



奥运会点燃健身热 小众运动进大众视野



位于世博源的 TumPro 滑板培训中心借着奥运热迎来不少报名者 本报记者 孙中钦 摄



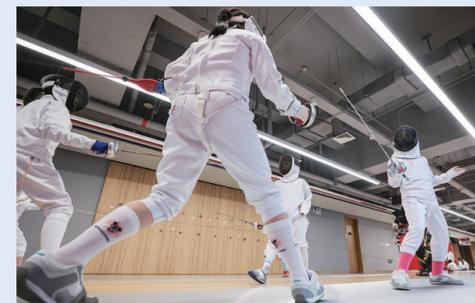
在浪逆风的冲浪场馆内,不少市民前来体验冲浪的乐趣 本报记者 李铭坤 摄



浦东新区张杨路一家射箭馆内,奥运会以来射箭的年轻人明显多了 本报记者 张龙 摄



三邻桥体育文化园内的 S10 潜水俱乐部有 6 米池和 10 米池,能让市民们尽情享受潜水运动,探索水下世界 本报记者 李铭坤 摄



在乐氏击剑馆内,孩子们正在教练指导下享受击剑运动的快乐 本报记者 李铭坤 摄



在上海剑士会里,日本剑道爱好者正在比试 本报记者 李铭坤 摄

本报记者 肖茜颖

在近日闭幕的东京奥运会上,曾被视为高冷的小众运动,如滑板、冲浪、竞技攀岩、棒球和空手道等,正慢慢地走入大众视野,甚至成为不少市民心中时髦的运动,更有冰雪运动爱好者为临近的北京冬奥会摩拳擦掌着。在小众运动“走红”的背后,也凝结着一次次自我超越和一份份家国荣耀。

娃娃们痴迷攀岩

奥运会催热攀岩运动,攀岩赛事是付家父女必看项目。为了提升攀岩水平,他俩最爱琢磨交流运动员的线路

规划、身体技巧等。7岁的付艾鑫已有2年“岩龄”,而这段缘分和竞技攀岩成为东京奥运会比赛项目有着千丝万缕的关系。在父亲付振东看来,小众的攀岩受到关注,孕育商机。一大便利就是2019年大岩悦动攀岩场开到了“家门口”,他不用再跑去徐汇滨江或浦东攀岩。他还发现,玩家多了,尤其是娃娃的身影。当时5岁的女儿也被“拉入坑”。

如今,父女每周随专业教练上2-3次攀岩课。一堂课长达3个多小时,挫伤擦伤、浑身肌肉酸痛是家常便饭,但付艾鑫永不言弃的劲头有时候令父亲都自叹不如。为了训练全身肌肉控制和耐力,女孩坚持短跑、练咏春拳。今年,她在上海市青少年攀岩锦标赛勇夺速度赛7-8岁组别冠军。不

过,对于女儿未来是否参赛、能否拿成绩,父亲很“佛系”。他更关注的是,运动对人格的塑造:遇事胆大心细、充满韧劲。女儿也说,和攀岩相比,学习、练琴都不算难事。付振东认为,人生路上的不断超越自我,才是这项冷门运动中隐藏的最大“宝藏”。

冲浪课天天排满

在江杨南路上的浪逆风极限中心里,冲浪教练璐鑫最近特别忙。每天上午10点抵达训练场地,到晚上10点下班,中间除了下午3点抽空吃午饭之外,他几乎都和学员相伴。一节课30分钟,而他平均每天上20多节课。“刷手机的时间都挤不出来。”训练场地是一个200平方米室内逆流冲

浪机,通过模拟真浪,教学员冲浪。因为一直泡在水压较大的造浪池里,他的脚皮变软被冲破,脚有点发炎。频频弯腰指导学员,腰部酸痛异常。不过,冲浪运动首次亮相奥运会,让他格外兴奋。他发现,更多人迫不及待地来训练池感受冲浪,小的才3岁;他所在的冲浪爱好者圈子的规模也在壮大;还有人悄悄地打听如何转型为冲浪教练……

对于自己的未来,他和同行普遍乐观:虽然奥运会闭幕了,但这个一度小众的运动正扬帆起航。

想为冬奥会助力

同样坚信这是崭新开始的还有侯俏,她已期盼着北京冬奥会的到来。作为炫酷运动工厂的运营人员,她平时主要

负责滑雪、蹦床板块。这名哈尔滨姑娘发现,借着奥运会热度,滑雪这项在南方“遇冷”的运动在上海的粉丝不少,这个暑假甚至有些“热雪”澎湃。“报课程的,一部分学员是年轻人,还有一大部分是亲子家庭。”她介绍,因为场馆通过“魔毯雪道”模拟真实雪地进行训练,不少老学员更渴望接触真雪,所以组团赴绍兴、无锡的真雪场类课程也颇受欢迎。

除了普及之外,侯俏干劲十足地忙着上海市宝山区青少年滑雪队在场馆里的训练事宜,为孩子们寻觅着优秀的教练,并提供专业保障。

当有人开玩笑地问,这里会不会诞生未来的奥运会冠军?侯俏笑道:“喜欢和玩这项运动的人多了,没什么是不可能的。”



宝山的炫酷运动工厂内,孩子们在蹦床区感受弹空的刺激体验 本报记者 陈梦泽 摄



在祺祥柔道馆内,孩子们正在练习各种柔道技法 本报记者 李铭坤 摄



大岩悦动攀岩场内,一名小朋友正在挑战中级难度的线路 本报记者 徐程 摄



时值暑假,一名小朋友在炫酷运动工厂的魔毯无限雪道学习滑雪 本报记者 陈梦泽 摄



宝山区一老厂房改建的室内马场里,专业马术教练带着小骑手正在练习马术基本动作 首席记者 刘歆 摄



扫码看视频