

消费前沿

上门帮助没有基础的孩子完成体能训练,有大学毕业生月入两万元

富阳吹起“体育外卖”风

对于新兴模式,家长仍需谨慎考量,避免日后产生纠纷

本报讯(记者 金易梵)近期,富阳出现了一种新型“外卖”——“体育外卖”,且颇受家长的喜欢。“体育外卖”是指教练带着器材上门,在小区或指定区域进行各类个性化体育培训,包括体适能训练、备战体测、体育中考提分等。那么,“体育外卖”在富阳的“销量”如何? 家长和学生对这种新型的服务评价又如何呢?

大学毕业生月入两万元

记者联系上一位在富阳专职做上门体育培训的教练孙科。孙科2004年出生,今年刚大学毕业,但是他的“教学经历”却不少。“我在大学期间被选入了校田径队,再加上自己也比较喜欢体育,所以做了不少相关的兼职。”孙科说,一开始他是去羽毛球场馆教小朋友打球,后来在朋友的介绍下,了解到“上门体育”这种形式。

“其实在温州‘上门体育’这种模式已经比较成熟了,大家的接受度也比较高。像我第一次去上课,就是和社区合作的。”孙科回忆道,当时有10余个小朋友,5岁到10岁都有。“在温州大概上了半年左右,家长和孩子的反馈都挺好,当时我就下定决心,要回富阳继续开展‘上门体育’。”

今年7月,孙科毕业回到富阳,开启了自己的事业。“最开始没有生源,我就想到了用互联网给自己做宣传。”于是,孙科在抖音、小红书、微信视频号等多个平台发布自己的“广告”——“我是富阳孙教练,我计划在暑假带50个没有运动基础、不爱运动的娃,完成体能训练。”孙科的广告内容很简单,一张自己的照片,加上文案,没想到也有不少家长给他留言,询问价格。

“我的第一个学生是一名初二男生,因为太瘦,所以家长希望他能加强体育锻炼。”孙科说,这名学生隔一天上课,15节课后,体能有了很大提

升,“原来1000米项目,他需要4分50秒,15次课后,提升至4分25秒。”

这两个多月期间,孙科一共带了20余名学生,目前在上课的有8名。“我一节课收费280元,每次60分钟。”孙科说,这个价格是他横向对比了其他地区的上门培训和富阳健身私教价格后决定的。“现在我一个月收入也有一万多元,好的时候能达到两万元。”孙科表示,暑期课程频率会高一些,学生开学后就只能周末上课,但是学生数量还是比较稳定的。

孙科表示,像他这样的全职教练现在越来越多,不仅收入可观,时间也相对自由。有分析称,这种新型体教模式不仅解决了家长“带娃难”的问题,更满足了孩子们体育锻炼的精准需求,成为体教行业发展的新趋势。

企查查数据显示,国内现存5.23万家体教培训相关企业。注册量方面,2024年全年注册0.44万家相关企业,同比增长7.70%。截至目前,今年已注册0.17万家。

家长“几家欢喜几家愁”

“以往带孩子去体育馆打羽毛球,路上来回就要不少时间,现在教练上门,小区空地就能上课,我在阳台就能看着,太省心了。”富阳家长金女士说,上门培训的最大受益者是家长。

金女士的孩子今年上二年级,所有成绩都不错,唯独体育成了“短板”,让她非常焦虑,“可是我自己也是不爱运动的人,所以我想找个老师陪孩子一起训练,不仅更专业,也能解放家长。自从发现有了‘上门体育培训’新模式,更是节约了不少时间成本。”

金女士告诉记者,她找过两种“上门体育”的教练,一种是像孙教练一样,进行专业体适能训练,收费会高一些;还有一种是在平台上随机找



的机构,这些机构教练基本是在校体育生,收费为100元/小时。“我觉得性价比还是挺高的,原来我们去上羽毛球团课,都要150元/小时,现在教练上门陪孩子只要100元,而且项目也不局限于羽毛球,可以根据你的诉求偏好进行调整。”

记者在某社交App搜索“富阳上门体育”关键词,相关的帖子内容不少,大多数为机构或个人发的广告帖,也有少数家长在平台上给自家孩子招募老师。而这些帖子也将“无需接送”“自带器材”“时间自由”作为自己的服务亮点。同样,在某二手平台搜索,相关卖家也有不少,有针对跳绳、篮球等专项训练,也有针对中考体育提分的,在资质方面有人自称体育大学毕业,有人说自己有多年教学经验,价格在120元至300元一节不等。

然而,不少家长仍对这种新的服务模式存在顾虑——“体育外卖”主要来自闲鱼、小红书上的“个人工作室”以及一些培训机构。因此,这些

教练的水平良莠不齐,所谓的“资质证书”也无从考证,还有安全问题更是家长心中的“紧箍咒”。

目前,该行业仍处于发展初期,缺乏统一标准和规范,存在问题需要关注和解决。在这里也要提醒家长们选择“体育外卖”时应谨慎考量以下几点——

核实教练资质,查看相关教练证书、专业背景以及教学经验,优先选择体育专业院校毕业、有丰富教学经验的教练;与教练充分沟通,明确教学目标 and 课程内容,确保教学计划符合孩子年龄、身体状况以及学习需求;签订服务协议时,仔细阅读条款,明确双方权利和义务,特别是关于教学质量、收费标准、课时安排、安全责任等重要内容,切勿轻信“短期提分”“快速见效”等宣传,避免日后产生纠纷。

此外,家长不能过度依赖体育上门家教这种模式,还是要鼓励孩子养成日常运动的习惯,注重运动兴趣的培养。



站点成立于2011年,服务辖区约1万户籍人口
用行动把医疗服务的暖意揉进居民平凡日子里

苕浦卫生服务站的暖心事

本报讯(记者 周晓露 通讯员 骆园)富春社卫中心苕浦服务站,藏在老旧小区的烟火气里。它不像大型医院那般醒目,却像一位朝夕相伴的“邻居”,默默守护着居民的日常健康。站内3名全科医生、1名药师与1名护士组成的小团队,以扎实的行动把医疗服务的暖意,细细揉进了居民的每一个平凡日子里。

“我们站点2011年成立,服务的辖区约1万户籍人口,其中2000人是签约居民,慢性病患者占一半左右。”全科医生俞斐燕介绍站点的“家底”,话语里满是对这份工作的熟稔。

在她眼里,站点的工作没有“惊天动地”,更多的是“把小事做细”,随访居民就是其中最日常的一环。“血压血糖异常的患者,若没有按时复诊,站点护士便会抽空打电话随访。这个电话不是走流程,而是真的要摸清患者的情况。”

她想起前几天的一件事,至今仍觉得庆幸——一位70多岁的阿姨,门诊测血压是170/90mmHg,之后一直没有到门诊复诊。护士打电话询问情况,阿姨说自己没监测过。“我们不放心,赶紧叫她来站里再测测。”

那天傍晚快到5点下班时间,阿姨才匆匆赶来,一测血压竟飙到了200多mmHg。“当时我们都很紧张,赶紧先做紧急处理,一边安抚阿姨,一边联系她的家属。”俞斐燕说,直到五点半家属赶来,把阿姨送去上级医院急诊,站点的



富春社卫中心苕浦服务站团队

医护人员才锁门离开。第二天他们还特地追踪情况,得知阿姨到医院时血压甚至到了260/70mmHg,经过紧急处理后才稳定下来。阿姨后来还特意说:“还好你们催我来测,我自己一点感觉都没有,太危险了。”

这样的故事,在苕浦服务站算不上“特例”。“有时候居民觉得‘没不舒服就不用管’,但我们得替他们多上点心。”俞斐燕说,不管是电话随访、上门换药,还是帮居民解答日常健康疑问,团队都尽量做到“有求必应、有问必答”。哪怕是中午休息时间,只要

居民有需要,医护人员也会抽空上门。

如果说俞斐燕和团队的日常服务是社区健康的“基石”,那站点副主任中医师陈宇峰的中医适宜技术,就是苕浦服务站的一块“金字招牌”。这里是富春社卫所有站点中最先开展中医适宜技术的,从2014年至今,已经帮无数居民解决了“难言之隐”。

“2014年我在省中医院进修了半年,学了针灸、拔罐这些技术,回来就慢慢开展起来了。”陈宇峰说,中医适宜技术一直都很受居民们的欢迎。现

在站点每周5天开展中医服务,日均接待20人左右,针灸治疗腰腿痛、卒中后遗症、穴位贴敷、耳穴护理等,都是居民常选的项目。

说起印象最深的案例,陈宇峰提起了一位想生二胎的女士。“她之前在杭州看了不少地方,说是宫寒,一直怀不上,后来听人介绍来我们站试试针灸。”陈宇峰为她制定了调理方案,每周定期针灸,配合艾条热敷,坚持了一个多月后,她惊喜地发现自己怀孕了。“生下孩子后,她丈夫特意送来锦旗,说没想到在卫生服务站就能调好,特别感谢。”

还有一位受“呃逆”困扰的患者,更是让陈宇峰觉得中医技术“有用武之地”。“患者当时在医院住了十五天,呃逆一直没好,后来听朋友说针灸可能有用,就抱着试试的心态来我们站。”陈宇峰回忆,患者早上来的时候还在不停呃逆,他先给患者扎了针灸,拔针后还没来得及拔罐,患者说有点想吐,去楼下吐了一会儿回来,呃逆当场就停了。在外地工作的他,后来还托朋友送来了锦旗。

今年8月,陈宇峰还被派往新疆阿克苏喀拉塔勒镇中心卫生院开展为期两周的业务帮扶。“那边膝关节疾病比较多,我除了教当地医护人员埋线减肥、针灸美容等中医技术,还针对膝关节疾病制定详细的诊疗方案,包括病因辩证、中西医药物和中医适宜技术的使用方法,希望能帮他们解决实际问题。”

万市派出所 破获敲诈勒索案 为群众追回30余万元

本报讯(记者 金易梵 通讯员 钟晓林)“谢谢你们,我被骗的钱,一分不少都拿到了,你们辛苦了!”近日,杭州市公安局富阳区分局万市派出所收到辖区群众徐先生(化名)送来的锦旗,锦旗上印着“人民警察为人民,失而复得暖人心”。

今年7月,徐先生因闲来无事在某聊天软件上找人闲聊。起初对话均属正常,可随着交流深入,聊天对象的内容逐渐充斥着色情与诱惑。不久后,对方发来一条声称包含她的“私密视频”的链接,徐先生点击链接并下载安装了一款App,不料打开后却始终停留在加载页面,无法正常使用。

正当徐先生疑惑之际,对方提出视频聊天的要求。没几分钟,对方突然在软件上发来几张合成照片——照片中将徐先生的头像嫁接到其他裸露男性的身体上,更令人心惊的是,照片旁还标注着徐先生家人、朋友的姓名与电话号码。“不想让‘丑事’传到亲友耳中,就赶紧转账!”对方以此为要挟,向徐先生索要钱财。

为掩盖所谓的“丑闻”,徐先生在恐慌之下,先后向对方指定的账户转账数万元。可转账后,对方的勒索并未停止,意识到自己遭遇诈骗的徐先生,终于鼓起勇气向万市派出所报案。

接警后,万市派出所所领导高度重视,立即成立专案组展开侦查。民警第一时间对被骗资金流向进行梳理分析,试图锁定犯罪分子的踪迹。然而,由于案件涉及境外聊天软件,且对方账户信息隐蔽,初期收集到的有效证据十分有限,侦查工作一度陷入僵局。

“群众的损失不能就这样打水漂!”专案组民警没有丝毫退缩,多次组织召开专题会议复盘案情,从海量数据中抽丝剥茧,反复核查资金流转的每一个环节。经过不懈努力,民警发现被骗资金最终通过多笔转账,流入了江苏盐城许某、陈某等人的银行账户。

锁定嫌疑人身份与落脚点后,专案组迅速制定抓捕方案,奔赴江苏盐城实施抓捕。面对民警的讯问,许某、陈某心理防线崩溃,如实供述了参与敲诈勒索犯罪的全部事实。目前,二人已被警方依法采取刑事强制措施,案件正在进一步办理中。

更让徐先生欣慰的是,办案民警在侦破案件的同时,全力开展追赃挽损工作,成功将其被骗的30余万元全部追回,并第一时间退还至徐先生的银行账户。

警方提示:

- 1.上网时提高警惕拒绝诱惑,自觉抵制不良信息;
- 2.不要随意点击来历不明的链接和下载来历不明的App,保护个人隐私,不要泄露个人信息;
- 3.坚持文明上网、健康生活,保持积极向上的心理状态,自觉抵制网络上的低俗信息;
- 4.发现被勒索,不要害怕,第一时间向公安机关报警求助。



筑牢消防安全屏障 富阳消防走进景区 开展节前宣传

本报讯(记者 周晓露 通讯员 徐丽静)近日,富阳区消防救援大队走进龙门古镇开展节前消防安全宣传活动。

针对景区人员密集、火灾风险点集中等特点,大队宣传员在景区入口、主街商铺、游客休息区等人员聚集区域,向过往游客、商户发放《家庭防火小常识》《火灾逃生自救技巧》《电动自行车宣传提示》等系列宣传折页,内容涵盖家庭日常防火、电器安全使用等知识。同时,结合近期典型景区火灾案例,详细讲解火灾的危害性、消防设施识别、初期火灾扑救方法,反复提醒游客不随意丢弃火种、商户规范存放易燃物品,务必严格遵守景区消防安全规定,时刻留意疏散通道和安全出口位置,切实提升自身应急避险与自救能力。

此次景区宣传活动,共发放折页500余份,解答咨询50余人次,覆盖游客千余人,进一步夯实景区消防安全管理,为辖区消防安全形势稳定筑牢安全屏障。

分类广告 电话:63327854

迎宾商城精装公寓办公室出租
另出租:整幢六层3500㎡,适合专科医院、养老、办公等
电话:13335881028

厂房出租 富春湾新城(汽车南站附近)1050平方米,适合汽修、加工制造、仓库等,价格优惠。电话:13806517190(微信)

遗失公告

遗失杭州隐山洞酒吧有限公司公众聚集场所投入使用、营业前消防安全检查意见书,证号富消安检字[2021]第0086号,声明作废。

当日接稿
次日刊登

欢迎刊登
各类广告

家居:装饰、防水、家具 培训:成高、职高、电大
办公:设备、电脑、复印 驾培:汽配、租车
百货:综合、服装营业 招聘:企业、个体
公告:注销、公告等

广告热线:63327854

地址:富阳区文化中心B座1楼(鹿山街道江滨西大道358号)