

8月全民健身月

西宁市体育赛事活动精彩纷呈

根据《中华人民共和国体育法》《青海省全民健身条例》规定，每年8月8日为全民健身日，每年8月为青海省全民健身月。从即日起，我市将集中一个月时间，组织开展一系列贴近百姓、丰富多彩的体育赛事活动，引领群众积极参与全民健身，不断提升健康水平，为聚力建设现代美丽幸福大西宁贡献体育力量。

一、体育活动展演

序号	时间	活动名称	项目安排及主办单位	地点
1	9:00-11:00	红色主题专场	健身操舞、健身舞龙、柔力球、鞭陀、空竹、健身瑜伽	青海体育中心
2	8月5日 18:30-20:00	银龄红心专场	健身气功(八段锦、易筋经、太极养生杖、导引养生功十二法等九套功法)、广场舞	
3	8月6日至8月22日(每周六、周日)	市州专场	海南州、黄南州、海东市、海北州、海西州、玉树州、西宁市	
4	9:00-11:00	青春活力专场	健身健美、街舞(breaking jazz、hiphop)、体育舞蹈、轮滑、滑板	
5	8月21日 18:30-20:00	民族传统专场	武术(刀枪剑棍)、跆拳道、太极拳(拳、剑、扇展演)	
6	9:00-11:00	职工专场	省直单位广播体操决赛	
7	8月26日 18:30-20:00	千人广场舞、少儿花式篮球、足球展演		

三、免费开放场馆(8月8日当天)

场馆名称	地址	开放时间	开放项目
西宁市体育场馆管理服务中心	西宁市城中区长江路114号	羽毛球馆:07:00-18:00 中心篮球广场一、二、三号场:07:00-22:00 体育场:06:00-22:00 共享健身房:09:00-21:00	健身、篮球、羽毛球、足球、乒乓球
青海体育中心	西宁市城西区五四西路88号	健身场地:09:00-22:00 游泳馆:09:00-11:30 13:00-15:30 16:30-21:30	游泳、乒乓球、室外篮球、笼式足球、台球、健身
西宁市市民中心冰球馆	西宁市市民中心B馆	10:00-12:00	滑冰
西宁市体育公园	西宁市城北区海湖大道景岳公寓对面	8:00-18:00	乒乓球、台球、篮球
西宁市湟中区全民健身中心	湟中区鲁沙尔镇莲湖社区和平路260号	5:30-10:30 17:30-22:30	足球、篮球、乒乓球
西宁市湟中区全民健身中心综合训练馆	湟中区鲁沙尔镇莲湖社区和平路260号	5:30-10:30 17:30-22:30	篮球、排球、羽毛球
大通县体育场	大通县桥头镇解放南路97号	6:00-22:00	田径、足球、篮球、乒乓球
湟源县体育场	湟源县西大街39号	6:00-21:00	足球、篮球、乒乓球、羽毛球
瑞景河畔家园全民健身中心	西宁市城北区宁大路293号	06:00-22:00	游泳、羽毛球、乒乓球、健身
西宁市小桥工人文化宫	西宁市城北区小桥大街30号	09:00-21:00	乒乓球、台球
青海力刻健身服务有限公司	西宁市城东区昆仑中路3号凯旋广场负一楼	10:00-22:00	健身、乒乓球、瑜伽、舞蹈、动感单车、游泳
西宁鼎航游泳健身有限公司	西宁市东大街39号1号楼601室	09:00-21:00	健身
思迈健身休闲活动室	青海省西宁市城中区市民中心B馆北2号门	10:00-22:00	健身
喀哇水世界中心	西宁市城中区长江路122号	09:00-21:30	健身
柒狄森林健身俱乐部	城西区西关大街37号博纳广场	09:00-21:30	健身
奔跑篮球训练基地	西宁市城西区建研巷	09:30-18:30	篮球、羽毛球、乒乓球
青海燃豹健身健康管理有限公司	西宁市城西区五四西路72号北城七区商业广场五号门地上一层	09:00-21:00	健身、游泳、健身操
青海青邦健康管理有限公司	西宁市城西区五四大街41号8号楼B1层	09:00-21:00	健身、游泳、动感单车、健身操
青海韵邦健康管理咨询集团有限公司	西宁市城西区同仁路43号1、2号楼43-29号	09:00-21:00	健身、动感单车、健身操
昆仑英雄K游泳健身会所	1.西宁市城西区西川南路53号(维也纳森林北门) 2.西宁市城西区交通巷北口胜利路81号巴蜀大将火锅负一楼 3.西宁市城北区万佳家博园希尔顿酒店负一楼	10:00-21:00	游泳、健身、动感单车
青海瀚力星体育运营管理有限公司	西宁市城北区西海路59号中海河山郡营销中心二楼	09:00-21:00	游泳、健身
西宁昌茂全健体育嘉年华	西宁市城北区生物园区经二路50号	09:00-18:00	排球、篮球、足球、羽毛球、乒乓球
美卡天铃文化体育中心	西宁市城北区经一路9号	09:00-23:00	篮球
青海耀邦健康管理有限公司	西宁市城北区宁张路68号84号楼北川万达广场2F-A	09:00-21:00	健身、动感单车、健身操
科悦懂体育	西宁市城北区经二路	09:00-21:00	足球、篮球
湟源城关北纬三十六度搏击健身俱乐部	西宁市湟源县城关镇建设东路56号西侧4层	09:30-21:30	健身、瑜伽、动感单车、健身操
钢城健身中心	西钢盛世华城H区健身中心	09:00-21:30	篮球、羽毛球、健身、健身操、搏击、乒乓球、动感单车
赛我减脂训练营	城东区乐家湾村B区12排9号院	09:00-21:00	健身、动感单车、健身操

二、体育赛事

序号	活动名称	举办单位	时间	地点
1	2023年西宁市大众跆拳道锦标赛	西宁市体育局	8月4日至6日	城北区全民健身中心体育馆
2	西宁市第三届国际标准舞(体育舞蹈)公开赛		8月5日至6日	青海体育中心
3	跃动夏都·西宁市第一届全民健身运动会象棋三季度赛		8月5日至6日	西宁温泉假日酒店
4	青海省“全民健身月”系列活动启动仪式		8月8日	西门体育场
5	西宁市第二届社区运动会		8月中旬	西门体育场
6	“西宁杯”西北五省羽毛球邀请赛		8月19日至20日	青海体育中心
7	中国·西宁高原国际风筝邀请赛		8月24日至26日	湟源日月山
8	2023年“决战宁城”三人篮球赛(总决赛)		8月	青海体育中心
9	城东区青少年跆拳道比赛	城东区文体旅游科技局	8月	城东区文化馆
10	城东区青少年拉丁舞比赛			城东区万达广场
11	“奔跑吧·少年”城中区第三届自由式轮滑邀请赛	城中区文体旅游科技局	8月8日	中心广场
12	“奔跑吧·少年”2023年“泳动城中”游泳公开赛		8月下旬	城南博汇温泉
13	2023城西区荧光夜跑系列活动		8月5日	高原明珠(浦宁塔)
14	全民健身日启动仪式	城西区文体旅游科技局	8月8日	唐道·637下沉广场
15	2023年城西区民族传统射箭邀请赛		8月19日	城西民族射箭协会射箭场
16	西宁·城西半程马拉松赛		8月20日	青海体育中心
17	全民健身月启动仪式暨体育舞蹈大赛		8月中旬	城北区全民健身中心
18	城北区体育嘉年华(彩虹跑、全民健身展示及体验)	城北区文体旅游科技局	8月下旬	北川河湿地公园
19	城北区夕阳杯羽毛球比赛		8月下旬	西门门球场
20	青海(决战黄河)西宁首届中外拳王争霸赛		8月下旬	北川河湿地公园
21	青海湟中昆仑武术大赛	湟中区文体旅游局	8月8日	湟中区全民健身中心
22	欢乐彩色跑		8月中旬	莲花湖公园
23	全民健身日启动仪式暨大通县社区运动会开幕式	大通县文体旅游局	8月8日	大通县全民健身中心
24	大通县第二届职工运动会暨全民健身月系列活动		8月9日至11日	大通县全民健身中心
25	湟源县第一届全民健身运动会	湟源县文体旅游局	8月8日	湟源县体育场