

引发新潮流 打开社交圈

姐妹花记者近距离感受腰旗橄榄球运动的速度与激情

提起橄榄球,大家会想到什么呢?《追梦赤子心》《重振雄风》《弱点》等电影是记者对橄榄球这项运动的第一印象。充满速度与激情的英式、美式橄榄球运动,在国内并不多见。近日,记者无意间在朋友圈发现,腰旗橄榄球已悄然在永城兴起。区别于传统美式橄榄球的高对抗、高门槛,腰旗橄榄球因其基本零门槛,深受广大都市青年的喜爱。在了解腰旗橄榄球这项新兴趣味运动后,日前,记者来到江南街道白垭里村小漓江边上的室外足球场,近距离感受腰旗橄榄球运动的速度与激情。



男生女生在运动场上玩得正嗨

记者手记

打一场比赛 出一身汗 感受放松时刻

受疫情影响,不少蜗居在家的年轻人萌生了走出室外的想法,特别是平时两点一线的上班族更渴望外出运动舒缓身心。继露营、飞盘等户外运动引领风潮后,腰旗橄榄球这一新奇的运动也正在飞向年轻人。对喜欢腰旗橄榄球的年轻人而言,这不再单单是一项运动,而是成为了一种新的生活方式。结束忙碌的一天工作,喊上三五好友打一场比赛、出一身汗,是一天中最放松的时刻。

从热身、练习接球,到跑动路线训练、进攻的防守训练,再到比赛实战,记者在现场体验了腰旗橄榄球运动的全过程。正式比赛开始之前,会有教练带领大家做一些热身、接球的动作。在做拉伸动作时,将身体舒展开,可有效避免拉伤、扭伤。比赛过程中,接到球的队员,怀抱着橄榄球,灵活地避开人群,想方设法突破防守方的阻拦,朝着对方的底线狂奔。而他腰间飘动的两条腰旗,才是防守方的真正目标。转身闪躲的瞬间,腰间的彩旗已经被扯下。一声哨响,进攻立即停止,防守队员和着现场的欢呼声,挥了挥手上的彩旗。37 的体感温度下,场上的运动氛围显得更加热烈。

参与比赛,记者最大的感受就是团队精神。如果要想得分,队友之间要分工明确、各司其职、默契配合,就像在下一盘棋,要充分调动场上的队友融入进来。而在这个过程中,保持良好、有效的沟通是必不可少的,相互探讨战术、分工协作,需要体力和脑力相结合,具有强烈的社交属性。不仅可以接触新鲜事物,还能结交新的朋友,腰旗橄榄球给了都市青年多一个运动选择。整个过程体验下来,记者感觉运动量尚可,除了体验到拔旗、达阵、身法过人 and 接球冲刺的快乐的同时,也感受到大家对生活的积极态度。



永报姐妹花

Yong Bao Jie Mei Hua

全国巾帼文明岗
监督电话:87126426



融媒记者 吕晓婷

玩法简单明了 充满趣味性

今晚8时,小漓江边足球场,不见不散。在收到队友发来的消息后,家住城区的应超开始收拾装备,准备当晚的腰旗橄榄球比赛。

作为一名有着多年运动经验的体育爱好者,应超不仅是皮卡皮腰旗橄榄球俱乐部创始人之一,也是一家少儿平衡车俱乐部创始人。高琛莹是一名健身爱好者,在玩过一次腰旗橄榄球后,体会了它的乐趣。于是在今年7月,高琛莹、应超和另一位合伙人一起组织创办了皮卡皮腰旗橄榄球俱乐部。

应超告诉记者,他感知到腰旗橄榄球开始火起来是在去年。其实,腰旗橄榄球很早就传入国内,只是很少人认识

这项运动,多数人的认知还停留在传统橄榄球的野蛮冲撞。但腰旗橄榄球运动作为一项无接触、零装备、小场地的橄榄球运动,受到国内一二线城市年轻人的喜爱。

在规则上,美式橄榄球需要通过擒抱来阻止对方进攻,是一项冲撞式橄榄球运动,但腰旗橄榄球不允许抱人和推人,是一项非冲撞性运动。腰旗必须一左一右系在队员腰间两侧。防守方扯下进攻方身上的一条腰旗,进攻即被阻止,有点类似于撕名牌,而进攻方则需在有限的次数内带球达阵得分。参赛人数方面,最多的是5人制,也就是5人对5人。根据不同情况,也有8人对8人、6人对6人和4人

对4人的。

两队轮流进攻,通过移动橄榄球进入到对方得分区域。根据规则,进攻方达阵后可获得6分,同时还有机会获得1分或2分的附加分。如果一方率先达到28分,比赛立即结束。比赛规定用时为30分钟左右,上下半场各15分钟。腰旗橄榄球也保留了美式橄榄球的基本规则,比如场上的队长依旧是四分位,另外需要配合的跑锋、外接、锋线等。

对于新手的担忧,应超向记者解释:只要会跑就可以玩,也不需要准备什么装备,穿一双舒适的鞋子就行。这项运动更考验参与者的应变能力、团队协作以及领导能力,具有较强的团队性、竞技性和趣味性。

运动门槛低 男女皆可参与

正是与传统橄榄球的这些诸多不同,让腰旗橄榄球散发出属于自己的魅力。记者在现场看到,球场上有高大强壮的男生,也不乏纤弱娇小的女生。男生女生都可以玩腰旗橄榄球。一般来说,大多数女生体型和力量较小,在赛场上可以快速奔跑和短距离传球,更具灵敏性。而男生体力更好,可以跑得更远,从事更多力量型的分工。你想摸鱼都难。在应超看来,正因为没有性别限制,每个人都能在赛场上找到自己的角色,这形成了腰旗橄榄球独特的魅力所在。

今年刚大学毕业的小徐,偶然在朋友圈看见有人分享腰旗橄榄球的图片后,就拉着闺蜜一起报名参加体验。主要是感觉这项运动很适合女性,运动能力也没有很高的要求,和朋友一起在场上出出汗挺好的。小徐说。

跟着朋友第一次来体验的小卢则认为,相较于其他运动,腰旗橄榄球更

具有互动性。从热身开始,大家都很轻松愉快,平时在家自己一个人运动显得比较枯燥,这个更有趣,也很解压,还能认识很多有共同兴趣爱好的同龄人。

记者在现场注意到,来参加腰旗橄榄球运动的都是年轻人。主要集中在二三十岁的年轻人。应超告诉记者,目前,皮卡皮腰旗橄榄球俱乐部里已有500多名会员,从男女比例看,女生会多一些。腰旗橄榄球运动对女性很友好,兼容性强,不需要运动基础,上手简单,同时又保留了橄榄球运动的魅力,比赛过程中的拔旗类似撕名牌,具有趣味性,受到女性喜欢。

易入门和高互动性或许是这项运动流行的原因。记者观察到,除了教练和队员,现场还配备了专门的摄影人员,负责抓拍大家的运动瞬间并第一时间分享。在某个社交平台上,搜索腰旗橄榄球,可以看到有1万多篇的分享日记。