

最新健身倡议书(优秀6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

健身倡议书篇一

近年来，随着人民生活水平的提高，广大群众对体育健身的需求日益增加，锻炼的热情十分高涨。

金坛各镇村广场、公园、市民广场、居民小区健身点均能看到群众健身的身影。但是，在全民健身活动广泛开展的过程中也出现了一些问题，如：群众健身场所选取不合适、健身时间不恰当或过长、健身音量过大、有些群众在中(高)考等特殊时间段锻炼，影响考生休息等情况，屡屡遭到群众的投诉。针对这一问题，金坛市文广体局发出倡议书，旨在更好地开展全民健身活动，努力构建和谐的全民健身氛围，主要提倡从以下三点做起：

一是社团加强自身锻炼站点的日常管理。在自身发展的同时要关注站点和锻炼者扰民现象。对锻炼场地的选取要合适。锻炼时间选择不影响大多数人工作休息的时间段。健身音乐音量适中。在如中(高)考等特殊的时间段采用缩短锻炼时间、改变锻炼时间段、转移锻炼地点和暂时停止锻炼等手段和方法来合理锻炼。

二是社团健身点坚持以公益性为主。适当收取的费用，应该账目明晰，专款专用，且要到相关主管部门备案，以备查。

三是社团健身点建立意见收集渠道。

健身站点负责人应充分倾听周围居民的意见和建议，对合理化的意见和建议要给予及时的答复，消除不必要的矛盾隐患。

健身倡议书篇二

生命在于运动，幸福源于健康。全民健身活动是促进人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。为了进一步增强广大教职工的全民健身意识，倡导积极、阳光、健康、向上的生活方式，缓解教职工工作压力，提高工作效率，增强职业幸福感，愉悦身心，远离亚健康，我们向全校广大教职工发出如下倡议：

一、倡导健康新理念，形成健身好风尚。有了健康的体质，才能幸福地生活；有了健康的体质，才能精心地育人；有了健康的体质，才能更好地工作。让我们唱响“全民健身”主旋律，倡导“关注健康，珍爱生命，善待身体，快乐工作”的观念，树立“每天健身一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子”的理念，强化“我锻炼、我健康、我幸福”的意识，在教育系统形成自觉锻炼、主动健身、追求健康的良好风尚。

二、选择锻炼新方式，培养健身好习惯。坚持“因人而宜、适时适度”的原则，选择适合自身特点和兴趣爱好的慢跑、快走、广播操、太极拳、健身操、篮球、乒乓球、羽毛球等健身活动。广大在职教职员工坚持每天1小时体育活动时间，做到工作、健体两不误；退休老教师要发挥健身示范作用，延年益寿夕阳美；女教职工要动员家人常健身，建好和谐小家庭。

20xx年3月篇二：健身倡议书

健身倡议书

尊敬的各位领导、各位来宾、以及热爱舞蹈的各位朋友们！
大家好！

很荣幸能够代表大家做这次健康倡议的发言人。生命在于运

动，幸福源于健康。健身活动是促进人民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。为进一步倡导全是市民树立积极、阳光、健康、向上的生活方式，愉悦身心，远离疾病，我们发起了这次公园舞蹈季活动。借这个机会，我作为代表向迁安的广大市民发起倡议：

一、倡导健康新理念，形成健身好风尚。有了健康的体质，才能幸福地生活；有了健康的体质，才能更好地工作。让我们唱响“全民健身”主旋律，倡导“关注健康，珍爱生命，善待身体，快乐生活”的观念，树立“每天健康一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的理念，强化“我锻炼、我健康、我幸福”的意识，自觉锻炼、主动健身、追求健康的良好风尚。

二、选择锻炼新方式，培养健身良好习惯。坚持“因人而异、适时适度”的原则，选择适合自身特点和兴趣爱好的健身活动。坚持养成每天1小时体育锻炼的习惯，做到工作健身两不误。

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

二〇一四年三月二十五日

健身倡议书篇三

尊敬的各位领导、各位来宾、以及热爱舞蹈的各位朋友们！
大家好！

很荣幸能够代表大家做这次健康倡议的发言人。生命在于运动，幸福源于健康。健身活动是促进人民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。为进一步倡导全是市民树立积极、阳光、健康、向上的生活方式，愉悦身心，远离疾病，我们发起了这次公园舞蹈季活动。借这个机会，我作为代表向迁安的广大市民发起倡议：

一、倡导健康新理念，形成健身好风尚。有了健康的体质，才能幸福地生活；有了健康的体质，才能更好地工作。让我们唱响“全民健身”主旋律，倡导“关注健康，珍爱生命，善待身体，快乐生活”的观念，树立“每天健康一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的理念，强化“我锻炼、我健康、我幸福”的意识，自觉锻炼、主动健身、追求健康的良好风尚。

二、选择锻炼新方式，培养健身良好习惯。坚持“因人而宜、适时适度”的原则，选择适合自身特点和兴趣爱好的健身活

动。坚持养成每天1小时体育锻炼的习惯，做到工作健身两不误。

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

二〇一四年三月二十五日篇三：参加全民健身运动的倡议书

关于参加全面健身运动的倡议书

集团公司广大团员青年：

美丽的家乡，美丽的五九，是我们激情创业，施展才华的富饶热土，这片热土需要我们点亮青春，燃烧激情，青春激情更需要我们有阳光般的朝气，为了响应集团公司开展全民健身运动的号召，提升生活质量，增强体质，集团公司团委特向广大团员青年发出如下倡议：

一、为了健康的体魄，为了美好的人生，让我们给健身以时间和空间，保持高昂的热情，告别不健康、不文明的生活习惯，培养健康的生活方式，热爱崇尚全民健身运动，以饱满的热情投入到全民健身运动中来。

二、按照集团公司“转变之年，学习之年、体质向上之年”总体要求，树立“健康第一”的理念，积极踊跃参加国标舞、太极拳大赛。

三、积极行动起来，养成自主锻炼的习惯，每天坚持户外运动一小时，走在阳光下，走向大自然；呼吸清新的空气，沐浴和煦的春光，踊跃参加各种丰富多彩的体育活动。

四、坚持参加体育锻炼，养成锻炼身体的良好习惯，提高自我保健能力和体质健康水平；在运动中领略体育的魅力，感受体育的美丽，体会运动的快乐。

开展全民健身运动是集团公司企业文化的重要内容，同时也是增强广大团员青年综合素质的重要举措，希望广大团员青年积极响应集团公司关于开展全民健身运动的号召，并以此为契机，积极的投身到各种体育运动中去，养成锻炼意识。

企业的发展需要力量，企业的繁荣需要力量！健康的体魄无疑是我们释放青春，奉献企业的不竭动力！让我们共同唱响“健康、和谐”的主旋律，投身到全民健身运动中来，牢固树立“健康第一”的运动理念，充分释放我们的热情与朝气，去感受体育的永恒和魅力，抓住生命的健康和活力！

健身倡议书篇四

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，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！

倡议人□xxx

时间□xxxx年xx月xx日

健身倡议书篇五

避开繁忙、喧哗和浮躁的工作生活节奏，逃离钢筋混凝土的生活环境，远离汽车尾气、空气雾霾的包围，或组队或结群奔向郊区野外、乡间或名胜风景区，投身于绿色大自然，沿途的青山绿水、麦浪稻波、莺飞蝶舞、野花幽香和风土人情等，令人忘却忧烦，心旷神怡。。。。。

宜都的骑行正在逐渐的深入我们的生活，成为宜都一道最靓丽的流动风景线。

骑行带给我们的不仅仅是个人体魄的康健，更重要的是大家一块骑行过程中结识来的快乐和友谊！宜都市自行车运动协会顺应潮流应运而生，以“放飞心情、享受生活、强身健体、广交朋友、保护环境、宣传宜都”为宗旨，把宣传宜都，宣传自行车运动，倡导低碳、绿色、环保，安全视为自己的责任。

最近连续发生了很多户外运动中因各种原因导致的安全事故，武汉冬泳队员失踪，跑酷队员坠下大桥，登山遭遇雪崩，骑车意外伤亡等等，在宜都，也时常见到未穿戴任何安全设施的爱好者骑行，特别夜骑。户外运动在享受美好的时候，更要重的是安全，安全才是对自己、对家人、对团队、对生命最好的尊重，安全才能回家。在此，宜都市自行车运动协会对广大的自行车骑行爱好者发出如下倡议：“文明骑车，安全出行”

一、文明骑车。

- 1、骑行者有必要学习《民法通则》、《道路交通安全法》、《侵权责任法》等法律法规关于侵权、赔偿、责任、过错的相关规定。
- 2、在野外或风景区骑行，注意环保，不乱扔垃圾，不损坏花草庄稼。
- 3、在外地，充分尊重当地风俗习惯，不寻衅滋事。
- 4、集体外骑，注重团队素质，尊重他人，守时听安排。不可意气用事，独立行事。

二、安全骑车

- 5、 骑行者必须了解户外骑行的风险。对患有高血压者、疝气患者、脑震荡后遗症患者、癫痫病患者、心脑血管病等突发疾病以及其他不适宜骑行的人要进行慎重自我评估。
- 6、 骑行者要办理人身意外伤害保险，外出要征得家人同意并明确告知去向及同行者或联系方式。尽量不独自远行。
- 7、 骑行必须穿戴安全头盔、手套、眼镜和备用手电等安全设施。骑行前充分检查车辆状况。
- 8、 在城市和交通要道上禁止越道行驶，禁止闯红灯，禁止逆行，禁止突然变速、尽可能少的急刹车，禁止互相追逐。
- 9、 骑行过程中要充分利用各种骑行手势，禁止聊天嬉笑、接打电话、埋头等车或追逐争先。
- 10、 正确掌握骑车技巧，保持车距，上下坡、侧道弯道注意力集中。注意节省体力，充分休息。

最后呼吁广大自行车爱好者，让我们时刻牢记“安全才能回家”，用我们“绿色、环保、低碳”的理念，用我们的安全文明行为，为我们的城市更加靓丽而努力。从现在做起，从我做起。

健身倡议书篇六

职工朋友们：

六十多年前，中华全国体育总会题词：“发展体育运动，增强人民体质”，把着眼点放在增强人民大众的体质上。20__年，国务院将全民健身上升为国家战略，把增强人民体质、提高健康水平作为体育的根本目标。近年来，户外运动持续升温，群众性广场活动悄然兴起，健身正在成为职工群众的爱好和需求。运动改变着人们的生活，为此，我们向全公司职

工发出倡议：

树立“我锻炼、我健康、我快乐”意识，倡导“每天健身一小时、健康工作每一天、幸福生活一辈子”理念，养成绿色出行、戒烟限酒、合理膳食好习惯。快走、登山、骑行……常给身体“充充电”，不拖延、不懈怠、常年坚持锻炼，实现“心胸开阔、处事乐观、善于休息、精力充沛、标准体重三不高”的身心健康梦想。

职工朋友们！生命在于运动，幸福源于健康。只有拥有健康的身体，才能更好的生活和工作。企业的发展需要健康的职工，幸福的家庭需要健康的家人，让我们积极投入到全民健身行动中，享受运动的快乐与美好，收获健康和幸福，以健康的体魄、进取的精神、昂扬的风貌，为实现强企梦做出更大的贡献！

倡议人：

20__年__月__日