



中华人民共和国国家标准

GB/T 45180—2024

健身器材适老化通用要求

General requirements of age-friendly training equipment

2024-12-31 发布

2026-01-01 实施

国家市场监督管理总局
国家标准化管理委员会 发布

目 次

- 前言 III
- 引言 IV
- 1 范围 1
- 2 规范性引用文件 1
- 3 术语和定义 1
- 4 总体原则 1
 - 4.1 安全性 1
 - 4.2 易用性 2
 - 4.3 可靠性 2
 - 4.4 舒适性 2
- 5 要求 2
 - 5.1 通用要求 2
 - 5.2 附加要求 2
- 6 标识及使用说明书 3
 - 6.1 标识 3
 - 6.2 使用说明书 4
- 参考文献 5

前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第 1 部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由中国轻工业联合会提出。

本文件由全国文具运动器材标准化技术委员会(SAT/TC 514)归口。

本文件起草单位：舒华体育股份有限公司、尚体健康科技(上海)有限公司、华测检测认证集团股份有限公司、澳瑞特体育产业股份有限公司、浙江力玄运动科技股份有限公司、山东英吉多健康产业有限公司、厦门康乐佳运动器材有限公司、南通铁人运动用品有限公司、通标标准技术服务有限公司广州分公司、江苏康力源体育科技股份有限公司、南京万德体育产业集团有限公司、深圳市好家庭健康科技有限公司、山东迈宝赫健身器材有限公司、华东建筑设计研究院有限公司、中国文教体育用品协会。

本文件主要起草人：程志华、徐敏、王在彬、武爱军、王万业、杨国盛、侯岩峰、王信跃、黄永强、许瑞景、胡时辉、张卓、赵金治、姚激、何亚、许全红、郝鹏。

引 言

我国人口老龄化趋势日益加剧,健康老龄化和发展老年体育健身活动已经成为实现积极应对人口老龄化国家战略的一项重要举措,是推进健康中国战略的重要抓手。

固定式健身器材作为老年人强身健体的常用设施,对老年人增强体质、预防疾病、提升生活品质、培养积极生活态度、实现身心健康起到了重要作用。然而,老年人使用器材健身时也存在其特殊性。老年人身体的柔韧性、灵活性、力量性、平衡性、反应速度等身体机能逐步衰退,心理上也有着不同于年轻人的特征。这些都对老年人使用健身器材提出了新的要求。

本文件根据近年来健身器材适老化的相关调研情况,从安全性、易用性、可靠性、舒适性几个方面,对固定式健身器材的设计和生提出了适应老年人使用的新要求,但由于我国的适老化研究仍处于探索阶段,未来仍有很大的发展和改进空间。本文件发布实施后对适老化进行深入研究,推动健身器材适老化的发展。

健身器材适老化通用要求

1 范围

本文件界定了健身器材(以下简称“器材”)适老化的术语和定义,确立了总体原则,规定了要求、标识及使用说明书。

本文件适用于具有适老化功能的固定式健身器材设计和检验。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中,注日期的引用文件,仅该日期对应的版本适用于本文件;不注日期的引用文件,其最新版本(包括所有的修改单)适用于本文件。

GB/T 5296.1 消费品使用说明 第1部分:总则

GB/T 5296.2 消费品使用说明 第2部分:家用和类似用途电器

GB/T 5296.7 消费品使用说明 第7部分:体育器材

GB/T 22752 康复辅助器具 抓握杆

GB 24436 康复训练器械 安全通用要求

GB/T 36947 面向老年人的家用电器用户界面设计规范

GB 44246 家用和类似用途电器、体育用品的电气部分及电玩具 安全技术规范

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

适老化 age-friendly

对产品、服务、设施和环境进行改善或提升,提高其老年友好性,以适应老年人对降低安全风险、促进身心健康、提高生活便利和舒适等需求的过程。

[来源:GB/T 45117—2024,3.1.1]

3.2

固定式健身器材 stationary training equipment

在使用时,器材不能作为一个整体来移动,器材或是放在地板上,或是连接在墙壁上、天花板或其他固定结构上。

[来源:GB 17498.1—2008,3.1]

4 总体原则

4.1 安全性

4.1.1 器材需具有安全防护措施和预防性防护措施,宜增加一键报警功能(如:心率预警功能等)。

4.1.2 器材设计通过结合老年人预期使用习惯和可能发生的误操作,采用容错性设计,有效降低老年