

2025 年 I-FIT 职业健身教练专业大会

健身大赛竞赛规程

健身大赛分为个人赛和团体赛，个人赛设个人体能赛、健身案例和健身训练课程设计与展示三个项目；团体赛设团体体能竞赛与团体健身才艺赛两个项目。

个人体能赛

一、比赛内容

选手需按规定路线及顺序连续完成下列 4 项竞赛内容，以总时长进行排名，用时短者列前；选手需在 5 分钟内完成竞赛，5 分钟没有完成竞赛项目的选手不计竞赛成绩，标记为未完赛；考虑到性别差异，个人体能赛在项目设置和运动强度上已做相应区别，竞赛将不区分性别组。

竞赛设置出发线，裁判发令前参赛选手需在出发线之外准备。出发时抢跑的选手必须回到线外重新开始，其他选手正常比赛。

（一）沙袋过杆

1. 设置：起始端标志线、沙袋区、投掷区。男子：沙袋区放置 30kg 沙袋 2 个，距离起始端标志线 15 米处设置 1.7 米高横杆。女子：沙袋区放置 15kg 沙袋 2 个，距离起始端标志线 15 米处设置 1.5 米高横杆。距离横杆 3 米内区域为投掷区。

2. 要求：选手需将沙袋运送至投掷区（单次运送沙袋的数量不限），掷过横杆落地后，搬运回起始端（沙袋未落地情况下，

选手任一脚接触起始端沙袋区即视为运回起始端；沙袋落地情况下，任意部位接触沙袋区即视为运回起始端）视为一个循环。每一个沙袋需完成 3 个循环。

3. 犯规：

a. 运送过程中沙袋触地仅可在起始端沙袋区或投掷区（沙袋任意部位接触沙袋区或投掷区即视为在沙袋区或投掷区），运送沙袋至投掷区过程中出现触地的，需自行将触地的沙袋运回起始端沙袋区（沙袋未落地情况下，选手任一脚接触起始端沙袋区即视为运回起始端；沙袋落地情况下，沙袋任意部位接触沙袋区即视为运回起始端），重新运送。运送沙袋至起始端过程中出现触地的，需自行将触地的沙袋运回投掷区（沙袋未落地情况下，选手任一脚接触投掷区即视为运回投掷区；沙袋落地情况下，沙袋任意部位接触投掷区即视为运回投掷区），重新运送。

b. 选手抛掷沙袋过程中，若将横杆碰落地面，需自行将横杆复位，重新抛掷。

c. 比赛过程中，若横杆落地或杆架倒地，选手需自行将横杆及杆架复位（横杆掉落后的复位需在下次投掷前完成）。

d. 禁止踩踏沙袋。

（二）折返跑

1. 设置：标志线（起始端和完成端）、标志台、标志盘。距离起始端标志线 15 米（女子 12 米）处，设置完成端标志线，起始端设置标志台，每间隔 3 米（女子 2.4 米）设置 1 个标志盘，共设置标志盘 5 个，按从起始端到完成端的顺序编号为 1→2→3

→4→5 号。

2. 要求：选手单脚或双脚从起跑区出发，拿起 1 号标志盘放置在起始端标志台上，折返拿起 2 号标志盘放置在起始端标志台上，折返拿起 3 号标志盘放置在起始端标志台上，折返拿起 4 号标志盘放置在起始端标志台上，折返拿起 5 号标志盘放置在起始端标志台上，视为完成本项目。

3. 犯规：

a. 选手未按要求单脚或双脚踏入起跑区出发，需复位所有标志盘后返回本项目起点重新开始比赛。

b. 选手未按照规定顺序拿起标志盘的，需将拿错的标志盘复位后，拿起规定顺序的标志盘继续比赛；

c. 标志盘拿起后未按规定放置在标志台上的，需将标志盘放置在标志台上后继续竞赛。

d. 折返跑过程中，未拿到下一个标志盘前，标志台上的标志盘掉落，需立即返回将标志盘放在标志台上后继续比赛，如拿到下一个标志盘后，标志台上的标志盘掉落则继续比赛，回到标志台处时，将此处标志盘全部放在标志台上即可。

（三）半球跨越

1. 设置：在正方形的四个角摆放四个半球（球面朝上），半球的球心压在直角的顶点位置；男子：正方形的边长为 1.5 米；女子：正方形的边长为 1.2 米。

2. 要求：选手出发后，先上 1 号球，取走 1 号球周边的 3 个标志盘；跳跃或跨步至 2 号球，放置 1 个标志盘至指定位置；同

样按顺序跳跃或跨步至 3、4 号球，分别放置 1 个标志盘至指定位置后，跳跃或跨步至 1 号球；再次跳跃或跨步至 2 号球，取走标志盘；同样按顺序取走 3、4 号球边的标志盘，跳跃或跨步至 1 号球，将 3 个标志盘放到指定位置。

3. 犯规：

a. 选手在比赛过程中身体任何部位均不能接触地面，如接触，需复位所有标志盘后返回本项目起点重新开始比赛。

b. 选手在比赛过程中除脚接触半球球体，其他任何部位以及标志盘均不能接触球体，如接触，需复位所有标志盘后返回本项目起点重新开始比赛。

c. 选手未按照规定路线进行比赛的，需复位所有器材并返回起始点重新开始。

d. 标志盘未放到指定位置，需复位所有标志盘后，返回本项目起始点重新开始。标志盘任意部分压到指定区域即视为放到指定位置。

（四）健身球带球爬行

1. 设置：起始端设置标志线，起始端标志线后放置健身球；完成端设置终点计时器，距离起始端距离：男子 12 米，女子 10 米。

2. 要求：选手双手支撑于地面，下肢在健身球上带球爬行，以身体触发完成端计时器视为完成本项目。出发前双手支撑于地面，下肢放于健身球上，选手双手及健身球需在起始端标志线后方可开始带球爬行；带球爬行过程中，要求健身球在地面滚动、

不得拖拽，健身球不允许离地，且需采用双手交替爬行的方式。

3. 犯规：

a. 选手身体触发完成端计时器前，健身球离地或出现拖拽，需返回起始端标志线后重新开始本项比赛；

b. 选手未采用交替爬行的方式，需返回起始端标志线后重新开始本项比赛；

c. 选手身体触发完成端计时器前，除双手以外的任何部位接触地面视为犯规，需返回起始端标志线后重新开始本项比赛。

选手身体触发完成端计时器，同时视为该选手个人体能竞赛完赛。

二、奖项及奖励

设一、二、三等奖和优胜奖。具体如下。

一等奖（第 1 名），奖金 5000 元，获得奖牌及大会证书；

二等奖（第 2 名），奖金 3000 元，获得奖牌及大会证书；

三等奖（第 3 名），奖金 2000 元，获得奖牌及大会证书；

优胜奖（第 4-12 名）选手，获得大会证书。

注：奖金数额为税前数额，大会组委会为获奖个人代扣个人所得税后发放。

健身案例赛

选手（不限制是否在参加其他比赛的选手中）参加预选赛，录制案例讲解视频，并于9月8日前上传至指定平台（<https://ifit.bjggty.com>）。由组委会统一组织评审，选拔12名选手晋级现场总决赛，晋级名单于9月12日前反馈给选手。

一、比赛内容

参赛选手选取本人指导客户健身的1个真实案例进行分享演讲，配合视频或图片等素材，根据体适能理论和训练原则，展示客户的健康体适能测试与评估，客户运动计划的制订、实施与调整，客户运动健身前后健康与体适能状况对比等内容。

二、比赛要求

（一）基本要求

要求参赛选手整理客户资料形成完整案例（不得体现客户真实姓名），包含：客户基本信息（基本资料、医学检查、生活方式等）、客户目标需求（形体改善、体能提升、损伤防护）、客户的健康体适能测试与评估情况、客户运动计划的制定（频率、强度、时间、类型）、客户运动计划的实施（器械选择、动作选择等）与调整、客户运动健身前后健康与体适能状况对比（照片、视频、数据等）。

（二）案例要求

1. 客户训练时间不低于半年或训练次数不少于 50 次；
2. 案例类型仅限形体改善、体能提升、损伤防护三大方面；
3. 选手需签署案例真实性承诺书（附件）。

（三）晋级要求

组委会将组织专家对初赛选手提交的案例视频进行评分，形体改善、体能提升、损伤防护三个类型中各前四名选手晋级，并予以公示。公示期内，如有异议，可联系组委会。

注. 案例评分设晋级达标分，如前四名选手中有低于达标分者，则从其他类型中进行调剂。

（四）比赛方式

1. 选手提前准备好符合要求的客户案例；
2. 需将案例制作为 PPT 呈现；
3. 选手结合准备好的案例进行讲解。

预选赛要求：选手录制配合案例 PPT 进行讲解的参赛视频，时长 15 分钟以内。视频格式为 mp4，视频大小 500Mb 以内，录制方式采用横屏录制。视频于 9 月 8 日前上传至 <https://ifit.bjggty.com>。

现场总决赛要求：进入总决赛的 12 名选手需在 9 月 19 日前将案例 ppt、案例真实性承诺书扫描件发送至邮箱 tyhyjnds@163.com。

注. 现场总决赛按照案例类型，分为三个组，赛前抽签确定组别上场顺序。每组内四名选手逐一进行案例讲解，每人 10 分

钟。四名选手讲解完毕后，评分嘉宾将对选手进行现场提问，每名选手回答时间不超过 4 分钟。

三、评分要点

评分内容	评分要点	
初始基本信息 评估：20%	分析健康状况、分析生活方式、分析体质测试等	
运动计划设计： 60%	阶段测试评估	客户的需求、体型、运动能力等
	阶段训练计划	目的、频率、时间、强度、类型、注意事项等
综合素质：20%	形象、表达、内容完整性等	

四、成绩排名

选手总成绩为三项评分内容的总和，得分高者列前。若选手总成绩相同，运动计划设计得分高者列前；若运动计划设计得分也相同，初始基本信息评估得分高者列前。

五、奖项及奖励

设一、二、三等奖，优胜奖。具体如下。

- 一等奖（第 1 名），奖金 5000 元，获得奖牌及大会证书；
- 二等奖（第 2、3 名），奖金 3000 元，获得奖牌及大会证书；
- 三等奖（第 4-6 名），奖金 1000 元，获得奖牌及大会证书；
- 优胜奖（第 7-12 名），获得大会证书。

注：奖金数额为税前数额，大会组委会为获奖个人代扣个人所得税后发放。

六、主办方有权将案例用于旨在促进健身运动发展和健身教练工作的各项宣传活动。

健身训练课程设计与展示

选手（不限制是否在参加其他比赛的选手中）参加预选赛，录制课程展示视频，并于 9 月 8 日前上传至指定平台（<https://ifit.bjggty.com>）。由组委会统一组织评审，选拔 12 名选手晋级现场总决赛，晋级名单于 9 月 12 日前反馈给各选手。

一、比赛时间：每人 10 分钟（含器械准备时间）。

二、比赛要求：

（一）基本要求

1. 参赛选手从动作库中选取 4 个动作（准备部分 1 个动作、主体部分 2 个动作、结束部分 1 个动作）结合其他自选动作（自选动作可不从动作库选择）进行课程设计创编及展示；

2. 遵循安全性、有效性、趣味性等训练原则；

3. 教学包括准备部分、主体部分、结束部分三个部分，课程方向须结合选取动作；

（二）晋级要求

组委会将组织专家对初赛选手提交的参赛视频进行评分，选拔出前 12 名选手晋级，并予以公示。公示期内，如有异议，可联系组委会。

三、决赛要求

1. 展示需有模特模拟学员配合。预选赛模特由选手自行安排，进入决赛的 12 名选手由系统随机分为 6 组，每组 2 名选手交替担任教练与模特角色，评委仅为担任教练的选手进行评分；

2. 进入决赛选手如需背景音乐请自备并于 9 月 19 日前提交组委会；

3. 决赛现场组委会提供常规小器械，其他器械、装备等参赛选手可自备。

4. 决赛现场设置倒计时，计时结束选手须立即停止展示（超时部分不予评分）。

四、评分要点

裁判针对课程整体呈现从以下五个方面进行评分。

评分内容	评分要点
职业形象：6%	着装、形体、教态
动作教学：48%	动作示范、动作讲解、动作熟练
课程编排：12%	课程完整、动作编排
教学组织：12%	场地布置、课堂组织
教学指导：16%	教学技巧、错误纠正、保护帮助
创新度：6%	动作创新、组织形式创新、运动情景创新

五、成绩排名

总成绩为六项评分内容的总和，得分高者列前。若总成绩相同，动作教学得分高者列前；若动作教学得分也相同，教学组织得分高者列前；若教学组织得分也相同，教学指导得分高者列前；若教学指导得分也相同，课程编排得分高者列前，若课程编排得分也相同，创新度得分高者列前。

六、动作库

模块	动作
准备部分	仰卧手脚下放、臀桥、俯卧YTW、迷你带站姿单腿蚌式开合、迷你带纵向走、迷你带横向走、五点跳房子、五点M形跳、五点8字跳、跪撑胸椎旋转、弓步髋外展、新月式拉伸、熊爬、斜方肌（泡沫轴）、阔筋膜张肌（泡沫轴）、股四头肌（泡沫轴）、腓绳肌（泡沫轴）、腓肠肌（泡沫轴）、行进间抱膝提踵走、行进间屈膝提踵、行进间弓步俯身转体、行进间手足爬行
主体部分	仰卧卷腹转体、俯卧挺身、俯卧撑、跳箱臂屈伸、非弹力实心球高脚杯下蹲、弓步蹲、侧弓步、前剪蹲、后剪蹲、非弹力实心球火箭推、跳箱落地成运动姿、面对跳箱成俯撑、单腿踏跳箱蹬跳、非弹力实心球过顶下砸、双人配合移动抓球、双人配合交替扶木棒、双人配合抓木棒、听口令俯撑成登山者姿势起跑、后踢腿跑、垫步跳、侧向跨栏步、侧滑一步触地折返、5-10-5折返跑、T形跑、V形冲刺跑、采蘑菇、交替抓网球、小金刚跳箱、前滚翻、侧滚翻、单脚支撑手触碰标志桶、前后一字步站立左右沙铃交替、半球双手支撑干扰、杠铃直膝硬拉、杠铃直立推举、杠铃俯身划船、弹力带俯身划船、弹力带俯身反飞鸟、半球俯卧挺身、壶铃摆动
结束部分	小腿三头肌拉伸、臀大肌拉伸、颈伸肌拉伸、颈屈肌拉伸、髂腰肌拉伸、股四头肌拉伸、内收肌拉伸、腹直肌拉伸

七、现场提供器械清单

名称	技术规格	数量
壶铃	8kg	2个
哑铃	5kg	4对
杠铃	10kg	2根
弹力带	15磅	2条
瑜伽垫	标准	2张
泡沫轴	90cm	2根
平衡软踏	47cm*40cm*6cm	2块
标志盘	直径20cm，高6cm	12个
标志桶	高50cm	4个
健身球	直径65cm	2个
半球	标准	2个
非弹力实心球	1kg	2个
软跳箱	3号箱(高45cm)、4号箱(高30cm)	各1个
迷你带	1套(10、15、20、30磅各一个)	1套
网球	标准	4个
数字盘	1套(混色1-10号)	1套
篮球	5号球	2个
训练长棍、短棍	1.5m(可拼接)	2个

八、奖项及奖励

设一、二、三等奖，优胜奖。具体如下。

一等奖（第 1 名），奖金 5000 元，获得奖牌及大会证书；

二等奖（第 2、3 名），奖金 3000 元，获得奖牌及大会证书；

三等奖（第 4-6 名），奖金 1000 元，获得奖牌及大会证书；

优胜奖（第 7-12 名），获得大会证书。

注：奖金数额为税前数额，大会组委会为获奖个人代扣个人所得税后发放。

九、主办方有权将课程内容用于旨在促进健身运动发展和健身教练工作的各项宣传活动。

团体体能竞赛

各参赛队选派 4 名参赛选手参加，至少包括 1 名女选手。按照规定路线及顺序连续完成下列三项竞赛内容，完成一项方可进行下一项（前一项全部完成之前，不可接触下一项的器械），以总时长进行排名，用时短者列前。竞赛团队需在 5 分钟内完成竞赛，未在规定时间内完成竞赛项目的团队标记为未完赛。

竞赛设置出发线，裁判发令之前参赛选手需在出发线之外准备。出发时抢跑的选手须回到线外重新开始，其他选手正常比赛。

一、比赛内容

（一）沙袋过杆

1. 设置：起始端标志线、沙袋区、投掷区。沙袋区放置沙袋（30kg 沙袋 2 个，15kg 沙袋 2 个），距离起始端标志线 15 米处设置横杆 1.7 米高横杆，距离横杆 3 米内区域设为投掷区。

2. 要求：选手（女选手必须参加）采用接力的方式，完成沙袋投掷过杆的竞赛内容。参赛选手每轮需将 2 个沙袋运送至投掷区，将沙袋掷过横杆，沙袋落地后将沙袋搬运回起始端沙袋区（运回的沙袋任意部位接触起始端沙袋区即可视为运回起始端沙袋区）。接力时需前位选手将沙袋运回沙袋区，后位选手方可出发。30kg 沙袋完成 3 轮投掷，15kg 沙袋完成 1 轮投掷，视为该项完赛。

3. 犯规：

a. 运送过程中沙袋触地仅可在起始端沙袋区或投掷区（沙袋任意部位接触沙袋区或投掷区即视为在沙袋区或投掷区），运送沙袋至投掷区过程中出现触地的，需自行将触地的沙袋运回起始端沙袋区（沙袋未落地情况下，选手任一脚接触起始端沙袋区即视为运回起始端；沙袋落地情况下，沙袋任意部位接触沙袋区即视为运回起始端），重新运送。运送沙袋至起始端过程中出现触地的，需自行将触地的沙袋运回投掷区（沙袋未落地情况下，选手任一脚接触投掷区即视为运回投掷区；沙袋落地情况下，沙袋任意部位接触投掷区即视为运回投掷区），重新运送。

b. 选手抛掷沙袋过程中，若将横杆碰落地面，需自行将横杆复位，重新抛掷。

c. 比赛过程中，若横杆落地或杆架倒地，选手需自行将横杆及杆架复位（横杆掉落后的复位需在下次投掷前完成）。

d. 禁止踩踏沙袋。

（二）轮胎翻运

1. 设置：起始端设置起始端标志线，折返端设置折返端标志线，距离 15 米，在起始端放置轮胎 1 个，轮胎重量：120 千克。

2. 要求：参赛队伍需完成 4 次轮胎翻运，将轮胎由起始端翻运至折返端，计为 1 次，再由折返端翻运至起始端，也计为 1 次。从起始端至折返端或者由折返端至起始端的过程中，只有 1 人在翻运轮胎。竞赛中可以 1 人翻运往返多次，也可以交替换人翻运，

但换人只可以在起始端和折返端进行。翻运过程中轮胎落地即可进行下次翻运，轮胎的外侧边缘超过或压到起始端标志线或者折返端标志线即视为完成一次。

3. 犯规：

a. 换人交接点在起始端或者折返端线内，需继续翻运至轮胎的外侧边缘超过或压到起始端线或者折返端线进行交接。

b. 拖运或搬运视为犯规，需返回起始端或者折返端重新开始本次翻运。因犯规需返回起始端或折返端时不限制运送形式。

c. 翻运过程中，轮胎不得直立滚动，如直立滚动，则需返回起始端或者折返端重新开始本次翻运。因犯规需返回起始端或折返端时不限制运送形式。

d. 在起始端和折返端之间，参赛队员无力完成或者由于受伤中断，其他队员需协助将轮胎运至起始端或者折返端继续竞赛，本次翻运不计次。

（三）俯身叠加爬行

1. 设置：起始端标志线和终点计时器，距离 10 米。

2. 要求：4 人俯身叠加支撑爬行。

4 人俯身叠加支撑爬行：前三名选手双臂支撑于地面，末位选手双手双脚着地。前一位选手将双脚放置于后一位选手的身体之上。4 人保持一体且队列呈一直线前进。出发前要求第一名选手的双手及后三名选手的身体在起始端标志线之后，不能压线或

超过标志线；选手身体触发完成端计时器，视为完成本项目。

3. 犯规：

a. 支撑爬行开始前，第一名选手的双手或后三名选手的身体压到或超过出发线的，需退到出发线后方可开始爬行。

b. 支撑爬行开始，选手身体触发完成端计时器前，前3名选手除双手外身体其它任何部位着地，末位选手除手脚外身体其它部位着地，均视为犯规，需返回起始端标志线后重新叠加。

选手身体触发完成端计时器，同时视为该参赛队团体体能竞赛完赛。

二、奖项及奖励

设一、二、三等奖，优胜奖。具体如下。

一等奖（第1名），奖金7000元，获得奖牌及大会证书；

二等奖（第2名），奖金4000元，获得奖牌及大会证书；

三等奖（第3名），奖金3000元，获得奖牌及大会证书；

优胜奖（第4-12名），获得大会证书。

注：奖金数额为税前数额，大会组委会为获奖个人代扣个人所得税后发放。

团体健身才艺赛

团体健身才艺赛属各省代表队自愿报名项目,通过突出“健、力、美”的运动主题,展示各代表队的专业技能技巧和良好的精神面貌。

一、比赛内容及要求

各省最多可报名两支参赛队伍,参赛各队需 6-8 人,队中至少一名异性队员,比赛时间为 2 分 30 秒(±10 秒)。

(一) 比赛可选内容

舞蹈类:健美操、有氧舞蹈、搏击操、踏板;

身心类:瑜伽、普拉提;

训练类:核心训练、小工具训练课。

大会统一提供瑜伽垫、杠铃、踏板。各参赛队需自备音乐,表演中如需轻器械或道具,可自行准备并做好安全检查。

(二) 比赛要求

要求突出运动主题,有一定情景设置,并在情景内增加技术技巧元素,通过肢体语言进行表演。

编排的套路需至少有 3-4 个技术技巧动作,且要求有三维空间的变化,包括地面、站立、空中等技术技巧动作,如地面动作——劈叉、俯卧撑等;站立动作——大踢腿、转体等;空中动作——各种跳步以及队员间的配合等。

二、评分要点

分值比例	评价内容
运动技能技巧 (50分)	专项技能动作的合理性与安全性； 专项技能动作的风格与特点； 专项技能动作的难度与完成水平； 成套动作的流畅性与熟练度。
编排及主题 (20分)	成套编排中肢体语言的丰富性及多样性； 成套动作的难度动作，空间与路线运用； 运动主题健康阳光，积极向上。
艺术表现力 (20分)	音乐风格与动作表现的一致性； 身体动作的表现力和感染力； 成套动作的艺术性和观赏性。
团队配合及形象 (10分)	团体配合不少于三次（托举、支撑、连接、互动等）； 发型、着装的恰当性； 全队体形体态和精神面貌； 思政元素与全民健身融合对接。

注. 专业裁判打分+各省代表队选派一名代表的大众评审打分。专业裁判评分占比 70%，大众评审评分占比 30%。

三、奖项及奖励

设一、二、三等奖。具体如下。

一等奖（第 1-3 名），奖金 2000 元，获得奖牌及大会证书；

二等奖（第 4-8 名），奖金 1000 元，获得奖牌及大会证书；

三等奖（第 9-16 名），奖金 800 元，获得奖牌及大会证书；

注：奖金数额为税前数额，大会组委会为获奖个人代扣个人所得税后发放。

问题和争议解决

与竞赛有关的问题或争议，应通过正当渠道并按程序反映和申诉，不得擅自传播、扩散未经核查证实的言论、信息，对竞赛期间出现的问题或争议按以下程序解决。

（一）竞赛项目内解决。参赛选手发现竞赛过程中存在问题或争议，应向裁判长反映。裁判长依据相关规定处理或组织比赛现场裁判员研究解决。最终处理意见应及时告知意见反映人，并填写《问题或争议处理记录表》。

（二）裁决委员会解决。对项目内处理结果有异议的，在参赛选手成绩最终公布前，各参赛队领队可向裁决委员会出具署名的书面反映材料并举证。裁决委员会在组委会协助下受理并开展调查工作。其中，经调查确认所反映情况属技术性问题或争议的，仍交由各竞赛项目内解决。属非技术性问题或争议，由裁决委员会作最终裁决，并填写《问题或争议处理记录表》备案。

裁决委员会和裁判员由体育总局职鉴指导中心选派。

竞赛规程解释权归主办单位。

附件

个人健身案例赛真实性承诺书

我自愿报名参加 2025 年 I-FIT 职业健身教练专业大会（以下称“专业大会”）健身案例赛，并自愿签署本承诺书。我本人已认真阅读、全面理解且对以下内容予以确认并承担相应的法律责任：

1. 我承诺提交的报名人员信息、健身案例内容真实有效。健身案例赛中所出现的案例为本人所指导客户或会员，且已完成 50 节训练课或持续跟本人训练半年以上。如果出现虚假信息的情况，本人同意承担因资料不实等所产生的包括但不限于取消参赛资格及比赛成绩等的全部后果。

2. 我承诺健身案例赛中所提交的材料信息，包括但不限于文字、图片、视频、案例相关数据（包括但不限于针对客户或会员进行的体测、评估、运动计划等）真实有效。

3. 我承诺健身案例赛中所提交的案例为真实案例。

4. 我承诺健身案例赛中所出现的案例客户或会员知情且同意授权本人使用包括但不限于文字、图片、视频、健身数据等信息材料。

参赛人签名：

2025 年 月 日