

身边的亚运

亚运读本

杭州亚运会官方合作伙伴系列丛书

中国工商银行  
杭州亚运会官方合作伙伴
 杭州亚运会官方合作伙伴  
 Official Partner of the 19th Asian Games Hangzhou 2022

曾是皮划艇天下的水域,来了不少玩桨板的“水上漂”

# 难度低,玩法多,易携带 还特别适合拗造型,你不想试试?



本报记者 李文瑶

皮划艇、游泳……既能锻炼身体又能解暑消夏的水上运动项目,可以说是为夏天量身定制。今年,以往皮划艇居多的公开水域上,来了不少玩桨板的“水上漂”:落日黄昏下,盎然绿意中,他们或坐或立,手拿一根桨悠悠划行,在水上踏着桨板觅清凉看晚霞。

和飞盘、腰旗橄榄球一样,桨板的出圈离不开互联网的助推,今年6月,小红书平台上与桨板有关的搜索量同比增长约11倍,截至8月11日,与“桨板”相关笔记已破4万条。

为何今年桨板热度如此之高?和其他水上运动相比,它又有哪些特色亮点?

身

讲述老百姓自己的运动故事

## 可站可坐可躺 一板可以玩出各种花样

每天上午六点半,杭州水尚皮划艇俱乐部教练徐健准时出现在俱乐部里,为一大早来西塘河玩桨板的爱好者服务。这些发烧友中,有的是带娃来早锻炼的亲子组合,有的是朝九晚五、抓紧时间来过瘾的上班族。

从去年开始,徐健已感受到桨板的热度,但今年夏天,热情的升温还是让她意外。不仅每天很多电话咨询,还有人直接找上门来指名要学桨板。俱乐部更是调整了开放时间,将原来的早九晚五改成了现在的早上六点半到十点和下午四点到七点,“以前这么早很少会有人来玩,但现在可不一样了,有的甚至一日两练。”

除了客流量,就连店里的器材也感受到了这波桨板热度。原先,每到周末,俱乐部还需要从其他地方的仓库里调货补充皮划艇数量,如今,店里的皮划艇绰绰有余,反而五十余条桨板常常一板难求,原先以皮划艇居多的西塘河河面上,现在也以桨板居多。

在徐健看来,在此之前,没有哪项水上运动能像桨板这样好看。亮丽的颜色、潮流的花纹,哪怕只是把板子往水里一放,也比以往水上运动器具要来得吸睛。不仅如此,桨板可以一块板多人玩,或者一人一块自己玩,从坐姿、跪姿、站姿到花式,进阶的难度也让男女老少都能从中收获快乐。

相比以往的水上运动项目,桨板的玩耍形式也更自由,以前来玩皮划艇的顾客,常常需要教练帮忙放艇和上岸。如今,自己挑一块心仪的桨板,穿上救生衣便能下水,非常方便。

站在桨板上,你能看到远方的飞鸟、岸上的行人,目光所到之处,有诸多惊喜。所以有的人喜欢一个人静静地划着桨板,在沿途的美景中思考放松;有的人则会躺在桨板上晒个日光浴,或是一口气来个几公里练练耐力;还有的则会从最基础的划行,玩到花样频出。

不仅外在美观、玩法多样,桨板还有救生的功能。8月21日即将举行的2022横渡钱塘江活动,将成为桨

板救生在钱塘江上的首秀,“去年本来就准备投入10条桨板的,但因为活动取消了,今年增至20条,为此救援人员还去富春江上进行了集训。”

但与其他新潮运动相比,桨板并非互联网上说的“零基础可玩”、“上手无难度”,徐健表示,无论是拍照打卡还是初次尝试,都该选择有资质的俱乐部和配有相关执证的教练,以及确保在安全水域中学习。她不建议初学者去一些未知水域或是单独出去玩板,一般结伴前往更加安全。

## 推广了7年,今年突然火了 因为大众更渴望亲近自然

虽然对大众来说,桨板是今年才活跃起来的新鲜事物,可实际上,在皮划艇世界冠军、浙江大学中国水上运动发展中心副主任许亚萍印象里,桨板在十年前就已在国内外悄然兴起。

“2015年前后,浙江大学引进了国外教练教学桨板瑜伽,是最早接触这块内容的院校。”许亚萍表示,因为桨板需要站立划桨,所以它还被称作“立式划艇”。

与其他水上运动相比,桨板多为单边划行,所以即便是零基础的小白也能很快上手。与其说桨板的出现是降低了玩水上运动的门槛,不如说是给大家提供了一个便于上手的玩水载体,可以借助它离大自然更近一点。

在桨板之前,水上运动器械的运输难,常常劝退不少运动爱好者。像皮划艇,基本得用皮卡载着,或是架在车顶上,有时还会受车辆高度的限制。

所以桨板便于携带的特点,对常年在户外找水域玩的运动爱好者,确实很有吸引力,“桨板有充气的和硬板两种,充气桨板放气后折叠起来能像个双肩大背包一样背在身上,大大简化了出行过程。”

许亚萍表示,这一特点对其他水上运动器材和工具来说,也有借鉴意义,可以做方便化的改良,“除了便于携带外,怎样通过智能化产品让运动爱好者能更安全地进行水上运动,正是浙江大学中国水上运动中心在着手研究的科研项目之一。”

在许亚萍看来,今年桨板运动的走红,实际上是水上运动的走红。受疫情的影响,大家对户外的向往达到顶峰。在她接触的运动爱好者当中,像千岛湖、安吉这样水质比较好的自然水域,大家会比较喜欢玩桨板,水质不那么理想的地方,还是会选皮划艇或者赛艇居多,降低掉到水里的可能。

不仅如此,与以前水上运动爱好者的需求不同,如今,大众亲近大自然的同时,还会考虑自己的需求和实际情况,小众、个性化甚至是定制化的服务也越来越普遍。“像用桨板、独木舟拍婚纱照,用龙舟拍一组毕业照,还出现了尾波冲浪、动力冲浪板等项目。”许亚萍笑道,“户外运动的发展势头一定是越来越好的,毕竟,人们向往大自然的趋势是不会变的。”



爱好水上运动的小年轻拍了组桨板婚纱照



杭州市船艇运动协会秘书长徐水强在给青少年进行桨板培训