用途电器的安全按摩器具的特殊要求》。
	睡眠障碍改善	水平方向振动，振动幅度为 15mm~20mm，振动频率可调节，最高不超过 2HZ。 器材承载人体重量不低于 150kg。	设备可为类似床形状，能满足躺姿训练。 可满足水平和垂直双向振动。 应符合 GB4706.10-2008《家用和类似用途电器的安全按摩器具的特殊要求》。
	改善认知功能训练	包含上肢运动、下肢运动、全身协调运动方式，将认知训练与有氧运动结合。 对于手足协调和失智改善，需具有双向、上下肢半联动，可以单独进行上肢或下肢的锻炼。 座位应配有可旋转、可调节、可拆卸功能，考虑到行动不便及轮椅人士，低步距进出。	应符合 GB 17498-2008《固定式健身器材通用安全要求》。

功能区域	功能训练	设备说明	配置要求
慢病运动干预区	协调性、动态平衡训练	进行动态步态训练、平衡训练，协调训练、力量训练缩短康复时间，增加康复信心，促进功能障碍老年人的功能恢复。	动态步态训练器需配置扶手和上下台阶。 应符合 GB 17498.1-2008《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》。
心率监测	运动心率监测	运动心率监测设备应实时检测健身者的心率，并将实时心率上传至心率监测系统，确保场所内老年人锻炼的科学性、安全性。	运动心率监测系统宜配有不小于 121.76cm×68.49cm（55 英寸）显示屏。 运动心率监测系统可设置安全心率范围，超过安全心率时自动报警。

#### （四）器材配置要求

1. 器材配置时应根据老年人锻炼部位不同，综合考虑心肺功能、肌肉力量、平衡协调、柔韧拉伸、微循环促进等多种需求，主动运动训练器材和被动运动训练器材结合，进行合理配置。
2. 器材配置应考虑不同慢性病老年人的健康促进需求，完善器材服务功能。
3. 根据场地面积大小和器材功能不同，对器材配置进行分区域合理布置。

#### （五）科学健身指导

1. 器材使用方法须在显著位置进行告知，宜用大号字体，建议图文结合，方便阅读知晓，鼓励使用智能化设施设备。
2. 鼓励社会体育指导员、全科医生、运动健康专家等专业人士定期为老年人提供健康咨询、健身指导等服务。
3. 应提供适合老年人的慢性病运动干预服务。

### 五、交付使用

- （一）应完成长者运动健康之家建设相关施工内容，包括健康

检测器材、健身器材、场地配套设施、标识标牌等。

（二）应完成相关施工内容的验收工作，并通过安全、消防等相关部门的合格竣工验收程序。

## 六、运行管理

（一）加大政府购买服务和支持力度，纳入上海体育消费券定点场馆专项扶持范围，支持长者运动健康之家提供公益性服务，对老年人免费或低收费开放，每周开放时间不少于 56 小时。

（二）坚持多部门协同，区体育部门、区民政部门要主动作为，发挥牵头和指导作用，加强与区卫生健康、街镇等相关部门和单位协作，依托长者运动健康之家持续深化体养康养融合。

（三）落实日常管理机制，明确长者运动健康之家运营和管理责任主体。鼓励引导社会力量参与运营管理，提供专业服务。

（四）鼓励采取政企合作模式，支持由政府提供长者运动健康之家建设场地，相关运营管理经费由街镇与运营单位协商解决。

（五）建立“一人一档”的老年人运动健康数字档案，加强长者运动健康之家促进老年人健康有关样本数据的跟踪积累和研究利用；2021 年，全市长者运动健康之家研究的老年人样本逐步增加到 2000 人以上。

（六）应在接待前台等显著位置，展示全市统一的长者运动健康之家标志标牌和形象 LOGO，加强服务人员培训管理，规范服务流程，落实防疫措施，开展社会宣传，展现良好的为老助老服务形象。

## 2024 年为民办实事项目标识标牌设置导则

### 一、总则

1. 为推进市民健身步道、市民运动球场、市民益智健身苑点、市民健身驿站、社区市民健身中心管理科学化、信息化、规范化工作，根据《上海市市民体育健身条例》、《上海市体育设施管理办法》、《室外健身器材的安全通用要求》（GB/19272-2011）、《公共体育设施 室外健身设施应用场所安全要求》（GB/T34284-2017）、《公共体育设施 室外健身设施的配置与管理》（GB/T34290-2017）、《健身器材和健身场所安全标志和标签》（GB/T34289-2017）等规范性文件，制定本导则。

2. 在标识标牌上公示的内容需符合国家和本市有关法律法规、标准规范的规定。

### 二、基本原则

1. **符合规范要求。**标识标牌是为民办事实项目的组成部分。标识标牌的尺寸、材质、内容等需按照规范要求进行设置，符合《公共体育设施 室外健身设施的配置与管理》（GB/T34290-2017）、《健身器材和健身场所安全标志和标签》（GB/T34289-2017）等相关行业标准的要求，标识标牌应坚固耐用、防晒、防雨、防盗，使用寿命与器材同步。

**2. 设置安全醒目。**应将标识标牌安装于醒目位置，不妨碍市民正常通行，不妨碍市民日常健身活动开展，并与社区整体环境相协调。

**3. 遵循同步原则。**新建实项目时应当将标识标牌与其他器材设备等同步设计、同步施工、同步验收、同步使用。

### 三、分类设置要求

为民办实事项目标识标牌主要包括设施公示、健身指导、地面里程及导向标识等。设施公示牌按照一处一牌的标准进行设置，健身指导牌、地面里程及导向标识等按需设置。

**1. 市民健身步道：**一般需配置公示牌、健身指导牌，标注起终点、里程、行进方向等标识。

**2. 市民运动球场：**一般需配置公示牌、健身指导牌，公告开放时间、收费等信息。

**3. 市民益智健身苑点：**一般需配置公示牌、健身指导牌、器材商信息牌等。

**4. 市民健身驿站：**一般需配置公示牌、健身指导牌，公告开放时间、收费等信息。

**5. 社区市民健身中心：**一般需配置公示牌、健身指导牌，公告开放时间、收费等信息。

### 四、建设内容与要求

各类为民办实事项目均需安装相应的公示牌。公示牌内容主要包括设施名称、编号、使用须知、维修与监管电话和二维码、建设单位与时间信息等。

## 1. 主要内容

### (1) 设施标识

标识以“健身”的拼音首字母“JS”为设计导向，并演化为运动人体，生动且充满生机。蓝色代表活力、运动，绿色代表生机、健康。



### (2) 设施名称

地名或公园名、社区（村、居）名+设施类别。如：凉城公园市民健身步道、远洋新村市民益智健身苑点、交通公园市民运动场等。

### (3) 设施地址

街镇名称+地址+位置。如：南京东路街道九江路 686 号 12 号楼东面。

### (4) 设施编号

为民办实事项目编号一般采用：区行政代码+设施类别代码-街镇首字拼音缩写+设施编号，如黄浦区小东门街道的市民益智健身点编码为 01J-XDM001。

设施类别	各区行政代码	设施类别代码	街镇首字拼音缩写	编号
市民益智健身苑点	01 黄浦区 04 徐汇区 .....	J	如: XDM  (表示小东门街道)	001-999
市民健身步道		B		
市民运动球场		Q		
市民健身驿站		Y		
社区市民健身中心	—	X	—	

#### (5) 设施使用须知

便于市民在使用前进行阅读，了解器材使用方法，防范安全风险，引导市民科学健身。

#### (6) 设施公示电话

提供属地化管理部门的监管电话和报修电话，提供市级管理部门的投诉电话（021-62176677）。

#### (7) 上海市公共体育场馆设施数字化管理服务平台网址：

[www.shggy.com.cn](http://www.shggy.com.cn)

#### (8) 二维码信息

喷涂“上海体育”微信公众号和管理二维码标识。（二维码由各区从上海市公共体育场馆设施数字化管理服务平台生成二维码）。

#### (9) 安全警示事项

须标注“注意安全”“警告”“禁止”等内容及相关图示，具体见示例。

### (10) 开放时间和价格信息

提供市民运动球场开放时间和收费标准的相关信息。

### (11) 落款单位及建设日期标注建设单位及建设或更新的时间。

## 2. 建设要求

### (1) 材质与尺寸

市民益智健身苑点、市民健身步道、市民运动球场健身须知公示牌面板可使用铝合金、不锈钢等材质，尺寸建议如下：

类别	面板长度 (mm)	面板宽度 (mm)	顶端离地高度 (mm)
市民益智健身苑点	900 ~ 1200	600 ~ 700	1600 ~ 1700
市民健身步道	1000 ~ 1500	700 ~ 900	1700 ~ 1800
市民运动球场	1200 ~ 1500	700 ~ 900	不高于 2500

市民健身驿站与社区市民健身中心健身须知公示牌与 LOGO 可使用塑料面板、海报等方式因地制宜设置。

### (2) 字体与字号

标题字体为黑体，大小为 200pt；次标题字体为黑体，大小为 100pt；内容字体为宋体加粗，大小为 68pt。

### (3) 安装位置

健身须知公示牌应安装在明显可视、便于识别的位置，市民益智健身苑点宜安装在器材附近，与周边环境和整体设计相协调；市民健身步道宜安装在起点处，环状步道应安装在通道附近；市民运



动球场宜安装在入口处上方或左右两侧。市民健身驿站与社区市民健身中心公示牌与 Logo 宜设置在入口处或服务台处。

#### (4) 名称里程标识

市民健身步道应设置名称标识和里程标识。名称标识须设置在步道起点处，喷涂“市民健身步道”字样，字样应使用黑体，文字大小 10~15cm；同时标注起终点（环形步道可酌情设置），并在步道喷涂里程标识，步道长度在 500 米以下，每 50 米标注里程；500 米至 1000 米，每 100 米标注里程，超过 1 公里后，每 500m 标注里程长度。标识均采用白色涂料进行喷涂。

### 五、标识标牌图示

各类健身场所可根据以下图示酌情设立标识标牌。

#### 1. 市民健身步道示意图



中国体育彩票  
CHINA SPORTS LOTTERY

## XX 市民健身步道

地址：XX 街道 XX 路 XX 号

编号：

### 健身须知

欢迎进入市民健身步道锻炼。在锻炼前，请您仔细阅读以下注意事项：

- 一、请穿着宽松服装、运动鞋或软底鞋进入步道。
- 二、请在锻炼前后进行拉伸运动。锻炼开始后，根据自身身体状况，掌握好强度和节奏。如身体出现不适，应立即停止运动。
- 三、慢性病患者健身锻炼请遵医嘱。
- 四、公示牌下方设有“上海体育”官方公众号和“设施管理平台”二维码，可通过扫码，获取更多健身信息或进行报修。
- 五、如需相关服务请扫描二维码。
- 六、因未正确使用健身步道所造成的后果，由使用者本人承担。

公示电话：  
报修电话：021 - 0000000 监督电话：021 - 0000000  
投诉电话：021 - 62176677  
业务主管部门网址：www.shggtj.com.cn

### 健身步道简图



	快走			慢跑		
	运动时间	体重 / 消耗热量	消耗类似食物	运动时间	体重 / 消耗热量	消耗类似食物
	30分钟			30分钟		



未成年人请在监护人的监护下锻炼！

XX 区体育局监制  
年 月 日

## 2. 市民运动球场示意图



中国体育彩票  
CHINA SPORTS LOTTERY

### XX 市民球场

地址：XX街道XX路XX号

编号：

#### 健身须知

欢迎来到市民球场进行锻炼。在开始运动前，请仔细阅读以下事项：

- 一、爱护球场设施，自觉保持场地清洁，不乱扔垃圾。场内禁止吸烟。
- 二、遵守球场管理制度，听从管理人员安排。
- 三、倡导文明运动、科学健身。如出现身体不适或发生运动损伤时，应立即停止运动，必要时就医。
- 四、公示牌下方设有“上海体育”官方公众号和“设施管理平台”二维码，可通过扫码，获取更多健身信息或进行报修。
- 五、因未正确使用球场所造成的后果，由使用者本人承担。




XX区体育局监制  
年 月 日

#### 公益性开放时间、收费标准

开放时间		收费标准
周一至周五		
节假日		

报修电话：021 - 0000000 监督电话：021 - 0000000  
 投诉电话：021 - 62176677  
 业务主管部门网址：www.shggty.com.cn

禁止

警告







未成年人需在监护人的监护下锻炼！

## 3. 市民益智健身苑点示意图



中国体育彩票  
CHINA SPORTS LOTTERY

### XX 市民益智健身点

地址：XX街道XX路XX号

编号：

#### 健身须知

- 一、使用健身器材前，请检查器材是否完好。如发现损坏，请拨打报修电话或扫描报修二维码，进行报修。
- 二、请先进行适当的热身运动，锻炼时应根据自身状况选择适当的器材和核实的强度进行锻炼，循序渐进增加锻炼强度。
- 三、14 周岁以下儿童应在成年人看护下进行锻炼。
- 四、锻炼时，一旦发生身体不适，请立即停止使用健身器材。
- 五、心脏病、高血压及其他慢病患者，应遵医嘱，适当运动。
- 六、请穿着宽松服装和软底鞋进行锻炼，勿穿高跟鞋进入健身区域，勿乱扔杂物、晾晒衣物和停放车辆。
- 七、未按照告示和警示内容正确使用健身器材所造成的后果，由使用者本人承担。

报修电话：021 - 0000000  
 监督电话：021 - 0000000  
 投诉电话：021 - 62176677  
 平台网址：www.shggty.com.cn




XX区体育局监制  
2018年1月1月

禁止

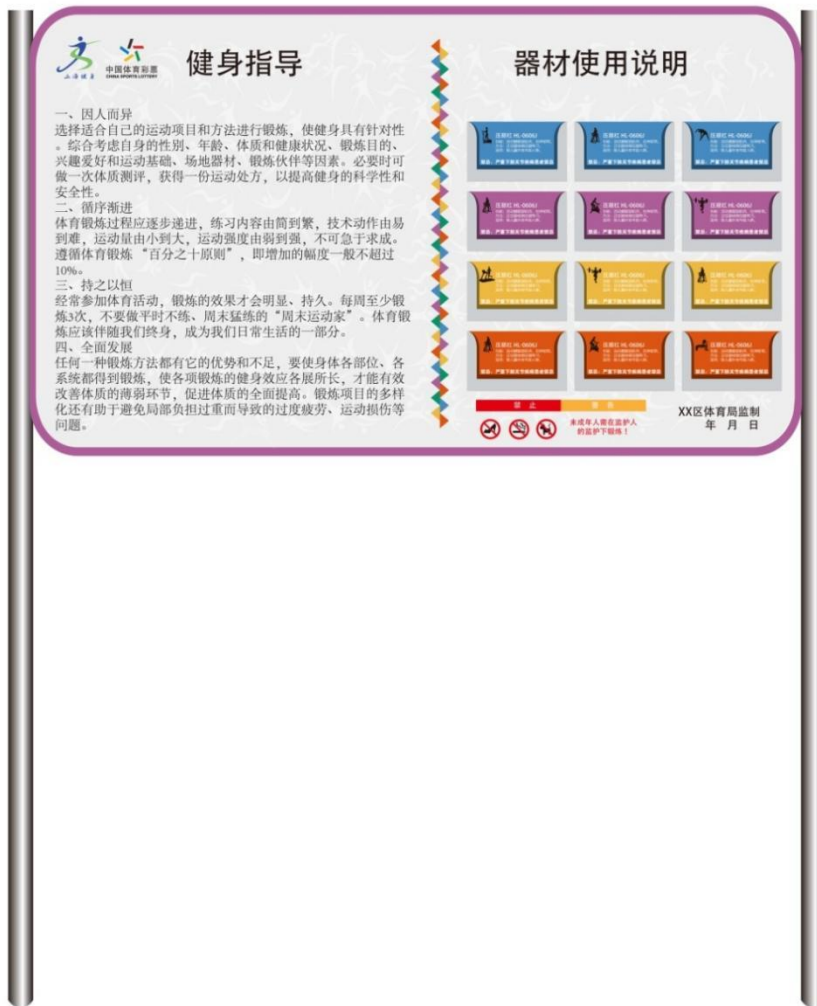
警告








未成年人需在监护人的监护下锻炼！



#### 4. 市民健身驿站示意图



## XX市民健身驿站

地址：XX街道XX路XX号

编号：

### 健身须知

市民健身驿站是提供市民健身的场所，在健身之前，请您注意以下事项：


- 一、请仔细阅读健身须知、每一种器材的健身方法和科学健身指导。
- 二、请遵守相关规定，听从管理人员指挥，注意警示标志和应急通道。
- 三、未成年人与年龄过长者必须有人陪同锻炼，以保证安全。
- 四、选择适合自己的器材进行健身，请在社会体育指导员、健身教练的指导下，正确使用健身器械，防止使用不当造成安全事故。
- 五、锻炼中如出现眩晕、呕吐、胸痛等不适状况时，请立即停止运动，必要时请及时就医。
- 六、请保持环境整洁，不乱丢垃圾，不大声喧哗，禁止吸烟。
- 七、使用健身器材前，请检查器材是否完好。如需相关服务请扫描二维码。
- 八、所有未按照告示牌和警示牌内容正确使用健身器材所造成的后果，由使用者本人承担。

### 公益性开放时间、收费标准

开放时间	收费标准
周一至周五	
节假日	

XX区体育局监制  
年月日

**禁止**



**警告**

未成年人需在监护人的监护下锻炼！

## 5. 市民健身驿站（职工健身驿站）LOGO



东方明珠和 SH 代表上海城市形象，哑铃和跑道代表运动与健康，寓意上海市民“天天运动，人人健康”。

## 6. 社区市民健身中心示意图



中国体育彩票  
CHINA SPORTS LOTTERY

### 社区市民健身中心

地址：XX街道XX路XX号

编号：

#### 健身须知

欢迎来到社区市民健身中心进行锻炼，在开始运动前，请您注意以下事项：

- 一、请仔细阅读健身须知、每一种器材的健身方法和科学健身指导。
- 二、请遵守相关规定，听从管理人员指挥，注意警示标志和应急通道。
- 三、未成年人与年龄过长者必须有人陪同锻炼，以保证安全。
- 四、选择适合自己的器材进行健身，请在社会体育指导员、健身教练的指导下，正确使用健身器械，防止使用不当造成安全事故。
- 五、锻炼中如出现眩晕、呕吐、胸痛等不适状况时，请立即停止运动，必要时请及时就医。
- 六、请保持环境整洁，不乱丢垃圾，不大声喧哗，禁止吸烟。
- 七、使用健身器材前，请检查器材是否完好。如需相关服务请扫描二维码。
- 八、所有未按照告示牌和警示牌内容正确使用健身器材所造成的后果，由使用者本人承担。

社区市民健身中心平面图

一层  
平面图

二层  
平面图

#### 公益性开放时间

开放时间	
周一至周五	
节假日	

公示电话：  
报修电话：021-0000000 监督电话：021-0000000  
投诉电话：021-62176677  
业务主管部门网址：www.shgty.com.cn



XX区体育局监制  
年 月 日

**禁止** **警告**





未成年人需在监护人的监护下锻炼！

附件 8

## 2024 年上海社区市民健身中心建设点位申报汇总表

区体育局：（公章）

填表人：

电话：

填表日期： 月 日

序号	所在街镇	名称	地址 (具体路名弄号)	场地 面积 (m <sup>2</sup> )	拟投建 市民健身 中心类型	工程预算 (万元)	拟开工 (月份)	街镇 (联系人)	联系人 (手机号码)	新建/ 改建
1										
2										
3										
4										
5										
6										

附件 9

## 2024 年上海市民健身步道建设点位申报汇总表

区体育局：（公章）

填表人：

电话：

填表日期： 月 日

序号	所在街镇	项目类别 (市级/区级)	名 称	地 址 (具体路名弄号)	步道(市级)长度须 300 米以上(长×宽)	工程预算 (万元)	拟开工 (月份)	街镇 (联系人)	联系人 (手机号码)	新建/ 改建
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										

附件 10

## 2024 年上海市民益智健身苑点建设点位申报汇总表

区体育局：（公章）

填表人：

电话：

填表日期： 月 日

序号	所在街镇	项目类别 (市级/区级)	名 称	地 址 (具体路名弄号)	面积 (m <sup>2</sup> )	工程预算 (万元)	拟开工 (月份)	街镇 (联系人)	联系人 (手机号码)	新建/ 改建
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										

附件 11

## 2024 年上海市民健身驿站建设点位申报汇总表

区体育局：（公章）

填表人：

电话：

填表日期： 月 日

序号	所在街镇	名称	地址 (具体路名弄号)	面积 (m <sup>2</sup> )	工程预算 (万元)	拟开工 (月份)	街镇 (联系人)	联系人 (手机号码)	新建/ 改建
1									
2									
3									
4									
5									
6									



附件 12

## 2024 年上海市民运动球场建设点位申报汇总表

区体育局：（公章）

填表人：

电话：

填表日期： 月 日

序号	所在街镇	名称	地址 (具体路名弄号)	面积 (m <sup>2</sup> )	拟建设运动场 类型和数量	预算 (万元)	拟开工 (月份)	街镇 (联系人)	联系人 (手机号码)	新建/ 改建
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										

附件 13

## 2024 年上海长者运动健康之家建设点位申报汇总表

区体育局：（公章）

填表人：

电话：

填表日期： 月 日

序号	所在街镇	名称	地址 (具体路名弄号)	面积 (m <sup>2</sup> )	工程预算 (万元)	拟开工 (月份)	街镇 (联系人)	联系人 (手机号码)	新建/ 改建
1									
2									
3									
4									
5									
6									

## 2024 年社区市民健身中心验收表

项目名称		项目位置	
验收单位		验收时间	
建设单位		建设资金	
施工单位		运营单位	
建筑面积		场地面积	
基本条件			
验收项目	验收情况		验收结果
选址要求	1. 布局合理 <input type="checkbox"/> 各类人群参与 <input type="checkbox"/>		
	2. 是否分散组合型: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>		
	3. 产权类型: 自有场地 <input type="checkbox"/> 租赁场地 <input type="checkbox"/>		
	4. 产权清晰: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>		
设计要求	小型	1. 室内体育场地面积 $\geq 1000 \text{ m}^2$ : 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		2. 经常开展体育活动场地种类 $\geq 5$ 种: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		3. 体质测定 <input type="checkbox"/> 基础体能训练 <input type="checkbox"/>	
	中型	1. 室内体育场地面积 $\geq 1500 \text{ m}^2$ : 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		2. 大空间健身用房至少 1 间 $\geq 800 \text{ m}^2$ : 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 小空间健身用房累计 $\geq 500 \text{ m}^2$ : 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 层高满足场地项目需求: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		3. 经常开展体育活动场地种类 $\geq 5$ 种: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		4. 体质测定 <input type="checkbox"/> 基础体能训练 <input type="checkbox"/> 羽毛球或篮球 <input type="checkbox"/>	
	大型	1. 室内体育场地面积 $\geq 3500 \text{ m}^2$ : 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		2. 大空间健身用房至少 2 间 $\geq 1600 \text{ m}^2$ : 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 小空间健身用房累计 $\geq 1200 \text{ m}^2$ : 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 层高满足场地项目需求: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		3. 经常开展体育活动场地种类 $\geq 5$ 种: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	
		4. 体质测定 <input type="checkbox"/> 基础体能训练 <input type="checkbox"/> 羽毛球 <input type="checkbox"/> 篮球 <input type="checkbox"/>	
	建设要求	体育场地规格及设施器材配置符合相应国家标准: 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	

<p>附属设施</p>	<p>接待区<input type="checkbox"/> *卫生间<input type="checkbox"/> 更衣室<input type="checkbox"/> 器材储藏室/器材放置区域<input type="checkbox"/>  *配电室及相关设备<input type="checkbox"/> 消防器材和急救设备<input type="checkbox"/>  *应急疏散设施设备<input type="checkbox"/> 视频监控及客流统计设备<input type="checkbox"/>  场所引导图或相关标识牌<input type="checkbox"/> *无障碍设施<input type="checkbox"/> 体质测试室<input type="checkbox"/>  *商品零售区<input type="checkbox"/> *淋浴室<input type="checkbox"/> *活动会议室<input type="checkbox"/> AED 设备<input type="checkbox"/>   注：依托公园、园区等建设的市民健身中心附属设施可以综合利用的用*表示</p>		
<p>交付条件</p>	<p>1. 完成相应建设施工内容，包括器材安装、场地配套设施建设、标识标牌配置等：是<input type="checkbox"/> 否<input type="checkbox"/>  2. 达到安全、消防等建设标准，取得相关部门竣工验收合格：是<input type="checkbox"/> 否<input type="checkbox"/></p>		
<p>运营管理</p>	<p>1. 每日开放时间≥8小时，每周累计≥56小时：是<input type="checkbox"/> 否<input type="checkbox"/></p>		
	<p>2. 公益性收费：是<input type="checkbox"/> 否<input type="checkbox"/></p>		
	<p>3. 配备≥2名健身指导人员或社会体育指导员：是<input type="checkbox"/> 否<input type="checkbox"/></p>		
	<p>4. 配备2名以上具备红十字救护员证书或同类型资质工作人员：是<input type="checkbox"/> 否<input type="checkbox"/></p>		
	<p>5. 数字化管理：客流数据管理<input type="checkbox"/> 线上预定服务<input type="checkbox"/></p>		
<p>验收意见</p>			
<p>建设单位（盖章）</p>    <p>签字：</p>    <p>日期：</p>	<p>施工单位（盖章）</p>    <p>签字：</p>    <p>日期：</p>	<p>管理单位（盖章）</p>    <p>签字：</p>    <p>日期：</p>	<p>区体育局（盖章）</p>    <p>签字：</p>    <p>日期：</p>

## 2024 年市民健身步道验收表

项目名称		项目位置	
验收单位		验收时间	
建设单位		投入资金	
施工单位		管理单位	
基本条件			
验收项目	验收情况		验收结果
选址	1. 布局合理 <input type="checkbox"/> 与周边自然环境协调 <input type="checkbox"/>		
	2. 具有良好的通达性和便利性 <input type="checkbox"/>		
	3. 避开危险区 <input type="checkbox"/> 排水良好 <input type="checkbox"/> 隔离措施 <input type="checkbox"/>		
	4. 远离空气污染区域 <input type="checkbox"/>		
设计要求	1. 防滑 <input type="checkbox"/> 舒适 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/>		
	2. 基础密实 <input type="checkbox"/> 均匀 <input type="checkbox"/> 强度 <input type="checkbox"/> 稳定性 <input type="checkbox"/> 抗变形 <input type="checkbox"/> 持久性 <input type="checkbox"/> 防护措施 <input type="checkbox"/>		
	3. 塑胶 <input type="checkbox"/> EPDM 颗粒 <input type="checkbox"/> 彩色沥青 <input type="checkbox"/> 透水混凝土 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/>		
	4. 长度 (不小于 300m) <input type="checkbox"/> 使用年限 5 年 <input type="checkbox"/>		
	5. 宽度 (单向不小于 1.2m) <input type="checkbox"/> 缓冲带 <input type="checkbox"/> 排水设施 <input type="checkbox"/>		
	6. 纵坡 $\leq 15\%$ <input type="checkbox"/> 横坡 $\leq 0.5\%$ <input type="checkbox"/>		
	7. 垃圾箱 <input type="checkbox"/> 休息椅凳 <input type="checkbox"/>		
	8. 每隔 40~60m 设置照明灯具 <input type="checkbox"/>		
	9. 公示牌 <input type="checkbox"/> 里程标识 <input type="checkbox"/> 使用说明 <input type="checkbox"/> 维护保养说明 <input type="checkbox"/>		
建设要求	1. 环保材料检测报告 <input type="checkbox"/>		
	2. 路面平整 <input type="checkbox"/> 无坑洼、积水 <input type="checkbox"/> 无障碍物 <input type="checkbox"/>		
	3. 垂直空间 $\geq 2.4\text{m}$ <input type="checkbox"/>		
	4. 无裂痕 <input type="checkbox"/> 无分层 <input type="checkbox"/> 无空鼓 <input type="checkbox"/> 标志清晰 <input type="checkbox"/>		

交付条件	1. 完成建设 <input type="checkbox"/> 配套设施 <input type="checkbox"/> 标识标牌 <input type="checkbox"/> 排水设施 <input type="checkbox"/> 照明 <input type="checkbox"/> 安全防护措施 <input type="checkbox"/>			
	2. 竣工验收证明 <input type="checkbox"/> 合成材料检测报告 <input type="checkbox"/>			
验收意见				
建设单位（盖章）	施工单位（盖章）	管理单位（盖章）	区体育局（盖章）	
签字:	签字:	签字:	签字:	
日期:	日期:	日期:	日期:	

## 2024 年市民益智健身苑点验收表

项目名称		项目位置	
验收单位		验收时间	
建设单位		投入资金	
施工单位		管理单位	
基本条件			
验收项目	验收情况		验收结果
选址	1. 便捷 <input type="checkbox"/> 实用 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 不干扰居民生活 <input type="checkbox"/>		
设计要求	1. 上肢锻炼：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	2. 下肢锻炼：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	3. 躯干锻炼：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	4. 心肺功能：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	5. 综合训练：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	6. 力量型器材：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/> 力量型器材占比____%		
	7. 益智器材：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	8. 无障碍器材：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	9. 运动能力测试：有 <input type="checkbox"/> 无 <input type="checkbox"/>		
	10. 适用人群：儿童 <input type="checkbox"/> 青少年 <input type="checkbox"/> 中青年 <input type="checkbox"/> 老年人 <input type="checkbox"/> 残障人士 <input type="checkbox"/> 适老化及适儿化器材占比____%		
	11. 配套设施：标识标牌 <input type="checkbox"/> 遮阳棚 <input type="checkbox"/> 休闲座椅 <input type="checkbox"/> 健身指导设施（常规型 <input type="checkbox"/> 智慧型 <input type="checkbox"/> ）		
	12. 配置合理：是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>		
	13. 地面：安全 <input type="checkbox"/> 环保 <input type="checkbox"/> 舒适 <input type="checkbox"/> 防滑 <input type="checkbox"/> 渗水性强 <input type="checkbox"/>		
	14. 使用方法在显著位置告知 <input type="checkbox"/>		
建设要求	1. 新建 <input type="checkbox"/> 改建 <input type="checkbox"/>		
	2. 二维码监管 <input type="checkbox"/> 警示标志 <input type="checkbox"/>		

交付标准	1. 完成建设 <input type="checkbox"/> 配套设施 <input type="checkbox"/> 标识标牌 <input type="checkbox"/>			
	2. 竣工验收证明 <input type="checkbox"/> 合成材料检测报告 <input type="checkbox"/>			
验收意见				
建设单位（盖章）	施工单位（盖章）	管理单位（盖章）	区体育局（盖章）	
签字：	签字：	签字：	签字：	
日期：	日期：	日期：	日期：	



## 2024 年市民健身驿站验收表

<p>市民健身驿站是指由政府、工会、园区、企事业单位、社会组织、居村等利用自有场地或承租的物业场地、以及其他可利用的场地空间建设的嵌入式、多功能、公益性的室内健身场所。市民健身驿站包括职工健身驿站。</p>			
所在区		所在街镇	
具体地址		建成日期	
建设单位		运营单位	
面积大小		器材件数	
建设资金		开放日期	
依据上海市体育局、上海市总工会制定的《市民健身驿站建设导则》			
验收项目		验收标准	验收结果
选址要求		场地产权清晰，保证合法合规使用；围绕社区居民或单位职工的健身需求科学选址，提供便捷的健身服务；项目建成后能有效利用、发挥功能。	
场地要求		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 场地设置在独立完整、安全舒适、便于运动的空间</li> <li>2. 合理划分场地与使用面积，科学配置相应的健身器材和必要的设施设备，器材设备之间应保持足够的安全距离</li> <li>3. 应当满足通风、防水、防潮以及消防、应急疏散等安全和环保要求</li> <li>4. 场地应平整，地面应防滑，具备一定的无障碍服务功能，并且满足相应健身器材的合理设置和使用要求</li> </ol>	
场地规模与器材配置	1. 简易型	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 场地面积一般不小于 50 平方米</li> <li>2. 配备功能相对简单的器械类健身器材若干件或者球类等运动设备若干个。如：跑步机、划船器、健身车，或者乒乓球桌、台球桌等</li> </ol>	
	2. 常规型	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 场地面积一般不小于 150 平方米</li> <li>2. 配备有氧、力量等不同训练方式的健身器材，健身器材数量一般不少于 10 件。如：跑步机、椭圆机、健身车、划船机、史密斯训练器、飞鸟训练器、坐姿推胸训练器、杠铃、哑铃等</li> </ol>	

场地规模 与 器材配置	3. 综合型	1. 场地面积一般不小于 200 平方米	
		2. 配备比较丰富的有氧训练、力量训练等健身器材, 以及操舞、球类、瑜伽等项目的健身区及器材, 有条件的可以兼顾儿童、青少年、老年人、妇女、残疾人等不同人群的健身需求。鼓励配备体质测试、健康检测、科学健身服务等器材	
器材标准		场地配置健身器材应符合《健身器材的安全 通用要求》(GB17498-1998)、《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》(GB17498.1-2008)以及相关运动项目器材和设施设备等最新标准	
智慧服务		1. 配备智慧化、数字化的运营管理系统, 包括在线预约、会员管理、智慧门禁、客流监测、安全监控、大数据分析等信息系统; 支持提供智慧助老服务。鼓励拓展体质测试、实时运动数据采集、运动状态监测、在线远程管理、安全预警以及运动数据存储和信息查询、运动数据分析等服务功能	
		2. 提供体质测试、实时运动数据采集、运动状态监测、运动数据分析等服务功能, 建立体质健康电子档案, 提供科学性、针对性的运动处方或运动建议	
		3. 对接和纳入“一网通办”、全民健身电子地图、上海市社区体育设施信息化管理服务等平台, 方便查询、预订, 实现信息、数据共享	
		4. 结合科学健身和社会体育指导员现场指导, 打造“互联网+科学健身”应用场景, 配置智能化的视频教学、多媒体与人机互动、展示服务等功能	
交付使用		1. 完成相应建设施工内容, 包括器材安装、场地配套设施建设、标识标牌配置等	
		2. 达到安全、消防等建设标准, 取得相关部门竣工验收合格	
运营管理		1. 坚持社会化、专业化运营, 建立健全运营管理和日常服务的考核评估机制, 建立激励约束与退出机制	
		2. 坚持公益性开放, 制定市民健身驿站健身须知, 明确提示开放时间、项目、收费等有关事项, 并在显著位置予以公示; 每周累计开放时间不少于 56 个小时; 单位内部的职工健身驿站开放时间可因地制宜设置, 尽量满足职工健身需求, 提高场地利用率。	
		3. 有工作人员履行日常管理职责, 配备 1-2 名社会体育指导员或教练, 提供科学健身指导等服务	
		4. 采用全市统一的市民健身驿站标志标牌和视觉形象, 展现良好服务形象	
		5. 建立完善的安全管理制度及应急预案, 为市民健身驿站购买公共责任险	

**综合结论**  
(是否通过评估验收, 结论和意见)

建设单位  (盖章):  日期:	运营单位  (盖章):  日期:	区、局(产业)工会  (盖章):  日期:	区体育局  (盖章):  日期:
------------------------------	------------------------------	-----------------------------------	------------------------------

注: 服务社区的市民健身驿站, 由区体育局盖章  
 服务职工的职工健身驿站, 由区局(产业)工会盖章

## 2024 年市民运动球场验收表

项目名称		项目位置	
验收单位		验收时间	
建设单位		投入资金	
施工单位		管理单位	
基本条件			
验收项目	验收情况		验收结果
基本情况	1. 场地类型：室内 <input type="checkbox"/> 室外 <input type="checkbox"/>		
	2. 产权类型：自有场地 <input type="checkbox"/> 租赁场地 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/>		
选址	1. 布局合理 <input type="checkbox"/> 各类人群参与 <input type="checkbox"/>		
	2. 不干扰居民生活 <input type="checkbox"/>		
	3. 周界距高距离高压线水平距离 $\geq 8\text{m}$ <input type="checkbox"/> (室外场地须满足)		
	4. 与地下管道、地下线路边缘水平距离 $\geq 2\text{m}$ <input type="checkbox"/> 与住宅水平距离 $\geq 8\text{m}$ <input type="checkbox"/> (室外场地须满足)		
	5. 离道路边界 $\geq 1.5\text{m}$ <input type="checkbox"/> (室外场地须满足)		
	6. 嵌入式运动场：是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 绿地 <input type="checkbox"/> 公园 <input type="checkbox"/> 屋顶 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/>		
	7. 农民体育健身工程升级：是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>		
设计要求	1. 预留安全距离/缓冲区 <input type="checkbox"/> 满足层高需求 <input type="checkbox"/>		
	2. 避风位置 <input type="checkbox"/> 南北向 <input type="checkbox"/> 设置安全防护网 <input type="checkbox"/> (室外场地须满足)		
	3. 多功能：是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 羽毛球 <input type="checkbox"/> 篮球 <input type="checkbox"/> 足球 <input type="checkbox"/> 网球 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/>		
	4. 配套设施：管理用房 <input type="checkbox"/> 进出口通道 <input type="checkbox"/> 厕所 <input type="checkbox"/> 服务站 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/>		
建设要求	1. 是否有灯光：是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是否符合《体育照明要求及检验方法》要求：是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>		
	2. 符合《笼式足球场围网设施安全通用要求》：建设 <input type="checkbox"/> 安装 <input type="checkbox"/>		
	3. 是否符合单项运动场国家标准：是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>		
交付条件	1. 完成建设 <input type="checkbox"/> 配套设施 <input type="checkbox"/> 标识标牌 <input type="checkbox"/> 照明设施 <input type="checkbox"/> 围网 <input type="checkbox"/> 排水设施 <input type="checkbox"/>		
	2. 竣工验收证明 <input type="checkbox"/>		
验收意见			
建设单位（盖章）	施工单位（盖章）	管理单位（盖章）	区体育局（盖章）
签字：	签字：	签字：	签字：
日期：	日期：	日期：	日期：

## 2024 年长者运动健康之家评估验收表

<p>长者运动健康之家是面向老年人的社区多功能健身场所，整合体育、养老、卫生健康等公共服务资源，为老年人提供体质测试、基础健康检测、科学健身指导、慢性病运动干预、运动康复训练、健康知识普及和休闲社交等“一站式”运动康养服务</p>			
所在区		所在街镇	
具体位置		建成日期	
建设单位		运营单位	
面积大小		器材件数	
建设资金		开放日期	
<p>依据上海市体育局、上海市民政局制定的《长者运动健康之家建设导则》</p>			
验收项目	验收标准		验收结果
选址要求	坚持科学选址，综合考虑区域内老年人口总量、密度、分布等因素科学合理设置，满足老年人的健康促进需求		
场地要求	1. 场地位于老年人相对集中的生活社区		
	2. 老年人健身场地相对独立、舒适，场地面积一般不低于 50 平方米，有条件的可以达到 150 平方米以上		
	3. 一般应选址一楼；选址二楼以上应该配备电梯，方便老年人前来锻炼		
建设要求	1. 按照国家和本市有关规定和标准进行场地设施建设，符合安全、消防、卫生、环保等要求		
	2. 室内环境应宽敞明亮，采光良好，地面应采用防滑材料，设置必要的无障碍设施		
	3. 配置视频监控设备，重点公共区域视频监控全覆盖		
	4. 配套满足智慧管理的设备设施，突出智能技术和信息化手段的运用，提高场地使用率和服务质量，满足智慧助老需求		
	5. 统筹建设与管理，落实日常管理、维护、保险等工作职责		

<p>器材配置</p>	<p>1. 健身器材满足适老化与智能化的要求，符合《老年人室内健身场所要求》（T/CSGF 009—2020）、《健身器材的安全 通用要求》（GB17498-1998）、《固定式健身器材通用安全要求和试验方法》（GB 17498.1-2008）、《国民体质测试器材 通用要求》（TY/T 2001-2015）、《家用和类似用途电器的安全 按摩器具的特殊要求》（GB4706.10-2008）等标准</p> <p>2. 根据老年人心肺功能、肌肉力量、平衡协调、柔韧拉伸、微循环促进等多种锻炼需求，合理划分：健康监测区（配备国民体质测试机，或者血压心率等身体健康检测仪器）、器材锻炼区（配备有氧训练、肌力训练、核心稳定及拉伸训练、微循环促进等器材）、慢病运动干预区（配备功能康复、睡眠障碍改善、认知障碍改善、协调性与动态平衡训练等器材）、实时心率监测等区域和服务功能。器材数量原则上不少于10件</p>	
<p>科学健身指导</p>	<p>1. 器材使用方法在显著位置进行告知，宜用大号字体，建议图文结合，方便阅读知晓，鼓励使用智能化设施设备</p> <p>2. 配备专业的工作人员，鼓励社会体育指导员、全科医生、运动健康专家等专业人士定期为老年人提供健康咨询、健身指导等服务</p> <p>3. 鼓励提供适合老年人的慢性病运动干预服务</p>	
<p>交付使用</p>	<p>1. 完成建设施工内容，包括健康检测器材、健身器材、场地配套设施、标识标牌等</p> <p>2. 通过安全、消防等相关部门的合格竣工验收</p>	

运行管理	1. 提供公益性服务，对老年人免费或低收费开放，每周开放时间不少于 56 小时		
	2. 依托长者运动健康之家持续深化体医养融合，推动健康关口前移，助力健康老龄化		
	3. 落实日常管理机制，明确长者运动健康之家运营和管理的责任主体，提供专业服务		
	4. 逐步建立“一人一档”的老年人运动健康数字档案，加强长者运动健康之家促进老年人健康有关样本数据的跟踪积累和研究利用		
	5. 在接待前台等显著位置，展示全市统一的长者运动健康之家标志标牌和形象 LOGO，加强服务人员培训管理，规范服务流程，落实防疫措施，开展社会宣传，展现良好的为老助老服务形象		
综合验收结论 (是否通过验收，结论和意见)			
建设单位	运营单位	区体育局	区民政局
(盖章):	(盖章):	(盖章):	(盖章):
日期:	日期:	日期:	日期:

填表说明：本表一式两份，盖章后报送市体育局、市民政局

---

上海市体育局办公室

2024年2月28日印发

---