

《热辣滚烫》热映，健身行业过年

“女拳击手”激增，部分健身房咨询量涨了63%

文/片 记者 李梦瑶 主余凤

“追星”追到拳击馆

“先学摆拳，注意不要让胳膊放下来。”2月19日晚，在济南致胜拳击俱乐部内，一节拳击私教课正在进行中。

健身房负责人杨先生表示，这位是来上体验课的，受贾玲电影的影响，也想学拳击。

连日来，以此为驱动的试课学员不在少数。“俱乐部从初六正式营业，但从初三开始，陆续有人打电话来咨询拳击课，目前已经有十余位来试课的了。”不仅如此，已入驻俱乐部的学员，年后出勤率也比往年同期高了许多。

在临沂元气健身·榨脂功能训练馆内，学员们正在伴着激昂的音乐挥汗如雨，认真地进行各种锻炼。刚刚加入的新成员刘先生兴奋地说：“看了电影后，我决定开始健身，让自己变得更加有型、有力量。”

“自从电影上映以来，我们这边客流量同比增长了25%，不少人都是因为受到了电影的启发，决定来这里锻炼身体。”元气健身·榨脂功能训练馆负责人张龙表示。

临沂迹步运动运营中心负责人庄伟东也向记者透露，由于门店是24小时营业，自从电影上映后，近7天前来咨询的人增长了63%。

打开某线上团购平台，记者注意到，除了专业的拳击俱乐部，多数健身馆也开设了拳击、搏击一类的课程。记者电话咨询多家健身馆，对方均表示近几日接到不少咨询拳击课的电话。

为了借势营销，有的健身馆打出广告，凭借电影票可兑换一节拳击私教课。

女学员火力“拳”开

在多数人的刻板印象里，拳击是一项小众运动，对抗性强，不适宜女性。过去，拳击馆里往往是男性会员占据主导地位。然而，随着电影《热辣滚烫》的热映，越来越多的女性加入拳击运动行列。

“太感人了，我要去学拳击。”刚刚看完电影的非菲，按捺不住观影后激动的心情，走出电影院就开始在美团上搜索附近的拳击馆。

《热辣滚烫》拿下春节档票房冠军，主演贾玲为角色减重100斤成为最大热点的同时，健身、减肥、拳击等话题热度也随之上升。

记者采访济南和临沂的多家拳击俱乐部和健身场馆发现，连日来，有关拳击课、健身卡的咨询量明显增加，部分健身房咨询量增长63%。另外，女学员纷纷涌向拳击课，且占比越来越高。



近日，在济南某健身馆，一名女学员在教练指导下练拳击。

像菲菲这样的观众并不是少数，不少拳馆已经感受到了影片带来的后劲儿。临沂门兴格斗学院的负责人邢先生表示，因为《热辣滚烫》的影响，最近来咨询拳击课的人很多，其中，女生能占到70%，社交平台上的团购体验课程也很受欢迎。

临沂辰瑞搏击俱乐部的负责人贾兆瑞告诉记者，电影上映后，来这里试课的人比年前增加了20%左右，其中多为“95后”和“00后”，女生占多数，“目前我们这边的成人学员中，近六成都是女性。”

“打拳击每小时可以消耗近800卡路里，是燃脂较快的运动之一，相比于器材训练更具趣味性。”临沂白领余女士说，她是在春节过后开始尝试拳击这项运动的，电影中的贾玲通过健身展现了自信和魅力，让她备受鼓舞。她

也想通过健身，展现出自己的美丽和活力。

致胜拳击俱乐部在济南开店已有四年了，目前有300多位会员。杨先生表示，目前店内有三分之一是女学员，且女学员占比越来越高。

“比普通运动有氧消耗大，且不枯燥，最重要的是减脂效果好，全身都能得到锻炼。”马先生解释，“对心肺功能以及身体的协调性、柔韧性、爆发力都有帮助；还能释放情绪压力，不少学员上完课后都表示有种意犹未尽的感觉。”

健身器材迎来销售热

随着健身热潮的持续升温，各类健身器材的销量也呈现出井喷态势。无论是传统的跑步机、哑铃，还是新兴的健身器械，都受到

了广大消费者的热烈欢迎。

临沂市民王先生在网上下单了一对哑铃，他告诉记者，观看完电影后，自己也萌生了健身的想法，但是他不想把钱花在健身房里，为了方便健身，就从网上购买了健身器材。

记者搜索各大电商平台发现，哑铃、室内自行车等健身器材销售火爆，其中，一款健身壶铃显示24小时内有超过3000人购买。客服人员表示，从电影《热辣滚烫》上映以来，健身器材销量也一路飙升。很多顾客都是受到电影的影响，来网上购买健身器材，希望在家中也能进行锻炼。

此外，一些创新型的健身器材也成为市场上的热门产品，例如智能健身镜、VR健身设备等。“由于它们结合了现代科技，能为用户带来更加丰富的健身体验，

所以也很受欢迎。”销售人员告诉记者，这些新型健身器材的出现，不仅满足了消费者多样化的需求，也为健身行业带来了新的发展机遇。

健身行业将进入旺季

2月19日晚7点半，济南沃凯特游泳健身馆里灯火通明，不管是游泳区还是器械区、跑步区，都有不少人在锻炼，乒乓乒乓的机械碰撞声此起彼伏。

“今天是我们开工的第三天，你看这么多健身器材上都有人，往后人会一天比一天多。”沃凯特游泳健身馆负责人马先生表示，能够感觉到大家今年的健身意愿比往年更强烈。

2月20日上午9点，位于临沂万象汇商场的一家健身房刚刚开门，等候在门外的运动爱好者便一拥而入，迫不及待地做起热身运动。“过年吃肉吃多了，胖了好几斤，抓紧锻炼恢复一下身材。为了方便健身，我在公司和家附近各办了一张健身卡。”李女士告诉记者。

记者电话咨询加线下探访了多家健身场馆，大家均表示，客流量增了不少。

“不光是线下健身的人多了，线上咨询的也不在少数，这两天我已经接到十来个咨询电话了。”济南一家健身房的前台客服表示。

“一方面是这个假期较长，每逢佳节胖三斤，大家想通过健身回归生活常态。另一方面，也与电影的心灵鸡汤刺激有一定关系。”济南动力100健身工作室负责人表示，“春节过后，健身行业将进入旺季，目前大多数是咨询，3月后，健身人数将会有一个大提升。”

致胜拳击俱乐部的杨先生表示，随着馆内学员的增加，场地已经不够用了，他们今年计划在高新区开一家分店。

根据Keep发布的《2023国民健身趋势趣读》，2023年规律健身人群平均每周健身2.47天，平均每天健身43.5分钟。“健身行业自去年来一直在慢慢恢复元气，受整体大环境影响，大家关注自己、投资自己的意识越来越强，今年会有一个较好的预期。”一家健身俱乐部的负责人告诉记者。

延伸阅读

练拳击要持之以恒，浅尝辄止不可取

记者发现，多数地方拳击只能上私教课，一节课60分钟左右，市场价格在200-300元之间。“这是技巧性减脂课程，需专业的拳击教练授课，价格比普通私教高。”济南动力100健身工作室负责人解释，“教练如果拿过奖或者专业度比较高，价格肯定会更高。”

有专业教练指出，如果学员一周确保3-4次上课，再搭配饮食，3-6个月就可看到效果。

全网都在争做“乐莹”，然而，多位拳击教练提醒，想要取得健身成效，“浅尝辄止”“三天打鱼两天晒网”的行为不可取，唯有持之以恒才能显露效果。

而且拳击是一项对体能和

技术要求较高的运动，普通爱好者在参与时应循序渐进，逐步提升体能和技术水平。过早进行实战对抗容易因技术不精或体能不足而受伤，因此不建议轻易尝试。

同时，大家在训练前应合理安排饮食，避免过量进食。

本报综合

编辑：魏银科 美编：刘燕 组版：侯波

潍县水果萝卜

微辣回甘 脆甜多汁
有机种植 吃得安心

1.25kg

¥19.9

原价¥29.9

2.5kg

¥29.9

原价¥39.9

齐鲁晚报·齐鲁壹点

服务电话

济南新闻视频事业中心：85196729
 汽车事业中心：85196533
 房产事业中心：85193871
 健康新闻事业中心：85193857
 教育新闻事业部：85196867
 财经新闻事业中心：85196318
 产经新闻事业中心：85196807
 风尚齐鲁事业部：85196380
 文旅新闻事业中心：85196137
 地方事业部：85196188
 招聘、分类广告部：85196199
 果然视频新闻中心：82625465
 大数据中心：85196418
 数字营销事业部：82625458
 新媒体产品营销中心：82625456
 战略合作事业中心：82625446
 音频事业部：85193623
 智库产品运营部：85196280
 品牌运营中心：82625474
 用户运营中心：85193700
 齐鲁志愿服务中心：851930412

十六里河 落实“门前五包”，擦亮文明底色

为进一步推进“门前五包”责任落实，提升沿街商户、辖区单位文明意识，近日，济南市市中区十六里河街道城管委联合社区城管工作站持续开展“门前五包”检查工作。通过“文明实践，志愿服务”等，带动沿街商户不断增强主人翁意识，主动承担责任。对门前有乱堆乱放、占道经营的商户进行耐心劝导，引导其自觉维护好责任区域内秩序规范、卫生洁净。

同时，结合城管进社区，针对群众反映的“门前五包”问题进行及时落实，引领居民群众积极参与到“门前五包”监督工作中来。（许婷婷）