

### 悦动

#### 意无涯

味道

买手

影音

流连

潮店

格调



新民夜上海  
越夜越精彩

八小时之外，大好休闲时光，兜兜逛逛、看戏听歌、运动健身、血拼美食。引领时尚，廓清风气，更多精彩，尽在新民夜上海！

视觉设计：邵晓艳  
本版编辑：吕剑波

# 春风骀荡好扬帆

陶邢莹

## 孩子的意外收获

“还记得第一次参加比赛，她比得很惨，回家的路上默默地哭了。我以为她会撂挑子不干了，没想到她说，明天我还要继续比。我意识到，她对于帆船，是真爱。”姜融妈妈回忆道。

姜融今年读初二，在美帆学帆船两年。妈妈最初只是抱着锻炼体格的想法，没想到，孩子越来越喜欢帆船。进入竞赛班，孩子的好学程度超过了她的预期。“她有一次翻船时，气温只有十几摄氏度，而且翻了不止一次，被教练拖上岸后，她的手都冻僵了。我很担心，也很震惊。她对我说，换一套衣服还要继续下水，挑战大风天。”这件小事对妈妈触动很深，孩子勇往直前的精神状态，是学帆船后的意外收获。

美帆俱乐部每年都会组织学员参加国内外各类比赛，报名的会员非常踊跃。姜融进步神速，第二次参加全国比赛系列赛，便获得了荷兰青少年世锦赛的资格。于是，父母决定带她去荷兰见见世面，最终她的成绩位列中游。英语熟练的姜融在世锦赛上，主动同各国运动员和教练交流，收获满满，而父母也在现场给她买到了一批专业的装备。

对于未来，姜融父母觉得，只要孩子喜欢，会一直送她去练帆船。姜融妈妈说：“既然你参加训练了，就要给自己树立一个小目标，训练完了要有个总结。”而现在，姜融已经有了更大的梦想：“将来我要去青少年世锦赛拿冠军！”

## 家庭的亲子运动

美帆的明星学员斯科特，如今已入选丹麦帆船队，是丹麦国家队2024年奥运人才储备。他在美帆度过了一段快乐的青少年时光。斯科特是中国和丹麦混血，父亲来自丹麦霍森斯港，在斯科特的儿时记忆里，身为水手的父亲便带他扬帆出海。全家移居上海后，2009年起，斯科特在美帆找回了童年的记忆，也由此深深爱上了帆船。在

春暖花开，淀山湖畔帆星星点点，恢复营业的上海美帆俱乐部，在这个大好春光里再次迎来一批批热爱帆船运动的家庭。扬起风帆，哪怕皮肤黝黑，全身湿透，但心胸更开阔，梦想更美好。

勤学苦练多年后，他考取了美国帆船运动最强的高校，屡屡在各类赛事中取得好成绩，被丹麦队看中。

集体育、休闲、娱乐于一体的美帆俱乐部成立15年来，像斯科特这样的帆船少年，以及沪上的帆船家庭，逐年递增。不过，最开始，俱乐部的会员多以外籍人士居多，经过多年的帆船文化培育，如今本地市民占会员比重已达七成。

据介绍，学习帆船的年龄没有下限，也没有上限，6到80岁都可以成为初学者。在美帆，入会最小年纪为7岁，而年纪最大的会员为71岁。

姜融的父亲平时工作繁忙，去年开始他也跟着女儿一起学帆船，他发现，帆船是一项很适合放松的运动，可以增强体质，但本身并不剧烈，还需要动脑筋，是一项非常好的亲子运动。每个周末全家一起去学帆船，女儿觉得爸爸很了不起。事实上，美帆俱乐部的家庭会员比例逐年递增，姜融父母交到了很多志同道合的朋友，孩子之间也很玩得来。

## 上海的帆船渊源

只要有湖、有港口、有船，就能开展帆船运动。有一段大航海时代的帆船历史，同上海息息相关。1873年，在沪经商的英国人在黄浦江上举办了“上海杯”帆船赛，召集了包括丹麦、比利时、日本在内的6个国家选手参赛。这是亚洲历史上的第一个帆船比赛，也是现代帆船运动在中国有记载的“第一次”。

近年来，上海帆船运动愈发普及，其带动的产业蓬勃发展。2018年中国帆船帆板运动协会与上海美帆签署合作协议，共同打造奥运新快速帆船诺卡拉17的国家集训队。而东京奥运会诺卡拉17亚洲区资格赛就定在美帆举行。

除了竞技体育，青少年帆船爱好者在美帆经过培训后，可以参加青少年IYT(国际帆船培训中心)认证考试，通过者可以独立操作小帆船在近海岸线航行。

帆船这项最初被认为是外国人从事的“贵族运动”，如今在沪上已成为备受追捧的家庭“平民”运动。如今，美帆俱乐部共有400多条帆船，其中，仅会员自购的就有100多条。其中还有两艘大型双体船，是在沪工作的德国人从德国运过来的。

## 练门道

### 帆船运动简介

公元17世纪开始，在威尼斯有了定期的大规模帆船竞赛。18世纪初在俄罗斯的圣彼得堡创建了世界上第一个帆船俱乐部。到19世纪初，现代竞技帆船运动在欧美兴起。

中国帆船运动最早起源于上海，清同治十三年(1874年)，上海公共租界侨民在黄浦江开展帆船运动。沪人称运动帆船为“白相船”。

我国帆船运动员从第九届亚运会和第二十三届奥运会开始参加部分级别的亚洲和世界比赛。

2012年伦敦奥运会，上海选手徐莉佳夺得女子激光雷迪尔级金牌，是奥运历史上首位夺得帆船项目金牌的中国选手。

由于帆船竞赛是在自然条件下进行的，直接受到气象水文条件的影响。所以规定的竞赛轮次可能完不成，因此，帆船比赛没有绝对的纪录，只有最好成绩。



## 行有迹

### 美帆俱乐部

地址：青浦区金商公路588号  
电话：021-59262835

