

夜

上海

意无涯

在哈利波特的魔法世界里，骑着扫帚飞翔在空中玩的“魁地奇”是当之无愧的第一运动。现实生活中，棍网球有着“陆地版魁地奇”的称号，看它那根球杆，是不是和哈利·波特的扫帚颇为相似呢？

棍网球适宜人群广泛，可以说是一项大众化的运动。球场上，无论男女老少，初学者还是老手，都可以得到属于自己的绝佳体验。在繁忙的工作之余，约上三五好友进行一次“爆烈”较量；还可以带上自家的孩子，来一场温馨的亲子运动。当然，你也可以在体验之后加入棍网球俱乐部，结识更多的棍网球爱好者，开发一个新的社交圈。

在一场棍网球比赛中，既能体验到足球的激情，又能体验到冰球的速度和篮球的配合，速度与激情的快感，独属于你。

新民晚报

18

2023年
11月6日
星期一

悦动

流连

格调

影音

味道

潮店

买手



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



申之魅

陆地魁地奇

◆ 陶邢莹

金秋时节，绿茵场上身着盔甲的年轻人们，挥舞着一根顶端带网的球杆，肆意地奔跑着。使用网袋控制小球，开球，场上队员分工协作，将球抛进对方的球门里，得分！棍网球的快乐，就在你我传递之间。前不久，国际奥委会表决通过，将棍网球项目纳入2028年洛杉矶奥运会。

重返奥运

让手里的长杆成为自己手臂的一部分，任由自己驾驭，奋力向前，配合默契，游刃有余……棍网球是一项古老的运动，被称为“Lacrosse”，最初是为了裁决部落冲突而进行的比试，之后逐渐演化成为一种运动。曾在1904年圣路易斯奥运会、1908年伦敦奥运会中两度登台。至今为止只有3支国家队参加过奥运会棍网球比赛的争夺，加拿大队两次夺冠。

这一运动的跑动和传球像橄榄球，场地和人员配比像足球，对抗和铲球动作又与曲棍球相似，考验队员的手眼协调和反应能力。棍网球在北美地区的发展颇为成熟。在美国大学生联盟(NCAA)，有71支一级男子棍网球队、93支二级球队和236支三级球队，像杜克大学、圣母大学、弗吉尼亚大学等北美体育强校，棍网球的流行不输篮球、橄榄球等主流项目。在美国，还有MLL(美国大联盟棍网球联盟)和NLL(国家棍网球联盟)两个比较大的棍网球赛事联盟。日本则是棍网球在亚洲地区的主要推广国家，在2003年棍网球世界杯赛中取得了第四名的好成绩。

阿里巴巴集团董事会主席、NBA篮网队老板蔡崇信就是一名棍网球爱好者。在成为篮网老板之前，他收购的第一支球队便来自NLL，后来他还在拉斯维加斯新建了一支球队。去年女子棍网球世锦赛，主办方邀请蔡崇信亮相直播间，他分享自己在大学里打棍网球的经历，还为身披中国香港队战袍的女儿现场打Call。

棍网球重返奥运大家庭的消息，令业内人士无不欢欣鼓舞。世界棍网

球协会首席执行官吉姆·谢尔相信，加入奥运会所产生的能量将推动这一项目的成长，并通过与国家奥委会和体育管理部门的合作，改善现有成员的资源。

突出团队

为什么要玩棍网球？对新手友好，迅速入门无压力；注重团队协作，每个陌生人都是你可靠的队友。

“棍网球被称为速度最快的草地球类运动，这是一项团队运动，只要坚持不放弃，就始终有机会获得成功。”既是资深玩家，又是深圳市拉克洛斯棍网球发展有限公司(SLDL)中国运营总监的戴露介绍道。

比赛中，团队力量非常重要，进攻一方通过互相传球、穿插跑动、挡拆、掩护和策应等配合，最后射门。

1997年，日本举办了第五届女子棍网球世界杯，北京体育大学派出考察团前往观摩。同年9月，应日本棍网球协会的邀请，北京体育大学派教师赴日本进行短期学习。之后，这一运动被首次引进国内，首先在北京体育大学开展。

2021年，国际奥林匹克委员会正式接纳世界棍网球联合会成为正式会员，同年，中国全球协会棍网球委员会正式成立，标志着这项运动在我国的发展迈向新的阶段。

事实上，中国的“铿锵玫瑰”早在2017年就登上过棍网球世锦赛的舞台，当时仅取得一场胜利。2022年世锦赛，这支中国女队第二次参赛，取得了第19名、亚洲第三，刷新历史的同时，跻身“亚洲棍网球第一梯队”。

2014年，国内棍网球发展的管理团队成立，自此，上海成为棍网球发展的先驱地。上海财经大学、同济大学、复旦大学、上海大学等高校都组建了棍网球队。为了棍网球在国内的发展能够长久、规范，2019年，该管理团队正式注册组建合法运营单位——深圳市拉克洛斯棍网球发展有限公司(SLDL)，并以会员身份成为世界棍网球联合会在中国地区的唯一管理机构。

在推广过程中，戴露发现了一个有趣的现象：“很多新人们来体验之后，要么不感兴趣，一旦感兴趣就会上瘾。”

如果说网球考验个人能力，一字之差的棍网球，则更强调团队能力。欢迎来到绿茵场上，与队友打出漂亮的配合吧。

练门道

近年来人气更高的棍网球是六人制棍网球，这也是洛杉矶奥组委提议加入奥运会的棍网球比赛形式。六人制棍网球比赛场地为70×36米，球门距离底线10米。

比赛双方各由6位球员组成，其中包括守门员1人。比赛分为4节，每节比赛8分钟。进攻有时间限制，每次进攻时间为30秒。30秒内，进攻方必须尝试射门，如果到时未完成射门则将交出球权。和篮球相似，棍网球也有回场违例，进攻一方如果攻过半场后就不能再回到己方半场。

棍网球比赛规则有男子和女子之分。

男子棍网球比赛的规则允许防守球员双手持球杆，用手套部位推挡对方的进攻球员(禁止推后背)；允许防守球员用身体撞击进攻球员(禁止从背后撞击)；允许防守球员用球杆击打进攻球员的球杆、手等部位(严禁击打头部)。

如果球员造成容易对他人身体造成伤害的犯规，裁判会视其严重性对犯规球员判罚(罚时/驱逐)，被判罚时的犯规球员需单手持杆、单膝跪地，在犯规区等待罚时结束。

女子棍网球比赛则严格限制身体对抗。

行有迹

微信公众号：棍网球
(赛事、活动、训练
一网打尽)