

夜

上海

新民晚报
19
2020年
8月27日
星期四

悦动

- 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：奚云阳
本版编辑：吕剑波

意无涯

泥地+足球+比赛，当这三个词组合在一起时，该会是怎样的一场属于成年人的热血狂欢？

与正常足球赛事的紧张激烈不同，泥地足球现场出现频率最高的，就是围观者的笑声。进球和比分，显然已经不重要。泥巴粘住球后，皮球传不起来，人也跑不起来，经常出现令人啼笑皆非的场面。在场上，球员的每一次摔倒、每一脚踢空乃至于每一块飞扬的泥巴，都能引起旁人的哈哈大笑。“主要就是好玩。泥地足球踢5分钟，相当于足球场上踢30分钟，特

别累，但我们兴致特别高。”曾经参与过这项赛事的“70后”宜宾说，“就小时候在泥地里玩的感觉一样，让我找回了几时的记忆，特别好”。

确实，泥地足球并不需要你有好的足球技能，你会发现不能带球、能不能过人，到了这个球场里都是一样。而好玩，是一定的，与其说是比赛，倒不如说是游戏，让人找到简单的、自由的、放肆的快乐。

想玩吗？那么，到松江新浜，去出一回“洋相”吧，在泥地里撒撒野，让自己变得要多“狼狈”有多“狼狈”！



泥地撒把野

◆ 关尹

行有迹
松江区新浜镇
泥地足球公园
地址：
胡曹路与
园胡路交叉口

踢球，已经是非常司空见惯的一项大众运动，但你尝试过泥地足球吗？它可是一种完全不一样的全新感受。

在松江的新浜镇，就有一块这样的泥地足球场。炎炎夏日，纵身一跃，跳入水和泥相互交融的球场，尽情释放埋藏心底的野性和激情，把自己弄得越“脏”越好，儿时的快乐是不是又回来了？

还等什么？走，到泥地里去撒一回野吧！

规则灵活

泥地足球赛于上世纪90年代起源于北欧国家芬兰，随后开始在世界流行，因为踢完球后浑身泥巴，一度有“世界最脏运动”的外号。目前，欧洲、南美等国家经常举办泥地足球赛事，甚至还有泥地足球世界杯。但在国内，受场地条件等原因所限，它还算一项“新兴运动”。

正规的泥地足球比赛，场地与一片篮球场大小差不多，场上一般采用5对5的方式，全场比赛时间40分钟。规定时间内，射进球门最多的一方获胜。比赛过程中，球员相互间不可以抱、拉，不能打手球、不能踢人。

但来玩泥地足球的，比赛结果并不重要，更多是在于享受它的特殊过程。目前正在松江新浜镇推广泥地足球赛事的上海市体育局负责人宋存强说：“其实主要就是图个娱乐，我们的规则比较灵活，以大家开心为主。在泥浆里踢球会让人有种回归自然的感觉，不管是大人还是小朋友，每个人都放松。”

从8月8日全民健身日开始，新浜镇的泥地足球赛又拉开了帷幕，这项赛事已经进行到了第三届，包括范志毅、浦玮等足球名将都曾经来现场助阵。如今每个周末，总会有一些队伍来到这里好好较量一场。尽管在场地里浑身沾满泥浆、样子看上去有点狼狈，但参与者个个斗志昂扬，现场高潮迭起，不时引来旁人阵阵大笑。

谈起为何会对推广泥地足球比赛这么有兴趣，宋存强说：“现在的人压力越来越大，生活方面、工作方面，包括家庭亲子方面等等，都在一个很强的节奏上，容易精神紧张和压抑。泥地足球就很放松，我们小时候很多人都喜欢在泥水里玩，大家可以找回童年的乐趣。”

他表示：“我们想搞这个比赛的消

申之魅

息出来以后，很多人都想带孩子感受一下这种泥地的、大自然的、很原始的运动。他们都觉得挺好玩吧，很想来体验，受欢迎的程度比预想的还要高。”

逐渐壮大

还记得湖南卫视《爸爸去哪儿》第二季中五爸六娃分两组在泥地里踢足球的搞笑场景吗？在荷花盛开的松江区新浜镇荷花种苗基地里，就有这样一个专门用于举办泥地足球赛事的专业场地，也是全上海第一个。

“松江专门建造了这个标准的场地，然后交由我们专业的体育公司来进行赛事运营，把场地做得更规范、活动组织得更丰富精彩。”宋存强介绍，今年他们让赛事的规格成功升级，8月22日开始的第一届“新浜杯”泥地足球争霸赛，已经成为了上海市市民运动会的正式比赛项目。“市体育局、市足协对我们这个活动都很支持，他们觉得这样的比赛非常有趣味性，而且不像其他项目的竞技性那么强。泥地足球比赛其实没有多大的技术难度，跟会不会踢球也没多大关系，人人都能参与。大家真的能在这里面找到快乐，找回小时候的感觉。”

有人担心，在泥地里踢足球是不是容易受伤？会不会容易划破脚？宋存强很坚决地摇了摇头：“我们在每次比赛前都做了大量细致的安全保障工作，场内的泥浆都专门经过筛子筛，放水之前又用耙子耙松，最后由工作人员全场光脚走一遍，做到尽量避免泥土里面有石头等硬物出现，肯定保证安全性。”

什么时候能自己去体验泥地足球呢？宋存强透露，除了举办比赛，接下来他们会把新浜镇的这块场地常态化，“以后可能春夏秋冬四个季节都能玩，包括企业的一些团建也能做起来，将来把它打造成一个特色项目。我们相信它的发展前景，已经有很多人来预约了！”



练门道

泥地足球注意事项

泥地足球最考验的并非是足球水平，而是体力，它比正常足球比赛的消耗大得多。参赛前一天，应注意好好休息、保证睡眠，将身体状态调整到最佳；

场地泥泞，正常带球比较困难，可以多尝试挑球、空中传球，快速推进，避免个人带球太多而遭遇“围堵”；

在泥地里踢球，难免弄脏全身，赛后要及时更衣。不要忘记备好毛巾、拖鞋、换洗衣物、洗浴用品等。

场地条件特殊，对抗程度强，脸部、眼部都有可能沾上泥巴，为安全考虑，最好不要戴眼镜比赛，也不要戴隐形眼镜，可自备运动防护眼镜。

