

巧改城市“边角地” 全民健身有了新空间

写字楼里响起击球声，老煤库变身运动秀场，废旧矿坑内置智慧步道……这样的“空间魔术”在多地上演，一块块边角地成为全民健身的活力场。精打细算盘活资源，回应民生需求，城市发展的这些巧思与匠心值得借鉴。



杭州近江时代大厦五楼多功能运动场
(图源：钱江晚报)

浙江杭州近江时代大厦“升级” 走，上写字楼顶楼打球

午休时间到，浙江杭州上班族卢健背上球拍，直奔近江时代大厦。乘梯直达五楼多功能运动场，这里已有不少人在锻炼。

“以前打球得去5公里以外的场馆，现在从单位走路过来不过10分钟。”卢健最近迷上了匹克球。“我经常和朋友来这里，预约很方便。”

环顾多功能运动场，有1块旱地冰壶场地，3块网球场进行了新升级、初阶级和高阶级的区分，还有2块配备了防滑地垫的匹克球场。

近江时代大厦所在的望江街道，辖区内共有11个社区、53个住宅小区，其中老旧小区26个。“望江街道作为大面积回迁安置房区域，配套不足。群众生活半径、工作半径、休闲消费半径内缺乏专业运动场地，难以满足多样化的运动需求。”望江街道党工委委员熊侃说。

以近江时代大厦五楼为例，改造前，这里被管道等设施占据，整体利用率较低。

改造并非一帆风顺。街道先是组织专业第三方团队对场地进行了全面的现场勘察，包括结构安全评估、荷载测试、排水系统检查等，充分评估了改造的可行性，为后续设计提供了坚实的数据支撑。

“场地位置和居民区隔了一条马路，改造前，部分居民担心改造施工过程中存在噪声问题。我们通过实地勘察测量，发现噪声分贝不会影响正常生活。跟居民解释后，才逐渐打消他们的顾虑。”熊侃介绍。

撬动社会资源、引入“政企合作”模式，改造得以顺利进行。街道负责日常监督，辖区内的杭州月亮岛体育公司承租，投资约500万元完成场地建设改造。2024年6月改造完成后，

根据预订时间和场地的不同，按照每半小时40元至110元不等的标准收费。

该场馆还设置了公益时间段，工作日上午9点至10点免费向社会开放。场馆负责人李园介绍：“这样既保证了项目可持续运营，又实现了惠民。”

在望江街道，这样的改造场地越来越多：秋石高架路下的公园被打造成嵌入式体育公园；滨江家园（电信）小区的地下车库屋顶，添置了羽毛球场和乒乓球桌……近年来，望江街道共挖掘建设体育公园1处、嵌入式体育场地28处、健身路径22条、百姓健身房2处，总面积超2万平方米。

“望江街道已初步形成10分钟健身圈，不断盘活城市体育空间，优化居民健身体验。”在熊侃看来，这种创新模式为全民健身、城市更新和社区治理提供了借鉴。

山东青岛闲置煤库“焕新” 来，到文体商业街逛逛

走进山东青岛市市北区浮山新区街道青岛能源·中联运动广场，场馆内热闹非凡。今年40岁的周淼在附近上班，她几乎每天都趁午休时间约同事到这里打羽毛球。

“场地新、氛围好，出出汗，身心舒畅。”周淼说，“我在这里办理了储值卡，算下来1小时40多块钱。”

中联运动广场占地14亩，建设总面积约1.1万平方米，前身是青岛能源集团金泽热力的堆煤库。近年来，青岛市持续落实“煤改气”清洁能源供热项目，伴随新型能源的投入使用，该库房闲置了下来。

闲置煤库一度让人棘手，如今却成为日均客流量2500人次以上的时尚

运动秀场。从“工业锈带”到“活力秀场”，蝶变如何实现？

城市更新带来转机。2021年，《青岛城市更新和城市建设三年攻坚行动方案》发布，聚焦市民需求迫切的基础设施建设等方面。2023年，在青岛市和市北区政府协调支持下，青岛能源集团与中联建业集团达成合作，由中联建业集团投资规划，对该煤库进行整体改造并运营管理。

“经过调研，我们了解到周边居民对于文体活动需求较大，但是附近一直没有足够的土地空间用于建设。”中联建业集团有限公司董事长周华介绍，项目将煤库规划为整体两层建筑，打造成复合型开放式文体商业街区。

2023年11月，中联运动广场正式投入运营，包含近30个多功能场地，并引入20余个商业品牌，成为小而美的运动主题邻里商业街区。

如今，羽毛球馆、篮球馆、乒乓球馆、台球馆等场馆，订场率均超过了80%，年均客流量超100万人次，进一步丰富完善了社区配套。

为方便市民前来运动，园区配套了充电桩、光伏雨棚，同时还设有充换电柜，成为社区的绿色补能站。

下午1点多钟，结束运动的周淼走出羽毛球场，和朋友来到园区内的餐厅就餐。“打完球还能就近吃个午饭，车可以充电，我们的运动生活方便多了。”她说。

宁夏银川废旧矿坑“披绿” 看，体育公园很有特色

一大早，宁夏银川贺兰山运动休闲体育公园便热闹起来。健身步道上，晨跑者步履轻快，骑行者穿梭如风，滑板少年动作矫健。

站在高处眺望，这个体育公园仿佛镶嵌在园林里，湖泊瀑布、亭台楼阁与健身跑道、篮球场等设施相映生辉。

这片占地1200亩、颇具中式园林韵味的体育公园，10年前曾是采砂石场留下的沉陷矿坑。2016年，宁夏志

辉源石葡萄酒庄有限公司对矿坑进行生态修复。他们摸索出一套科学的生态修复路径。先栽植耐旱、抗风沙的防风林，固土保水，待植被初步成林、生态有所改善后，再逐步引入景观树种，提升生物多样性。如今，这片土地生长着超100种树木。

“生态好转后，我们结合矿坑原本高低不平的地形，打造集生态、运动、休闲于一体的现代体育公园。”公司相关负责人介绍。

2023年，该公园建成了智慧型健身步道。该步道设置1处赛事控制指挥中心、9处全场景智能数据采集点。智能设备通过人脸识别和芯片识别等方式，帮助跑友实时记录心率、配速等数据。

为更好地满足市民运动需求，贺兰山运动休闲体育公园二期工程还增设了足球场、滑雪场、射箭馆、攀岩馆和碗池等设施，目前已投入使用。

(来源：人民日报)

30个“口袋公园”串起居民“小确幸” 东莞厚街用“微改造”撬动民生“大幸福”

广东建设报讯 推窗见绿、出门入园，一批曾经的闲置地和社区旧角落如今变身凉亭点缀、绿意盎然的“口袋公园”。近年来，东莞市厚街镇深入推进“百千万工程”，全力创建“美丽圩镇”。2025年，位于陈屋、赤岭、河田等社区的6个“口袋公园”改造完成并陆续开放，为居民生活增添“小而美”的幸福空间。截至目前，全镇累计建成30个城市“口袋公园”，成为提升人居环境、凝聚社区活力的重要载体。

在陈屋社区，曾长期闲置的旧地块经过改造，摇身一变成成为岭南风情“打卡地”——陈屋绿美公园。园内增设凉亭、步道，配以鲜花绿植和本土文化元素，既保留历史记忆，又满足休闲需求。“以前这里是一片荒地，现在成了我们每天必来的地方。”居民陈阿姨带着孙子在凉亭纳凉，笑容满面。

宝塘社区西村公园以“运动+景观”为特色，新增塑胶跑道、翻新篮球场和足球场，并种植多彩乔木灌木，实现“赏景健身两不误”。“家门口就有专业运动设施，晚上跑步安全又方便！”居民王先生点赞道。同样聚焦“全龄友好”的涌口社区北社球场公园，不仅翻新球场看台，还增设儿童游乐区和成人健身器材，覆盖从孩童到老人的多元需求。

河田社区多元广场公园的设计充分尊重自然本底，依托百年古榕树和原有水系，打造分层滨水绿植带，搭配石质桌椅与柔和灯光，让生态景观与便民服务有机融合。“坐在树下喝茶聊天，听着流水声，比在家里看电视舒服多了！”村民方伯感慨。

赤岭社区桥头小公园利用村口开阔地带新建亲子互动区，沙塘社区旧塘公园则通过修缮六角亭、加装喷淋系统和景观灯，将陈旧空间升级为安全舒适的休憩场所。“现在带娃不用走远，下楼就能玩滑梯、荡秋千。”家住赤岭的李女士表示。

“口袋公园”虽小，却承载着民生大幸福。厚街镇相关负责人介绍，这些项目充分利用街角巷尾、闲置地块，通过微改造实现环境提质、功能叠加。目前全镇30个“口袋公园”已形成“15分钟绿色生活圈”，日均接待居民超万人次，成为邻里交流、文化传播的“微型公共会客厅”。

据悉，厚街镇将持续推进“百千万工程”，将继续利用街角巷尾的“金角银边”规划更多功能完善、品质优良的“口袋公园”让“推门见绿、移步入园”成为厚街人的生活日常。



宝塘社区西村公园
(来源：羊城派)