

青岛市体育局 文件 青岛市总工会

青体字〔2020〕73号

青岛市体育局 青岛市总工会 关于举办“金牌”健身教练进机关 企事业单位活动的通知

各区、市，市直各部门，各企事业单位，中央、省驻青有关单位：

为深入贯彻落实全民健身国家战略，在后疫情时代进一步推动关心关爱干部职工健康工作，进一步提高干部职工健身素养，倡导科学健身习惯，调动广大干部职工的参与热情和积极性，促进和谐机关单位建设。经研究，市体育局、市总工会定于2020年11月1日—12月31日举办“金牌”教练进机关企事业单位活动。现将有关事项通知如下：

一、活动主题

健身惠职工·体育新时尚

二、主办和承办单位

主办单位:

青岛市体育局

青岛市总工会

承办单位:

青岛市全民健身中心

青岛英派斯健康管理有限公司

青岛中联运动公园管理有限公司

青岛全时健身健康管理有限公司

三、组织设置项目和活动方式

(一) 活动设置健身项目

1. 健康讲堂； 2. 有氧健身操； 3. 普拉提； 4. 健身瑜伽； 5. 动感单车； 6. 羽毛球教学； 7. 踏板操。

(二) 活动方式

“健康讲堂”以线上讲堂为主，在“齐鲁工惠”APP开辟线上健康讲堂，设置三个视频课件，分别是《体态评估矫正及颈肩康复》、《办公室人群健身技巧》、《健身，健的是什么？》。参与方式：打开“齐鲁工惠APP”，在首页头图点击“健身惠职工·体育新时尚”进入活动页面，点击“健康讲堂”，选定相关课程链接即可观看练习。

其它项目依托各健身机构场地线下实施。

四、时间安排

2020年11月1日—12月31日。

五、参加对象和报名方式

(一)建立工会组织的各区市、市直各部门、各企事业单位、中央、省驻青有关单位干部职工均可参加。

(二)报名方式

1.依托“齐鲁工惠”APP组织报名。“齐鲁工惠APP”开辟体育团课报名专区，在限定时间开设不同种类的健身团课报名，凡是在青岛市总工会系统进行工会会员实名登记并完成“齐鲁工惠”APP下载、注册、认证的职工均可参与报名，额满为止。

青岛市职工下载“齐鲁工惠”APP，注册并认证后，将首页工会选择切换为青岛市总工会，在首页头图点击“健身惠职工·体育新时尚”活动页面，进入报名专区参加报名。前期已完成“齐鲁工惠”APP下载认证的职工无需重复下载，直接参加活动即可。

(“齐鲁工惠”APP未下载认证的职工可拨打电话咨询：83872852)

2.线下组织报名。通过电话预约的方式预约报名，额满为止。各健身团课项目活动组织时间、场地位置、联系人和报名电话见附表。

(三)课程设置为连续三周同一时间的课程为一期课程(详见附件表格)，报名后可参加连续三周的课程训练，若还要参加其它课程训练，须另外报名。

六、有关事项

(一)规范工作程序。按照公平、公正、公开和普惠的原则，做好活动开展工作。市体育局、市总工会及活动各承办单位要安排专人负责，及时发现和处理活动工作中的问题和矛盾。

(二)加强工作宣传。请各级工会组织将此通知及时传达给广大干部职工，扩大知晓面，使广大干部职工有机会参与和享受本项体育惠民政策。

(三)做好绩效评价。市体育局将对活动情况全程跟踪。年底前对活动开展情况进行绩效评价，为来年活动开展打好基础。

(四)加强统计监测。开展统计监测，整合与共享有关单位的数据资源，为进一步促进体育事业发展提供决策依据。

附表：“金牌”健身教练进机关事业单位活动安排表

青岛市体育局 青岛市总工会

2020年10月28日

(青岛市体育局联系人：刚保占，联系电话：81979396；青岛市总工会联系人：赵平，联系电话：83872852)

附件

“金牌”健身教练进机关企事业单位活动安排表

	周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
第一周							11月1日 英派斯（有氧健身操） 时间：18:30—19:30 地点：香港东路67号 报名电话：88010199 前台客服报名
第二周	11月2日	11月3日 英派斯（动感单车） 时间：18:30—19:30 地点：福州南路26号 联系人：张瀚林， 报名电话：85781388 前台 客服报名	11月4日 青岛市全民健身中心（羽 毛球一期） 时间：18:00—19:00 地点：周口路88号甲 联系人：李子轩 报名电话：18605321686	11月5日 全时（健身瑜伽） 时间：18:30—19:30 地点：中铁中心店 联系人：刘露 报名电话：17669676987	11月6日 中联（普拉提） 时间：19:30—20:30 地点：中联市北运动公 园 联系人：王广元 报名电话：18653290953	11月7日 英派斯（有氧健身操） 时间：18:30—19:30 地点：香港东路67号 报名电话：88010199 前台客服报名	11月8日
第三周	11月9日	11月10日 英派斯（动感单车） 时间：18:30—19:30 地点：福州南路26号 联系人：张瀚林， 报名电话：85781388 前台 客服报名	11月11日 青岛市全民健身中心（羽 毛球一期） 时间：18:00—19:00 地点：周口路88号甲 联系人：李子轩 报名电话：18605321686	11月12日 全时（健身瑜伽） 时间：18:30—19:30 地点：中铁中心店 联系人：刘露 报名电话：17669676987	11月13日 中联（普拉提） 时间：19:30—20:30 地点：中联市北运动公 园 联系人：王广元 报名电话：18653290953	11月14日 英派斯（有氧健身操） 时间：18:30—19:30 地点：香港东路67号 报名电话：88010199 前台客服报名	11月15日
第四周	11月16日	11月17日 英派斯（动感单车） 时间：18:30—19:30 地点：福州南路26号 联系人：张瀚林， 报名电话：85781388 前台 客服报名	11月18日 青岛市全民健身中心（羽 毛球一期） 时间：18:00—19:00 地点：周口路88号甲 联系人：李子轩 报名电话：18605321686	11月19日 全时（健身瑜伽） 时间：18:30—19:30 地点：中铁中心店 联系人：刘露 报名电话：17669676987	11月20日 中联（普拉提） 时间：19:30—20:30 地点：中联市北运动公 园 联系人：王广元 报名电话：18653290953	11月21日 英派斯（普拉提） 时间：18:30—19:30 地点：香港东路67号 报名电话：88010199 前台客服报名	11月22日

第五周	11月23日	11月24日 中联(动感单车) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953	11月25日 青岛市全民健身中心(羽毛球二期) 时间:18:00—19:00 地点:周口路88号甲 联系人:李子轩 报名电话:18605321686	11月26日 全时(有氧健身操) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	11月27日 中联(健身瑜伽) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953	11月28日 英派斯(普拉提) 时间:18:30—19:30 地点:香港东路67号 报名电话:88010199 前台客服报名	11月29日
第六周	11月30日	12月1日 中联(动感单车) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953	12月2日 青岛市全民健身中心(羽毛球二期) 时间:18:00—19:00 地点:周口路88号甲 联系人:李子轩 报名电话:18605321686	12月3日 全时(有氧健身操) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月4日 中联(健身瑜伽) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953	12月5日 英派斯(普拉提) 时间:18:30—19:30 地点:香港东路67号 报名电话:88010199 前台客服报名	12月6日
第七周	12月7日	12月8日 中联(动感单车) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话: 18653290953	12月9日 青岛市全民健身中心(羽毛球二期) 时间:18:00—19:00 地点:周口路88号甲 联系人:李子轩 报名电话:18605321686	12月10日 全时(有氧健身操) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月11日 中联(健身瑜伽) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953	12月13日 英派斯(健身瑜伽) 时间:18:30—19:30 地点:香港东路67号 报名电话:88010199 前台客服报名	12月14日
第八周	112月14日	12月15日 全时(动感单车) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月16日 青岛市全民健身中心(踏板操) 时间:18:00—19:00 地点:周口路88号甲 联系人:陈洁 报名电话:13361233578	12月17日 全时(普拉提) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月18日 中联(有氧健身操) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953	12月19日 英派斯(健身瑜伽) 时间:18:30—19:30 地点:香港东路67号 报名电话:88010199 前台客服报名	11月20日
第九周	12月21日	12月22日 全时(动感单车) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月23日 青岛市全民健身中心(踏板操) 时间:18:00—19:00 地点:周口路88号甲 联系人:陈洁 报名电话:13361233578	12月24日 全时(普拉提) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月25日 中联(有氧健身操) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953	12月26日 英派斯(健身瑜伽) 时间:18:30—19:30 地点:香港东路67号 报名电话:88010199 前台客服报名	12月27日
第十周	12月28日	12月29日 全时(动感单车) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月30日 青岛市全民健身中心(踏板操) 时间:18:00—19:00 地点:周口路88号甲 联系人:陈洁 报名电话:13361233578	12月31日 全时(普拉提) 时间:18:30—19:30 地点:中铁中心店 联系人:刘露 报名电话:17669676987	12月31日(周四) 中联(有氧健身操) 时间:19:30—20:30 地点:中联市北运动公园 联系人:王广元 报名电话:18653290953		

