

疫情之下 这些小众运动正在悄然兴起

文/林嵩

“人们对户外体育、健康生活方式抱有更大热情。对线下社交的强烈愿望，带动‘Z世代’城市青年为个性化体育项目买单。而新兴的运动项目成为热门，则意味着年轻一代的习惯和偏好正深刻引导着全民健身的普及。”

随着疫情的持续发酵，今年的旅游业又遭遇重创。根据国家文化和旅游部数据中心统计，2022年“五一”假期，全国国内旅游人数为1.6亿人次，同比减少30.2%。九寨沟、杭州西湖等景区客流量较往年有较大幅度下滑，三亚酒店今年五一的平均入住率仅为20.75%，同比下降超6成。此外，著名的黄山景区也在今年春天陷入“迎客松无客可迎”的艰难境地，3月游客接待量更是同比锐减81%。

疫情之下，旅游行业整体遭遇重创，却一不小心兴起了各类户外运动和新潮小众运动。从火爆的城市周边游、扎堆的亲子露营、飞速流行起来的飞盘、

腰旗橄榄球等运动项目中，人们看到了不同于清冷的旅游市场的另一番热闹景象。

对于每一个都市人来说，大家都有休闲娱乐的需求，而疫情更加激发了人们对户外运动的热情，于是就有了2021年户外小众运动的爆发开端，也因此滋养了飞盘、滑板、冲浪、骑行、户外露营、滑雪等这些小众玩家运动项目的繁荣发展。

作为年轻人的心头好，这些新潮运动更包含着年轻人所崇尚的生活与社交方式，可以说社交需求是诱发消费行为的一个非常核心的动机，过去国人喜欢用奢侈品来标榜自己的品位和社交身份，而如今，新潮运动也逐渐被赋予了这样一层含义。



疫情催生 新潮运动

2022年，飞盘成了风靡年轻人生活圈的头号运动项目。这项运动兴起于留学生和大学生群体，其规则与橄榄球类似，不过因为没有身体对抗所以对于男生女生的普适性更强，而且飞盘对于参与人数、运动场地限制很少，规则简单，费用相对来说不高，因此推广门槛很低，又因为自带社交属性而深受年轻人喜爱。

不少爱好者坦言飞盘容易让人上瘾，这块市场价普遍不超过100元的小圆盘，简单到只需要一片空地和两个人就能玩起来。即使是在写字楼，也能看见午休时年轻人在楼下扔飞盘的场景。

和露营类似，飞盘这项运动同样火于小红书，在这个平台上，飞盘被定义为是潮流时尚运动，有关于飞盘的笔记量多达3万多篇，半年增长了113%。小红书上网友们分享的内容不仅有简单的飞盘科普、规则教学，还有打盘Vlog、甚至飞盘运动穿搭等，一些明星和KOL也经常在小红书上分享和飞盘相关的内容从而引发潮流跟随效应。

露营作为去年国内最为流行的出游方式，在今年“五一”节假日期间，更是上演了“万帐齐驻”的火爆场面。在北京、广州等各大城市周边，市民们几乎不会放过任何一块允许扎营的草坪。虽然说精致露营也有点烧钱，但相比于节假日各个郊区上千一晚的昂贵民宿来说，自驾露营简直成了性价比最高的选择。

据在线旅游平台大数据显示，今年“五一”期间，露营相关产品（住宿、出游）的预订量是去年的3倍，

可提供露营的公园门票销量同比去年涨幅超4成，有娃家庭纷纷自驾前往怀柔、密云、顺义、延庆等地河畔，带着一顶帐篷、一张吊床、几把折叠椅，在摆满美食的野餐桌前，享受亲近大自然的美好。

作为集“近出行、浅需求、低消费”等三大优势于一身的“轻度假”模式，露营很好地满足了疫情之下人们的出游需求，因此，此次“出圈”也是发展的必然结果。

在露营和飞盘之后，近期迅速出圈的另一项户外运动——腰旗橄榄球也同样榜上有名。在玩法上，腰旗橄榄球与飞盘类似，这主要是因为飞盘借鉴了橄榄球的运动规则，飞盘有的，腰旗橄榄球基本都有。因此在看到飞盘火出圈后，有着近亲关系的腰旗橄榄球迅速被公众接受，趋势崛起。

和飞盘一样，腰旗橄榄球玩法简单，对新手十分友好，而且不论参与者身体素质强或者弱，在这个游戏中都能找到适合自己的位置，这一点甚至比飞盘更具兼容性。此外，无论男女都可以共同参与到这个游戏中，因此比篮球、足球更容易吸引男生参与。

作为当下年轻人展示的生活方式的重要社交媒体——小红书成为了这一新潮运动的发酵平台。目前，NFL腰旗橄榄球首个中文社媒帐号已经入驻小红书，全国各地的腰旗俱乐部也纷纷入驻小红书，并加入了平台上的腰旗橄榄球联盟。

此外，小红书还专门建立了腰旗橄榄球社群，鼓励大家分享与橄榄球有关的一切内容，包括参与体验、橄榄球技巧，以及装备种草等等，作为目前国内新潮运动最大的孵化平台，如今小红书已经成为露营、飞盘、腰旗橄榄球的主要流量入口。值得一提的是，腰旗橄榄球也已经成为上海中考的必修科目，相信在中学校园的推广普及下，腰旗杆橄榄球将势必拥有更广泛的受众基础。

随着天气的日渐转暖，骑行也逐渐被广大市民提上日程，无论是北京的骑行夜刷长安街、广州的黄埔江夜骑，还是成都的环城骑行，无论是在城市还是郊野，几乎都能看到成群结对的骑行车队。

作为一项在国内存在已久的运动方式，骑行从上个世纪七八十年代的奢侈代步车，到后来的“穷人乐”，再

到现在的时尚回归，骑行逐渐从代步工具变身成为一种时尚运动方式。而且与前面的飞盘和腰旗橄榄球不同的是，骑行的受众群体能够跨越 20 ~ 60 岁，不仅有喜爱的骑行年轻人，中年骑行队在专业骑行玩家中也并不少见。不过，就目前来看，青年群体骑行更多以通勤为主要目的，反而是退休人群则以旅游为目的而选择骑行。

在小红书上，有关骑行的内容分享也数不胜数。骑行路线、装备，骑行减肥，尤其是骑行穿搭，都是小红书上讨论度颇高的一些热点话题。作为既能凹造型又惬意舒适的一项运动，骑行的强势回归离不开其不可替代的美妙体验。

小众运动 会走向主流吗？

从以上这些兴起或出圈的小众运动来看，小众运动大概可以归纳出一些共性，例如：游戏规则简单入门门槛低、社交属性强、平价、对场地要求低等。

回顾一下国内很早就流行起来的那些主要户外运动，例如乒乓球、羽毛球、篮球、足球等，对于非专业

玩家来说，基本都具备低门槛、强社交、平价等共同特点，这些运动在今天依然占据主流。这也意味着，前面所说的这些新潮小众运动，也大有走向主流的潜能。

当然，新潮小众运动的兴起，与这些传统主流运动最大的不同，就在于它的时尚属性。这些运动均兴盛于小红书，在小红书的精心运营下，新潮运动被赋予了时尚、年轻、自由等涵义，非常符合当代年轻人的向往与追求。

此外，新潮运动的兴起也让更多小众运动从业者看到了希望，例如滑雪（当下也已经流行起来）、潜水、攀岩、跳伞等等，这些小众运动更追求体感上的刺激，虽然比较“烧钱”，但确实也吸引着越来越多的年轻人前来体验。

据《2020—2021 年抖音体育生态白皮书》显示，小众项目已经通过短视频被更多人看见，如剑道、飞盘、冰球、攀岩、马术、跳伞、橄榄球、棒球等曾经不被用户熟知的小众体育运动，如今在抖音上分别实现了过亿的播放与超过千万的点赞。

国家体育总局发布的数据显示，中国运动人数增长迅猛，预计 2025 年将达到 5 亿人。其中，攀岩、滑板、帆船、冰球等小众运动的参与人群日益增加。

对于疫情之下小众运动的兴起是否能在未来走向

大众化，马蜂窝旅游研究院院长冯饶认为，疫情之下，人们对户外体育、健康生活方式抱有更大热情。对线下社交的强烈愿望，带动“Z 世代”城市青年为个性化体育项目买单。而新兴的运动项目成为热门，则意味着年轻一代的习惯和偏好正深刻引导着全民健身的普及。（来源 / 互联网 + 体育）