

# 看书览景 大饱眼福



书店在假期里深受人们青睐

春节假期中,散落在川西平原大地上的一座座历史悠久、特色鲜明的古镇,宛如颗颗明珠,吸引着人们前来赏古韵、品美食,体验独特的天府文化。绵延的老街商市繁盛,游客如织,叫卖声、欢笑声此起彼伏,各路美食香气四溢。文创市集上的新奇好物吸引着游客驻足选购,街头歌手为人们送上一曲曲欢歌,孩子们坐在鸡公车上笑声不断……

假期里,成都市内大大小小的书店同样深受人们青睐,市民在这里读书、学习,给自己充电。在新华文轩 Books 书店,来此买书、读书的市民明显比往常要多,不管是常设的学习席位,还是散落各处的读书专区,随时都是满员状态,其中有不少市民带着学习资料、电脑,专程来这里读书学习。

成都日报锦观新闻记者 李冬 胡大田 文/图



景点里游人如织



读者在书架前选书



街市古镇古戏台前,游客为台上演员的表演鼓掌叫好



景区文创市集上好奇新物吸引游客目光



安静品读书籍的读者

## 副刊

# 轻运动

成都 生活体育的时尚之城

世界休闲体育协会主席李相如说:“成都是一座非常热爱生活的城市,本身就具备了生活体育的底色和基础。”自古以来,成都就是一座热爱运动的城市。早在两汉时期,西汉文学家扬雄写下“断木为棋,枹革为鞠,亦皆有法焉”的文字,记述了那个时代的蹴鞠、围棋等运动在民间的流行。

# 城市生活新时尚

如今,轻运动因其简单易行、强度适中、趣味性高的特点,正越来越受到人们的喜爱。公园城市对于人们体育生活的改变,得益于更加宜人的环境和逐步专业的硬件设施,从而将全民运动的理念融入于每一位普通居民的日常生活之中。清华大学体育产业发展研究中心主任王雪莉说:“成都在运动

的全民性方面已经走到了全国的前列。”2017年,成都市提出高标准建设“三城三都”和世界赛事名城目标,“体育改变城市,运动让生活更美好”的理念随着世界赛事名城建设和体育场馆设施的日益丰富,家门口的运动空间几乎全城覆盖,参与运动的人群不断壮大,商业化运动服务不断升级。政府完善基础设施搭建体育生态发展载体;企业在此基础上提供服务和产品,共同打造从家庭到社区全域覆盖,普惠型、智慧化的全民运动健身场景。

不同于健身房的恒温和严格秩序,户外空间更具有自然舒展的气息,伴随着四季变换的绮丽风光,公园般的城市给予运动



飞盘高尔夫

中的人们以美的体验。这里有“窗含西岭千秋雪”,有“二十里中香不断,青羊宫到浣花溪”,更有世界最长绿道串联起一条翡翠项链……城市与公园的融合,促成了人与自然的相近相亲。在成都的运动地图上,绿色的运动空间星罗棋布,没有一个角落被运动所遗忘。

民幸福美好生活需求的同时,刺激消费以助推新经济发展,展现了在成都运动的无限可能。

轻运动也带来了更加多元丰富的城市社交方式。由于轻运动大多不存在激烈的身体对抗,具有性别友好、集体性强的基础特征,因而能够派生出较大的社交和情感价值,为都市人群提供交友渠道,比如飞盘爱好者们所建立起的俱乐部,定期“约跑”的跑步爱好者们,时常聚集在滑板公园里的滑板一族等。人们在运动中找到了自己,也联结着他人。健康的生活方式和共同的爱好,让城市中的社交变得更加多元和美好。

一个城市活力和幸福感的具象表现,正在于绿道上、河边湖上、公园里的奔跑、骑行、游泳的矫健身影,在于人们脸上满足和自信的笑容。轻运动,让我们看到了成都人不一样的风采,也看到了这座城市的未来。

成都日报锦观新闻记者 泽登旺姆

## 轻运动 展现成都的活力和幸福感

“世界创意经济之父”约翰·霍金斯曾高度评价成都“体育引领城市营造”的创新发展理念。轻运动改变城市人的生活,不仅在于它所倡导的健康生活理念,更在于它所引领的多元化社交方

式,以及为城市经济发展注入的新鲜活力。

近年来,以顶级赛事为契机,成都开始以体育、休闲生活为导向,促进产业的创新融合、消费转型升级和城市软实力的持续提升,实现以人为中心的城市核心功能再造。伴随着体育设施不断更新,体育产业拔节成长,成都已迈入国家体育消费试点城市第一方阵。

“成都体育消费新场景100+”为成都市民提供了百余个代表成都体育消费活力的场景点位,城市公园、美丽乡村、街道社区、商业中心、旅游景区、工厂文创、训练基地、户外营地8大体育消费场景的推出,以新技术、新模式、新业态为特色,在满足居



本版稿件未经授权严禁转载



## 轻运动

打开运动市场新空间

轻运动成为新兴健身方式,让全民运动时代加快到来;与此同时,运动鞋服市场规模呈现逐年上升的趋势,发展前景看好。

2021年,中国运动鞋服市场规模达3858亿元,而预计到2025年其市场规模将达到5989亿元。由于轻运动受众更广,增量人群以女性为主,运动场景更多元化。相比传统健身项目,轻运动更适合女性,消费主力多为都市白领、年轻妈妈、Z世代青年等。同时,健身APP、智能运动设备的流行促进了家庭健身市场的发展,全民健身热潮持续。

业内人士指出,运动装备也将根据轻运动的特点而发生一些变化,而且市场正在逐渐细分,其中瑜伽是增长速度比较快的类别。比如,运动鞋

采用了适合轻运动的新材料和新工艺,给人耳目一新的感觉,鞋底“轻弹缓震”,防滑耐磨,轻巧便捷,鞋面舒适包裹、透气排汗。工程网布或轻质纱架,既柔韧轻质,又给予鞋面一定的支撑力。与传统的运动鞋相比较,新型运动服饰颜值更高,而且轻薄舒适、版型优越,日常运动或者出去逛街都很有范儿。

轻运动已成为人们日常优质生活的一部分,品牌也深谙其道,并以市场细分来满足人群精准需求。按照商业分析专家的看法,运动服饰产品的生产和销售不能仅仅盯着产品的功能,还要输出能够被直观感知的一种生活方式:“服饰回归功能性的前提下,颜值经济依然是有效的敲门砖。”

## 轻运动

现代都市人的生活态度

市场调查公司GWI发布的《全球运动健身经济报告》称,尽管最近几年全球运动市场规模处于下降趋势,但诸如瑜伽、普拉提、芭蕾等轻运动的渗透率却从2018年的3.78%提升至2020年的5.25%。

对现代人而言,快节奏的工作生活让他们难以抽出一段完整的时间去从事长时间的健身运动,而身心健康又不容忽视,因此简单便利的轻运动成了越来越多人的不二之选。

顾名思义,轻运动重点在一个“轻”字,随心所欲、惬意舒适的感觉是贯穿轻运动的基调。一般而言,传统运动太累或太耗时间,且往往需要在专门的场地上进行,而轻运动的特点恰恰是负荷小、强度小、能耗低、简单易行的运动方式集合,包括步行、慢跑、瑜伽、普拉提、跳舞、骑行、滑板、飞镖、飞盘等中低强度的项目。

轻运动的随机性更强,也正好迎合了当下年轻人“三心二意”的兴趣取向——上午想玩飞盘,下午又去玩滑板,晚上被朋友约去跳舞,心血来潮随心而动,人们在满足兴趣爱好的同时也能够完成运动,快乐和健康一举两得。

同时,轻运动更具有便利性,它对空间设施的要求较低,人们在街角、公园、滨江大道等多种空间场景下,都能够进行骑行、滑板、跑步等充满活力且轻松自在的低负荷运动,为快节奏的都市生活短暂减负。

成都体育学院附属体育医院副院长王强表示,轻运动对身体的损耗较小,对呼吸系统的压力也较小,根据个人自身的条件选择适合自己的运动项目和运动强度,可以十分契合地将轻运动融入日常生活中。

轻运动既是一种体育活动,也是一种生活态度。