# 全民健身倡议书

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2024-12-06

*第一篇：全民健身倡议书2024年8月8日是第三个全国“全民健身日”。为了在全段干部职工中广泛深入地开展全民健身，工会段、团委向全段职工发出倡议：一、倡导健身新风尚，树立健身新理念。牢固树立“体育生活化、健身经常化”的理念，强化“我锻炼、我...*

**第一篇：全民健身倡议书**

2024年8月8日是第三个全国“全民健身日”。为了在全段干部职工中广泛深入地开展全民健身，工会段、团委向全段职工发出倡议：

一、倡导健身新风尚，树立健身新理念。牢固树立“体育生活化、健身经常化”的理念，强化“我锻炼、我健康、我幸福”的意识，形成自觉锻炼、主动健身、追求健康的好风尚。

二、倡导健身经常化，养成健身好习惯。坚持长期锻炼、科学锻炼，选择适合自身特点和兴趣的健身项目，实现每天健身一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子。

三、倡导健身科学化，掌握健身好方法。树立科学的健身方法，学习科学的健身知识，制定科学的健身计划。按照“因人而宜、适时适度、循序渐进、持之以恒”的原则，有效地为自己的身体健康充电加油，提高身体素质。

让我们一起行动起来，从我做起，从身边做起，从现在做起，在运动中收获健康，在健康中享受快乐，在快乐中体验幸福人生。让我们积极参与全民健身，共建和谐牡电，唱响“全民健身”主旋律，为建设活、健康、和谐作出更大的贡献！

**第二篇：全民健身倡议书**

倡议书

全区广大市民朋友们：

运动改变生活，健康创造未来。为进一步形成“人人热爱体育、全民健身强体”的良好社会氛围，坚持“全民健身促健康，同心共筑中国梦”主题，提振精气神、弘扬正能量，向全区广大市民发出倡议：

一、树立健身理念，形成健身好风尚。健康的体质，是专心学习的需要，是干事创业的资本，是幸福生活的保障。倡导广大市民积极树立“健康第一、终身锻炼”和“体育生活化、健身经常化”的理念，给健身以时间和空间，把心动变为行动，把感受变成享受，人人参与健身活动，人人享受健康生活，形成自觉锻炼、主动健身、追求健康的好风尚。

二、坚持科学健身，掌握健身好方法。只有科学健身，才能强身健体，只有科学健身，方可全民健康。倡导广大市民制订科学健身计划，掌握科学健身方法，劳逸结合，循序渐进，提倡有氧、富氧和户外运动，提高身体素质，保持健康体魄，在运动中享受健身的乐趣。

三、坚持经常健身，养成健身好习惯。良好的健身习惯，是身体健康的银行，是人生宝贵的财富，是走向成功的阶梯。“每天健身一小时、健康工作五十年、幸福生活一辈子”已成为生活新时尚。倡导广大市民因人而异、适时适度、选择适合自身特点和兴趣爱好的健身项目，主动健身、自觉锻炼、坚持不懈，不断为自己的身体充电、积蓄能量。

四、做到文明健身，打造健身好环境。文明体现社会的进步，体现公民素质的全面提高。倡导广大市民进一步强化社会公共道德意识，培养积极、向上、阳光、健康的生活行为方式，主动保护健身场地环境，积极维护健身场地秩序，自觉爱护健身设施和器材，做到文明健身，在不影响他人的基础上尽情享受健身的快乐，让更多的市民共享基本公共体育服务和体育惠民成果，共同创造美好生活。

运动无止境，生命更精彩。让我们一起行动起来，唱响“全民健身促健康、同心共筑中国梦”的主旋律，在运动中收获健康，在健康中享受快乐，在快乐中体验人生。让我们以强健的体魄、乐观的心态、饱满的热情和进取的精神，为建设产业发达、环境优美、人民幸福的卧龙区贡献一份力量。

**第三篇：全民健身倡议书**

今天是我们国家设立的首个“全民健身日”，全民健身倡议书。“全民健身日”的设立，充分体现了党和国家对全民健身事业的高度重视和对人民群众身体健康的无限关怀。为此，特向全省人民发出如下倡议：

一、树立健身新理念。每天健身一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子。健康的体魄，是勤奋工作的基础，是幸福生活的保障。运动能使人健康、快乐、时尚。天天健身,天天快乐。请您积极参加体育锻炼。

二、养成健身好习惯，倡议书《全民健身倡议书》。生命在于运动，健康的体魄离不开持之以恒的体育锻炼。养成健身好习惯，使您在运动中获得好体魄，好生活。请您坚持体育锻炼。

三、掌握健身好方法。坚持因人而宜、适时适度、劳逸结合、循序渐进的锻炼方法，使您更好地强身健体，不断增强身体素质，提高生活质量。请您掌握锻炼好方法。

同志们！全民健身，你我同行。让我们一起行动起来，共同唱响“迎接亚运会，创造新生活”主旋律，积极参与全民健身，倡导科学、文明、健康生活方式，为实现人的全面发展、构建和谐广东做出贡献！

fanwen.chazidian.com【查字典范文网】

**第四篇：全民健身倡议书**

全民健身倡议书

各位领导，同志们、同学们、居民朋友们：

在这绿色葱葱，生机盎然的季节里，我们迎来了西岗区第十八届体育日盛会。全区干部群众将以争先的精神，拼搏的毅力，弘扬体育运动精神，展现西岗人民团结进取，文明向上的精神风貌，展现真抓实干，开拓创新，努力建设新西岗的昂扬斗志。

倡导健康的文化体育活动是促进人的健康发展的基本途径，是促进社会文明进步、民族兴旺发达的重要保证，是弘扬先进文化，提高城市文明程度和群众文明素质的重要手段。

多年来，西岗区委、区政府十分重视和鼓励全民健身活动的开展，从实践“三个代表”重要思想的高度，充分认识大力开展健身运动的重大意义，为广大干部群众创造良好的健身场所，营造健康的文化氛围，以健康的文化活动吸引了干部群众广泛参与，培育了城区文化底蕴，提高了干部群众投身新西岗建设的凝聚力和战斗力，促进了三个文明建设协调发展。值此体育盛会，西岗区精神文明建设指导委员会办公室向全区干部群众、中小学生发出倡议：要深入开展全民健身活动。树立健康的新理念，把组织、引导干部群众参加健康向上的文化体育活动，做为落实“三个代表”重要思想，弘扬先进文化的具体体现，通过全民健身活动，强健体魄，陶冶情操，营造文明、健康、安定、祥和的社会氛围，促进人的全面发展，促进人与人的和谐，人与自然的和谐，充分展示西岗人民精神振奋、团结进取、追求卓越的新风貌。要把全民健身活动蓬蓬勃勃、深入扎实地开展起来，充分发挥和利用辖区资源优势，全面开放各类体育场（馆）、中小学校操场、社区文化广场等活动阵地，从关心爱护干部职工的身心健康出发，组织开展形式新颖、生动活泼的文体活动，保持旺盛的精神状态；从关心爱护下一代健康成长出发，在中小学校中大力开展适合青少年特点的体育运动，为他们肩负未来打下坚实的基础；从关心、提高群众生活质量出发，组织、引导社区居民踊跃参加健康、文明、科学的健身活动，使追求健康成为西岗人民的新风尚。

让我们积极行动起来，从我做起，从现在做起，积极投入到全面健身运动中，以健康的体魄、饱满的热情、乐观的心态和进取的精神，热爱生活，创造生活，努力为大连市首批进入全国文明城市行列，为构建和谐西岗营造昂扬向上的氛围，做出更大的贡献！

西岗区精神文明建设指导委员会办公室

2024年5月13日

**第五篇：全民健身倡议书**

我锻炼、我健康、我幸福

全体教职工： 为增强广大教职员工的科学健身意识与身体素质，营造健康文明、生机勃勃的校园体育文化，倡导人人运动，科学健身，促进我校群众体育活动蓬勃发展，奈曼旗民族职专妇女小组向全体教职工发出倡议：

为缓解全体教职工一天的紧张工作压力，以健康的身体、向上的精神面貌走进课堂，妇女工作组组建了业余健身队，包括健美操、广场舞、安代舞三项内容。健身队倡导健身新风尚，树立健身新理念。牢固树立“体育生活化、健身经常化”的理念，强化“我锻炼、我健康、我幸福”的意识，形成自觉锻炼、主动健身、追求健康的好风尚。坚持长期锻炼、科学锻炼，实现每天健身一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子。

时间：每天课活

地点：操场

参加人员：全体教职工，男女不限、年龄不限

组织机构：

队长：马金艳

组员：于洋、索红艳、吴全喜、闫春福、孙国花、颜景宵 李艳红、闫晓娜、周俊杰、李海虹、宋志媛、于建伟、宋涛 同志们，让我们一起行动起来，从我做起，从身边做起，从现在做起，在运动中收获健康，在健康中享受快乐，在快乐中体验幸福人生。让我们积极参与全民健身，共建和谐职专，唱响“全民健身”主旋律，为建设健康、和谐校园作出更大的贡献！

奈曼旗民族职专妇女工作组

二0一四年三月二十五日

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！