

“憋疯”的年轻人， 都去河里玩桨板了

文 / 苏琦

“是‘桨板’不是‘浆板’，字都写错的人就不要来蹭流量了。”近期，很多桨板教练在社交平台上愤怒“开火”，起因是他们最近频频刷到“桨板夏令营”“桨板教学”“卖桨板”的帖子，点赞和评论量颇多，却连这项运动的名字都没写对，严重怀疑发帖人的专业性。

随着各路玩家的入场，SUP（Stand Up Paddle）桨板，火了。这种起源于夏威夷的水上运动，即使是小白也能在短时间内上手。在平静的水面上，你可以选择用任何姿势摆桨划水，站姿、坐姿、跪姿甚至是趴着都行。这比冲浪、皮划艇容易很多，却和冲浪一样非常“出片”，于是，社交平台上迅速刮起一阵“桨板热”。

进入夏天，在许多城市的护城河、公园内的湖面以及露营地附近，出现了越来越多桨板爱好者。装束清凉的人们踩在颜色各异的桨板上，或躺倒、或瑜伽、或钓鱼，有的情侣甚至在桨板上野餐。在桨板上远观湖光山色，近拥城市景观，疫情之后“憋坏”的人们不愿再去陆地上“人挤人”，而是开始在水面上解锁“新姿势”。

对“桨板热”更有感知的是桨板商家和俱乐部老板。一位俱乐部老板告诉开菠萝财经，自己的桨板培训班才开业不到半年，端午节期间全部约满，学员太多，教练都不够用了，正在“急求教练”。而一位桨板商家更是忙翻天，“今年四月到五月的销量，相当于去年一整年，等快递全面恢复，销量还要再翻番”。

桨板看起来热度暴涨，但这项运动及背后的水上市场，会像滑雪和露营一样成为下一个风口吗？与国外水上俱乐部的运营成熟度和用户接受度相比，国内的水上市场还是蓝海，机会广阔，但相关配套设施也亟需跟进。

迷上桨板的年轻人， 在水上看世界

桨板之所以如此火，也与它的低门槛分不开，不少小白第一次入门，全凭自学。网络博主“Camping Tribe 乐筱璐”（下称乐璐璐）是一名资深的露营和单板滑雪玩家，2020年5月在迪卡侬闲逛时，看到桨板在打折，便想着“盲买”一个回去玩玩。

购置了一套桨、板、充气筒之后，当晚她还在闲鱼同城买了两件救生衣，周末就扛着桨板出去玩了。“桨板是充气型的，可以压缩成行李箱的大小，不管到哪都比较便携和灵活。”第一次玩，她就觉得自己买对了，因为桨板很容易上手。她提前在网上看了很多基础教程，穿上救生衣，尝试了几次之后，她基本掌握了上板。“一定要主动跳到水里去，等跳过一次水之后，你就会克服心理障碍，爬上板去也会更容易。”乐璐璐说，不要一直在板上站得笔直，膝盖不灵活反而会



受伤，感觉自己可能要摔了，顺势倒下就可以了。后来，乐璐璐基本上是一边露营一边玩桨板。有时把桨板当船用，把露营装备全部放在板上，划着桨板找适合上岸的露营地；有时把桨板当床用，把桨板固定在岸边的树上，撑开吊床蚊帐，躺在树荫下睡午觉，在虫鸣鸟叫声中睡到自然醒。

另一位博主“北新桥卡戴珊”（下称卡戴珊）最早和桨板结缘是2019年，卡戴珊平时酷爱户外运动，马拉松、越野跑、爬山、冲浪、深潜、游泳，基本都尝试过。今年4月刚一开春，她就迫不及待约朋友划桨板，在朋友的教学下，她很快入门。除了容易入门外，桨板与露营、飞盘、骑行一样，也很出片，这是吸引众多爱好者的原因之一。卡戴珊笑着说，不光可以自己和朋友拍，也要做好被岸边游客围观、被大家拍的准备。

乐璐璐喜欢用无人机俯拍，她明

显感觉到，自己拍的露营图很少被盗图，但桨板的图片却被频繁盗用，“这也侧面说明桨板挺出片的”。不过，桨板的爱好者认为，与露营、飞盘、骑行不同的是，桨板的社交性没有那么强，这是一项“向内探索”的休闲运动。“在其他的运动中，我享受的是运动本身，或者是与朋友的合作，但玩桨板能让我更专注自然，更关注自己的身体与呼吸，使得内心更加平静与恬淡。”卡戴珊举例，因为在桨板上要掌握平衡，要时刻关注风从哪一面吹过来，要观察周围环境的动态，也可以完全按照自己的喜好掌控节奏。

乐璐璐也有相同的感受，她认为桨板是一项“有动有静”的运动。动的时候可以和朋友比拼速度，静的时候可以躺在甲板上，纳凉、发呆。“大自然能给人治愈感，是很好的给自己充电的方式。”

“在水中看与在岸上看，完全不同”，对于卡戴珊来说，在桨板上，可以换个角度去感受这座城市和城市里的人。她还



记得，有一次看到一对情侣一起在桨板上赏夕阳，很安静，只有风轻轻吹动，水面波光粼粼，“很浪漫，感觉置身于电影之中”。

多位爱好者都感觉到，越来越多人开始对桨板感到好奇。乐璐璐所在的西安，水域并不算多，但周围越来越多不会游泳的朋友都来咨询怎么买桨板，而卡戴珊也遇到越来越多路人的搭讪：“这玩意好学吗？桨板多少钱买的？能不能教教我怎么玩？”

拼玩法、拼技术，不拼价格

玩家入一个新坑，第一件事就是买装备。一套基础的立式桨板运动装备分为：桨板（充气型和硬板型）、划桨、救生衣、充气泵、个人用品（泳装、防晒霜、手机防水袋、遮阳帽）等。而这些基本配置，都可以在网上买到。在国内的桨板圈子里，玩家们普遍认为，入门级别，所需的装备数量不多，且比露营、滑雪设备的价格要“友好”得多。乐璐璐观察到，她的朋友中每周去玩桨板的人还没那么多，更多人是找她体验这个项目，因此大家都会借用她的桨板，同时她也会为朋友们准备多件救生衣。买一套基础桨板装备需要花多少钱？按照一位网友列出的清单，一套装备的总价在4000元左右，其中桨板的价格占到一半。

而冲浪板和桨板的品牌相对分散。过半数的板类品牌来自北美、澳洲及欧洲等地，如AZTRON、BOTE、SIC、Aqua Marina等，在多年发展中，也诞生了一些高端品牌，加拿大高端水上品牌BeauLake就是其中之一，一个充气板的价格为1950美元左右，与国内产品的价格相比高出13倍。

而国内市场，过去多为贴牌产品，且走的是性价比路线。从业十年的国家桨板教练讲师虞雷称，因为中国是桨板代工出口的大国，每年代工出口的桨板数量较大，由于许多工厂转内销，国内桨板市场竞争激烈，致使桨板价格整体下降。

一般单板的价格在800~2000元左右。许多玩家注意到，在咸鱼上，有不少商家在售卖外贸尾单桨板，价格低到千元以下。玩家们更在意的是装备的玩法进阶，例如，在静水环境下有休闲板、旅行板、竞速板，在非静水环境下有漂流板、冲浪板等。

“没有限制、融合性强，也是桨板的一大特色。”卡戴珊称，不同的板也代表了不同的玩法，它可以跟瑜伽、路亚钓、飞盘等很多项目结合，它相当于户外活动中的一个环节，可能性和适应场景都比较多。”

弘健AAPC划桨俱乐部负责人，温馨说道：休闲玩家爱在

静水中玩桨板，一些进阶玩家则喜欢在公开水域玩，比如去海里玩桨板冲浪，部分爱冒险者会在技术娴熟之后，尝试“白水桨板”（漂流的进阶形式），前提是有相应的救援措施。虞雷此前也是激流和极限运动爱好者，他建议，没有进行过系统性技术学习的玩家，玩“白水”容易产生危险，千万要注意安全。

这就又涉及到桨板圈子的另一种进阶——技术的进阶。当爱好者入门后，在技术层面会各有侧重，有的注重研习花式技巧，有的追求竞速。“想要提升技术，就需要去专业的俱乐部进行进阶，最大的成本是时间和精力，需要大量练习。”温馨表示。桨板的培训机构及俱乐部的课程，一般分单次体验型和长期训练型。以北京地区为例，体验型消费包括入场费和教练指导费，收费情况在300元/1.5小时左右；长期训练的用户，可办理会员卡，一般在2000元左右，半年内可多次使用。

桨板的火爆也吸引了一批“打卡”者。温馨认为，这个群体间接推动了这项运动的发展，让更多人关注到桨板运动。虞雷说，“不少运动都存在所谓的鄙视链，对新人的包容度不够强，但桨板没有所谓的鄙视链，职业划手看重的是职业赛奖金，而业余玩家的目的是休闲。”如果有鄙视链，那么，多位受访者都认为，任何一个运动，鄙视链的最顶端是安全，以及对大自然的敬畏之心。

桨板，会是下一个风口吗？

桨板市场真的火爆起来了吗？在多位受访者眼里，各项配套的管理措施、水上安全教育程度，仍需完善。首先，多位桨板行业人士认为，目前国内各城市的水域开放程度以及相关政策不同，甚至处于灰色地带。比如，在一些城市的护城河以及开放式公园湖里，虽然并不会制止人群下水，但也并不意味着是支持的。“河边的牌子一般会写‘文明亲水’，没有明文禁止，理论上都是可以下水的。以及基本每个河道都有水质的公告，达到饮用水级别的区域、水库是不允许下水的。”卡戴珊称。

城市的水质问题确实是桨板爱好者的关注点之一。卡戴珊称，在自己的笔记下方，很多人会讨论这片水域的水质情况。但她感觉到，近几年城市公共水域的水质在明显变好。“小时候经过护城河的某段，都得捂着鼻子，现在眼见水质越来越好，河边也修起了公园健身步道和景观植被，户外运动的人也多了起来。”其次，在许多从业者眼中，桨板正成



为一门新兴生意，与露营和飞盘相比，投入更大、模式更重，赚钱更难。

“水上项目的场地大、管理难，加上器材耗损、人员的专业化培训、还有配套保险费用，需要大量的前期投入。除了资金，还需要配齐相关的资质证件，比如水域合法运营权，合规的配置和救援队资质，教练也要有相关的教练证。”温馨称。“行业的爆发来得太快，持证上岗的教练数量，完全跟不上井喷的群众需求量。”受疫情影响，今年的教练培训班暂时没有开课。除了上岗资质，在温馨看来，想做好一名专业教练证并不容易。“教练不光要学技能，还要学水流、天气、救援、航行安全等各方面的知识，要考虑的细节特别多。”

虽然国内的桨板运动还有不少限制，但不妨碍从业者们对这项运动的未来抱有信心。桨板的各种属性都非常像滑雪，但水上运动的市场潜力比滑雪要大得多。虞雷称，因为桨板不局限于某个区域，江河湖海都可以，同时桨板在南方城市几乎没有季节性限制，背后蕴含着巨大的市场空间。

数据也证实了这一点，2019年全球水上运动市场的规模约为432亿美元，到2021年将达到552亿美元。另据数据咨询公司Technavio的数据，在2021年至2025年的预测期内，全球站立式桨板市场规模预计将以近6%的复合年增长率增长，达到1.08亿美元。

多位业内人士认为桨板运动有机会“冲奥”，彼时，桨板将迎来更大的爆发期。“到那时，桨板将从专业化到全民化，产业链上下游也会更完善，从业者也会更积极。”虞雷称。温馨此前和国外很多桨板及水上俱乐部有过接触，也看到了国外的相关产业链运营得非常成熟，用户接受度和运动普及度都很高，她坚信桨板在国内还属于蓝海市场，行业将迎来爆发。

（来源 / 开菠萝财经）