2019年全国全民体能大赛规程总则

**一、活动主题**

推动全民科学健身，综合提升国民体能

**二、活动名称**

2019年全国全民体能大赛

**三、组织机构**

（一）主办单位

国家体育总局社会体育指导中心

举办地省（区、市）体育局

（二）承办单位

举办地省（区、市）体育局社体中心

举办地市区体育局

（三）运营单位

北京奥邦菲特科技有限公司

**四、比赛设置**

2019全国全民体能大赛包含等级达标赛、城市赛、总决赛。

(一)等级达标赛

各城市选定4个具备相应办赛条件的健身机构，每个健身机构全年举办6场等级达标赛，每场等级达标赛不少于150人参加。

等级达标赛以初级体能等级测试评定为比赛内容，设置了包括俯卧撑、杠铃标准硬拉、药球仰卧起坐、Bosu球单脚站立等竞赛项目，组委会将为达到标准的参赛选手，发放相应等级证书。

（二）城市赛

各城市选定符合办赛条件的场地，举办1场城市赛，参赛人数不少于360人。比赛限团队形式报名，团队报名要求每队包含3名队员（2男1女）。

城市赛以中级体能等级测试评定和团队赛为比赛内容：

中级体能等级测试评定内容，设置了包括引体向上、哑铃前平举、壶铃甩摆、风阻单车等竞赛项目，组委会将为达到标准的参赛选手，发放相应等级证书。

城市赛团队赛具体赛程赛制以竞赛规程为准，另行通知；

（三）总决赛

深圳市举办。具体举办时间、地点，以及赛程赛制以竞赛规程为准，另行通知。

1. **比赛时间**

2019全国全民体能大赛计划于8月至12月于杭州、北京、天津、重庆、成都、武汉市举办，年终总决赛于深圳举办，时间待定。

同时，欢迎其他有承办意向的城市及地区积极申办，共同推广全国全民体能大赛的举办，推动全民健身事业的发展。

**六、比赛报名**

（一）比赛当天年满18周岁的中国公民，无身体隐患和疾病，均可自愿报名。

（二）比赛实行网上报名。报名将于7月开启，报名须知和竞赛规程在官方微信公众号“全国全民体能大赛”公布，选手可根据需要查阅或下载使用，并根据要求进行报名。

**七、晋级及奖励办法**

（一）参赛选手可根据各级比赛成绩获得相应等级证书。

（二）等级达标赛不设奖金。每场等级达标赛男、女组别各前三名可免费报名城市赛。

（三）城市赛和总决赛均设立比赛奖项和奖金。具体办法另行通知。

**八、组织办法**

（一）体育主管部门动员广大运动爱好者参加全国全民体能大赛各级比赛，并做好报名工作。有条件的地区积极组织比赛。

（二）体育主管部门积极利用自有渠道做好项目推广活动,利用传统媒体和新媒体广泛宣传活动情况,及时发布动态信息,营造良好氛围。并在健身房、工作室等健身机构内进行“全国全民体能大赛”宣传推广工作,如宣传海报、播放AV视频、微博微信推送等。

（三）体育主管部门按照各城市竞赛规程积极协助全国全民体能大赛的落地执行工作，包括协调办赛场地、安保、医疗等。

**九、联系方式**

联系人：郭晓夏（13126683747）

座 机： 010-67166271-8006

邮 箱：guoxiaoxia29@sina.com