统计局 tǒngjì jú - Bureau of Statistics

数据 shùjù - data

显示 xiǎnshì - shows

装备 zhuāngbèi - equipment

健身 jiànshēn - fitness

假装 jiǎzhuāng - pretend

随叫随到 suí jiào suí dào - on call

过度 guòdù - excessive

肥胖 féipàng - obesity

意识到 yìshí dào - realize

纷纷 fēnfēn - one after another

保持 bǎochí - keep

压力 yālì - pressure

精力 jīnglì - energy

中国国家统计局的数据显示，2019年有近4亿人经常参加体育锻炼。有1亿人买了运动装备却很少运动，办了健身卡却很少去健身房锻炼，他们都在假装健身。

现代社会，人们的食物越来越丰富，吃东西越来越方便，各种外卖随叫随到，但是因此产生的却是过度肥胖等问题。大家也意识到了应该关注身体健康，所以纷纷买健身卡和运动装备想保持健康。想法很好，但是平时生活压力大、工作紧张，很多人没有时间和精力保持运动，经常办了卡却再也没去过健身房。你是假装健身的人吗？

<https://mandarinbean.com/pretend-taking-exercises/>