



第23届大连国际徒步大会金普新区分会场，吸引6万徒步爱好者行走在碧海蓝天间，感受“滨海度假天堂”的独特魅力。

景 每日 JING

『运动+』辽宁

主笔
朱才威

5月的辽宁，生机盎然，活力澎湃。

5月是运动健身的好时节。仅5月17日，在沈阳K11购物艺术中心大鹏广场，2025“我要走”全国徒步联动日主会场暨2025辽宁省首届CITY WALK健身大会火热举行，来自全国各地的5000余名徒步爱好者参与；在大连星海广场，第23届大连国际徒步大会启幕，共吸引了超过18万名来自国内外的徒步爱好者；在沈阳铁西体育馆，第二届沈阳铁西“厂BA”揭幕，42支企业代表队、500余名职工运动员参赛。

5月以来，全民健身潮涌动。辽沈大地，从“奔跑吧·少年”第2届大连杯青少年冰球邀请赛，到阜新第31届职工篮球赛等“三大球”赛事；从3.3万人参赛的第35届大连马拉松，到2025沈阳康平巴图鲁越野·阿尔虎山(北村)挑战赛；从营口鲅鱼圈马拉松，到辽宁省匹克球推广启动仪式暨丹东鸭绿江万人匹克球欢乐赛，我省全民健身赛事活动好戏连台、精彩纷呈。

至5月底，我省还将举办2025年中国公路自行车联赛暨中国自行车运动骑行大会湖系列·康平站比赛、辽宁省首届龙舟公开赛、沈阳市皇姑马拉松等一系列群众体育赛事活动……

全民健身，热火朝天。据省体育局统计，今年5月全省将举办近百场比赛在全省具有影响力的比赛，运动健身热潮正席卷辽沈大地。

作为体育大省，辽宁有山、有水、有海，四季分明，适合开展全类型全民健身活动。辽宁人

数说辽宁全民健身

近年来，辽宁省体育局深入贯彻落实全民健身国家战略，结合辽宁体育发展实际，精心培育形成了“攀登辽宁”“舞动辽宁”“奔跑辽宁”“徒步辽宁”“骑行辽宁”“追球辽宁”“寻迹辽宁”“起动辽宁”“扬帆辽宁”“冰雪辽宁”等“运动辽宁”十大全民健身品牌活动，以此为引领，逐步实现全民健身常态化、精品化、规模化发展。

当前，全省每年开展县区以上有规模的健身活动超3000场次，周周有活动、月月有赛事，贯穿全年、覆盖全省。据统计，目前我省经常参加体育锻炼的人数占比46.49%，国民体质测定总体合格率达到91.57%。这两个数字均超全国平均水平，在国内领跑。

今年，省体育局将投入5505万元，在全省配建700余套农民体育健身器材、60个笼式足球场、400张乒乓球台、6个体育公园、12个群众滑冰场等场地设施，持续加大全省公共体育场馆免费、低收费开放力度，解决群众“健身去哪儿”难题，不断满足人民群众健身需求。

让您燃动整个夏天

6月至8月，我省将举行一系列大型体育活动



- 活动名称：2025大连市第28届万人大太极拳展演
时间：6月
地点：大连
规模：10000人
- 活动名称：2025“村BA”球王争霸赛
时间：6月
地点：盘锦
规模：预计500人参与
- 活动名称：辽宁省第十届三块石登山活动
时间：6月
地点：抚顺
规模：3000人
- 活动名称：昌图县第二届摩托车文化节暨2025年摩托车场地竞技赛
时间：6月底
地点：铁岭
规模：500人
- 活动名称：“徒步辽宁”2025辽宁省徒步大会启动仪式暨铁岭市第十届徒步大会
时间：6月14日
地点：铁岭
规模：7000人



- 活动名称：中国自行车运动骑行大会分站赛
时间：7月
地点：沈阳
规模：3000人
- 活动名称：全国啦啦操联赛(沈阳站)
时间：7月
地点：沈阳
规模：2000人
- 活动名称：“跑遍辽宁·抚顺跑起来”抚顺市欢乐跑活动
时间：7月



- 活动名称：2025年辽宁省全民健身日系列活动
时间：8月
地点：沈阳
规模：3000人
- 活动名称：沈阳和平杯国际足球邀请赛
时间：8月
地点：沈阳
规模：4000人
- 活动名称：2025中国田径大众达标系列赛沈阳站
时间：8月



2025年辽宁省五女山登山大赛隆重举行，来自我省的3000余名登山爱好者参加了此次活动。



营口市第十二届武术节武术展演赛在营口明湖广场盛大举行，来自全市各地区的千余名武术爱好者齐聚一堂，以武会友、以赛传魂。



由鞍山市立山区总工会组织开展的2025年“中国梦 劳动美”职工登山比赛，有2000余名职工报名参加。



“沈鼓杯”2025铁西区第二届“厂BA”篮球赛开赛，参赛队伍由首届的32支增至42支。