



[来稿须知](#)

[编辑流程](#)

[稿件版式](#)

[投稿信箱](#)

[在线期刊](#)

当前位置: [自然科学版](#) >> [第28卷](#) >> [第3期](#)

民营企业家体育锻炼与生活方式及健康现状的调查分析

姜伯乐, 蔡忠建, 李野

(温州大学体育学院, 浙江温州 325035)

摘要: 对浙江沿海3城市(温州市、宁波市、台州市)208名(25岁~59岁)民营企业家的身体健康状况、体育锻炼情况与生活方式等进行调查, 结果表明: 浙江沿海3城市民营企业家身体健康状况不容乐观. 体质测试总体合格率为65.86%, 低于全国的合格率(71.40%)和浙江省的平均水平(79.70%). 大多数民营企业家日常生活方式差, 参加体育锻炼的人数少. 建议民营企业家要养成良好的生活习惯, 重视卫生保健知识的自我教育, 积极参加体育锻炼.

关键词: 体育锻炼; 健康现状; 生活方式; 民营企业家

[PDF全文下载:](#) [民营企业家体育锻炼与生活方式及.pdf](#)