

在中国农业大学东校区,减脂课教师刘莹(左二)指导学生进行力量训练。



在中国农业大学东校区,参加减脂课的学生在训练前佩戴心率带。

“体重管理年”引爆7万亿蓝海

健身和减肥等相关板块迎来大爆发?

2025年,谁也没想到最大的风口会是“体重管理”。两会期间国家卫健委提出,要持续推进“体重管理年”计划,将全民健身和减肥推向一个新高度,这是继去年6月国家卫生健康委、国家疾控局等16个部门联合制定印发了《“体重管理年”活动实施方案》后再次以国家行为对减肥和全民健身的官方定性。

在国家行为下,健身概念股和减肥概念股或许迎来大涨。

近7万亿市场的蓝海

体育总局经济司原司长刘扶民在今年1月17日发表了题为《十年高速增长,中国体育产业走出特色发展之路》的主旨演讲,确立了体育产业的5万亿目标。

根据国家统计局、体育总局数据,2014年我国体育产业规模为13574亿元,增加值为4041亿元,占当年GDP的0.64%,根据《2025~2031年中国体育行业深度研究与未来发展趋势报告》,全民健身政策带动运动装备、智能穿戴设备等消费增长,2023年人均体育消费支出达3068元。

2024年全国体育产业总规模达31175亿元,增加值为12245亿元。两项同比分别增长了13.9%和14.1%。总规模占GDP的2.3%,同时增速远高于同期国民经济的整体增长速度。

相关机构预测,2025年,体育产业总规模达4.08万亿元,2030年市场规模5.5万亿元,这显示出体育经济蓬勃发展的强劲势头。

另一减肥产业的医疗瘦身市场规模在2023年就达6185.4亿元,其中代餐食品、瘦身药品/保健品分别占2192.69亿元、2022.1亿元。

其中随着全面减肥的兴起,减肥药市场爆发式增长,全球GLP-1类药物市场规模预计2030年达1500亿美元,中国本土企业如歌礼制药等相关企业加速布局,整体市场规模在2030年将达1.2万亿元。公开资料显示,2023年我国减重手术市场规模超200亿元,代谢疾病药物年销售额增速超300%。专业机构预测2030年,因肥胖产生的医疗费用将达4180亿元,占全国医疗支出的21.5%。

体育和医疗减肥两大市场规模的总量将近7万亿元。目前全民减肥瘦身的大潮中,GLP-1类药物国产替代加速,口服剂型、基因疗法等创新技术进入临床阶段,这对相关产业都起到极大的推动作用。

相关概念股或“躺赚”

安踏、李宁、特步和361度是四家年度营收百亿元以上的“豪门”,2024年营收和净利润均实现了大幅增长,同时4家股价在年内有3家大幅提升。安踏年内股价涨幅约5%,特步年内股价涨幅达50%,361度年内股价涨幅33%,只有李宁股价跌幅近20%。

四强作为体育品牌老豪强,整体上看

均吃到全民体育的红利,而作为新贵的Keep,表现同样不俗。2024年上半年,Keep营收10.37亿元,同比增长5.4%。

Keep用户规模和营收规模的同步增长,意味着自身业务实现了健康均衡的增长。根据2024年“双11”期间的数据统计,Keep的多个运动产品再度斩获了不同平台的销量冠军。俯卧撑架、健身踏板等经典产品延续了其在市场上的领导地位。

壶铃、瑜伽训练系列产品、辅助训练产品也在京东平台荣获店铺和品牌排名的双第一,智能穿戴品牌销量同比增长了25.2%,这说明消费者对Keep品牌的高度认可与忠诚度。

用户对Keep的忠诚度和认可度促使运营效率提升,2024年上半年,Keep的毛利同比增长12.7%至4.77亿元,毛利率从去年同期的43.03%增至46.01%,毛利率创下历史新高。即使Keep目前依然未能盈利,但从2024年上半年的表现来看,已经看到扭亏为盈的希望。

减肥药市场的代表是GLP-1,也是近年来最受关注的新药,巴克莱银行预计到2030年,全球减重药物市场规模有望增至1500亿美元。诺和诺德就是该赛道的最大受益者,他们2024年凭借司美格鲁肽293亿美元的销售额,截至2025年3月10日,诺和诺德总市值为3533.88亿美元(约合人民币2.48万亿元),位列全球药企市值前列,登顶欧洲市值最高的公司。

近年来备受瞩目,尤其是GLP-1(如胰高血糖素样肽-1)药物,在过去一年里成为多家巨头药企争相布局的热门赛道。巴克莱银行预计,到2030年,全球减重药物市场规模有望增至1500亿美元。凭借司美格鲁肽2024年达293亿美元的全球销售额,诺和诺德市值一度超越路易威登,成为欧洲市值最高的公司。

2024年6月25日,国内首个GLP-1周制剂减重药物司美格鲁肽注射液(Wegovy)获批上市,相关概念股股价大涨。其中受益最大的是歌礼制药。凭借其旗下产品ASC30在美国的1b期临床试验中肥胖症患者体重平均下降6.3%的功效,歌礼制药备受资本追捧,2024年全年股价涨幅达106.2%,其中司美格鲁肽注射液(Wegovy)获批上市后当日股价为0.86港元,

截至2024年12月31日收盘股价为3.01港元,歌礼制药股价涨幅高达250%,进入2025年歌礼制药股价直接飙升,截至3月20日收盘,歌礼制药股价为9.25港元,2025年年内再度上涨210.4%。从2024年6月25日至今,歌礼制药股价累计上涨10倍有余。

体育概念股和减肥相关概念股,都在去年至今呈现整体大爆发趋势,很多企业原本就没有做出什么改变也在这波大潮中躺赚。



中国农业大学东校区,食堂工作人员为学生搭配低脂营养餐。

健康饮食也会提振

此前刘畊宏等健身类主播爆火也受惠于国家相关政策的出台,全民健康意识的加强。

2024年,Keep平台智能健身设备销量同比增长超40%。这背后是中国健康产业的复苏和改善。摩根士丹利发布报告指出,2025年年初至今中国运动服饰需求出现温和改善,并预计将从第二季度开始大幅改善,其中运动服饰将成为最先迎来复苏的行业之一。

去年“双11”Keep智能穿戴设备大卖的势头在行业延续,进入2025年后“国补”范围首次扩充到消费电子行业,更是对智能穿戴设备销量的极大推动。公开数据显示,今年1月线上监测智能手表手环市场销量达204.2万台,同比增长31.6%,环比增长23.5%。

2025年是国家卫健委推动“体重管理年”的第三年,目前已经在若干行业见到成效,体重管理政策将饮食和运动相结合,除了运动服饰和运动器材企业以及减肥相关企业之外,还有健康饮食等企业。而国家卫健委的目标要求到2035年全国经常锻炼人口要达到45%以上,还有较大上升空间。

健康饮食企业代表是安利、汤臣倍健、若饭、ffit8等,在国家卫健委发布的《体重管理指导原则》明确要求,食品减盐、减油、减糖,这也推动企业加速研发符合“三减”标准的健康食品。国内保健品龙头汤臣倍健如今产品线已经覆盖蛋白粉、膳食纤维等健康食品。据了解,目前汤臣倍健实施“科学营养”战略,以极致的科学精神,打造极致的科学营养产品。依托现代营养科学,汤臣倍健目标建立全面的膳食营养补充剂科学体系,现已包括蛋白质、维生素、矿物质、天然动植物提取物及其它功能性营养补充食品。安利也推出“营养三餐+膳食补充剂”组合方案。2024年,国内代餐市场规模同比增长23%。和若饭、ffit8等主打低糖、高蛋白产品的代餐品牌市场份额逐渐扩大有一定关系。

在消费提振的基础上,各行业都逐步复苏,而随着消费环境的不断改善,减肥相

关的体育用品、运动服饰、智能穿戴设备等产业都将迎来更大的机遇。

“体重管理年”的影响将持续发酵,推动健康产业从单一产品向综合服务转型,从被动治疗向主动预防转变,最终实现全民健康水平的整体提升。这不仅是产业发展的机遇,更是健康中国建设的重要里程碑。

支招

如何科学“迈开腿”

肥胖有何危害?该如何科学减重?什么情况需要进行手术?儿童减重有何不同?是否存在“健康的胖子”?围绕这些热门话题,记者采访了多名医学专家。

哈尔滨医科大学附属第二医院内分泌科主任乔虹说,据体重指数(BMI)划分,即体重(公斤)除以身高(米)的平方,BMI≥24为超重,BMI≥28为肥胖。超重和肥胖带来的不仅是体重增加,更会对身体多系统、多脏器进行全面“攻击”,是高血压、冠心病、心力衰竭等疾病的重要危险因素。

不仅如此,肥胖对肝脏、肾脏、骨骼肌肉系统、生殖系统以及肿瘤都有影响。除了身体,肥胖还会对人们的心理健康造成严重影响,容易引发抑郁、焦虑、自卑等问题,进一步降低生活质量。

“减重,本质上是让人体热量消耗大于摄入,每日热量缺失300到500大卡。”哈医大二院运动医学科主任吕松岑说,所谓“迈开腿”,应以有氧运动为主,加之力量训练。一般来说,人体每增加1千克肌肉,一天可多消耗70到100大卡的热量。

吕松岑说,在运动前,最好到医院做健康评估,了解心肺、血压、血糖和关节情况,并测试心肺耐力、肌肉力量、柔韧性等,由运动医学医师制订运动计划。如果耐受性好,可提升运动强度。

比如,糖尿病患者可通过中等强度有氧运动,改善胰岛素敏感性。心血管疾病患者要从低强度运动做起,慢慢提升心肺功能。骨质疏松患者可多做抗阻训练,如深蹲、举重。同时,在运动前要做热身运动,运动后注意拉伸,做到循序渐进,坚持长期主义。

据BT财经、金融界、经济参考报