

拿着大号乒乓球拍，在羽毛球场地上打网球 匹克球为何让年轻人“上头”？

【文/青年报记者 刘秦春 图/青年报记者 常鑫】

“砰！砰！砰！”上海体育大学松江校区的匹克球场上，清脆的击球声与年轻的笑语此起彼伏。19岁的阎善琦挥动球拍，每一次击打都带起一阵欢呼。这片标准场地，如今日日迎来手持彩色球拍的青春身影。融合网球场、乒乓技巧与羽毛球特点的匹克球(Pickleball)，正以其亲民易学、时尚动感、老少皆宜的魅力风靡全球，悄然走进中国健身爱好者的视野，成为都市青年的运动新宠。



“第一次打就爱惨了！” 匹克球在青年群体中走红

在上海，匹克球正以惊人的速度渗透青年生活。松江大学城多所高校改建匹克球场；上海17所高校师生参与了2024年上海首届高校匹克球邀请赛；抖音上“匹克球”话题播放量多达3.8亿次；小红书上“匹克球”话题浏览量达1.3亿。此外，上海体育大学发布的《2024年体育消费报告》显示，匹克球、匹克球网、匹克球拍的成交额同比增长均超10倍。

那独特的“砰砰砰”击球声，对许多年轻人而言，是解压的“治愈之音”。“太治愈了，第一次打就爱惨了！”一位爱好者感叹。然而，对更多人来说，匹克球仍带着



一丝神秘色彩：这究竟是怎样一项运动？

“Pickle意为泡菜，故匹克球也被称作泡菜球，”上海体育大学体育教育学院副教授、匹克球中级教练员及二级裁判员林世行解释道，“它巧妙融合了网球的场地特质、乒乓球的控球技巧与羽毛球的网前战术，核心在于持拍击球过网。”球拍与球的每一次碰撞迸发脆响，球员移动时鞋底与地面的摩擦声交织，共同勾勒出这项运动的独特韵律。

1965年，匹克球诞生于美国。创始人乔尔·普里查德与比尔·贝尔本想与孩子们打羽毛球，却苦于找不到全套球拍，于是就用塑料球、木头拍和简易网玩了起来。由于家中名为“Pickles”的宠物狗总爱捡球玩，故将他们自己发明的这项运动命名为“Pickleball”（匹克球）。

2016年，林世行第一次接触到了匹克球，而他在

美国访学时更亲身经历了匹克球文化更深层的变迁。“当时这项运动在国内的推广条件不成熟，球拍球网等器材基本都买不到，上海玩的人也很少。”他回忆道。有趣的是，最开始在美国玩匹克球的玩家以老人居多，没想到后来发展成了年轻人的社交密码。

“无论之前打过什么球，都能在匹克球场找到自己的风格，”上海工程技术大学轨道交通学院大二学生阎善琦分享道，“氛围和谐快乐，无须费尽力气进攻，大家玩得轻松自在。”爱好者精辟地形容其包容性：“如同拿着大号乒乓球拍，在羽毛球场地上打网球。”

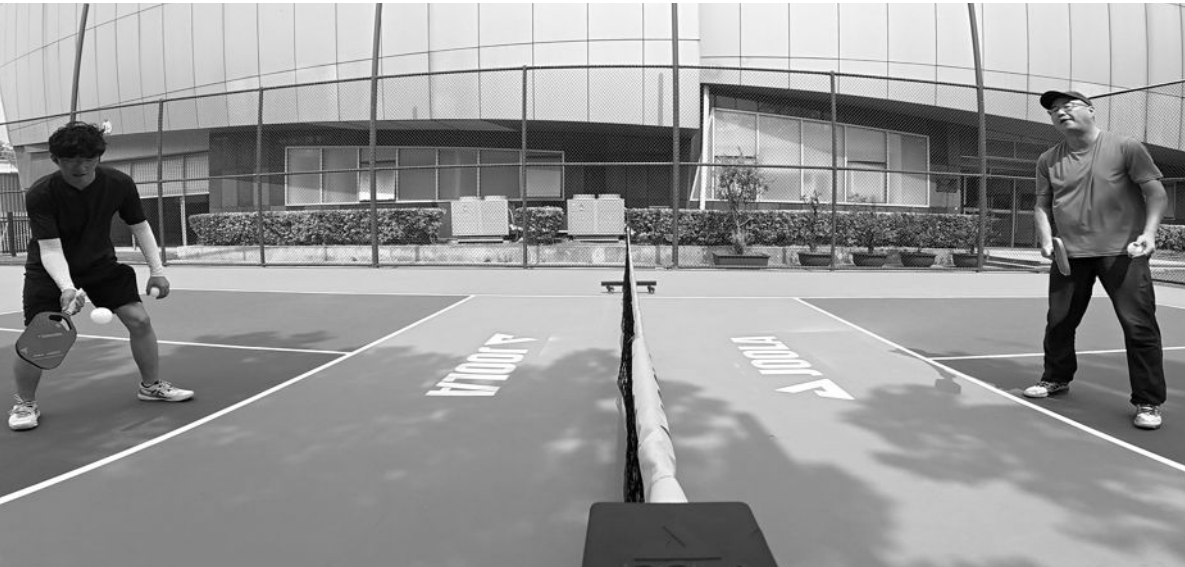
“这不是简单的运动替代，而是新的社交方式。”林世行向记者展示上海高校匹克球赛事照片：上海外国语大学的学生用乒乓球技巧完成“网前截击”，上海海洋大学学生将网球“高压球”改造成匹克球“空中轰炸”。“它打破了传统运动的壁垒，这意味着你不需要从小训练，也能在双打中找到自己的位置。”林世行说。

真实社交实验 运动场上的青春辩证法

正如林世行所说，当匹克球在青年群体中流行时，一些传统运动场景正在悄然改变。曾经喜好在健身房里戴耳机跑步的年轻人如今更愿意组队去匹克球场。运动手环记下了卡路里的消耗，朋友圈则录入了无数欢笑。屏幕蓝光映照下的虚拟社交也被球场上的真实互动取代。

球网对面，与阎善琦对阵的是两名年轻教师：上海工程技术大学科研处的吴佩成和党委办公室的李莉。2024年，他们便成为尝鲜者，那时匹克球刚刚流行起来。回忆起初次接触，没有教练指导，两人对着视频教程边学边练，琢磨技巧。后来，他们索性在校内成立了匹克球协会，吴佩成担任会长。目前，协会已经有了百余名成员。

吴佩成以前不爱运动，尝试过打网球，但体验感极



链接 LINK

匹克球产业未来可期

【文/新华社】

随着匹克球被越来越多人所熟悉，其市场需求不断扩大，目前中国已成为全球最大的匹克球装备生产国之一。《中国匹克球运动考察报告》显示，据不完全统计，目前国内生产匹克球相关产品的企业约有300家，且呈现快速增长的趋势。这些企业主要生产球拍、球网等器材装备，很多国际知名品牌都由中国企业代工生产。不过，目前国内匹克球装备的消费能力尚未跟上，产品主要销往国外市场。

近年来，国内匹克球装备自主品牌也开始崭露头角。李宁(中国)体育用品有限公司羽网事业部总经理任茂成介绍，虽然中国的匹克球装备消费市场还处于早期发展阶段，但随着社会关注度的提高，潜在市场需求巨大。李宁公司已经推出全系列的专业匹克球产品，并积极通过赛事推广该运动的普及。

任茂成说：“在北美，匹克球相关产品的市场规模每年以接近30%的增长率上升。在中国，匹克球作为新兴运动项目，虽然起步较晚，但普及速度明显加快。中国匹克球装备市场的年增长率估计在20%至25%之间。”

在装备制造行业快速发展的同时，匹克球在国内的普及尚有较大空间。

经营匹克球俱乐部的张艳表示，在上海，匹克球参与人群的增长速度远不及新球馆的开设速度，部分球馆通过低价或免费体验的方式吸引客户，导致俱乐部面临成本压力。

一边是参与人群不足以支撑场地运营，一边是场地短缺满足不了运动需求。对于这种区域发展不均衡造成的供需错位，国家体育总局小球运动管理中心副主任、中国匹克球运动工作委员会主任王赞表示，中国匹克球运动工作委员会将进一步推动基础设施建设，鼓励有条件的地方和企业新建或改造匹克球场馆，力争在每个省(区、市)的重点城市建设一定数量的匹克球场馆，并探索在公园、广场和社区中配套建设匹克球设施，以场地建设带动人群参与，促进项目均衡发展。

“匹克球运动的普及，将推动匹克球产业不断发展壮大，形成全产业链条。”王赞说，“我们将充分利用中国在匹克球器材生产上的优势，打造具有中国特色的产业模式，实现匹克球与旅游、文化、教育和媒体等多领域的融合发展。”

差。吴佩成回忆，在学校网球场上，他常因接不住球而反复弯腰捡球，他不喜欢这种挫败感。

然而，匹克球却意外地俘获了他。如今，匹克球场几乎天天能看到他的身影，炎炎夏日也阻挡不了他打匹克球的热情。“运动让我变得更好，这很重要。匹克球充满趣味，让人愿意持续参与。社交属性又强，认识了许多新朋友，一起打球、聊天、约饭，这成了我生活中的一大乐事。”吴佩成说。

与吴佩成不同，李莉本就是运动爱好者。她每周的业余时间几乎都被匹克球和羽毛球填满，网球也曾是她的选项。打匹克球时，她常自然运用网球的挥拍姿势。“它容易上手，运动量恰到好处——不会太累，也不会没感觉，更不像网球场那么大跑不动。”更重要的是，她不想下班之后回家一个人待着，喜欢在球场上和打球搭子真实互动。

匹克球场，俨然成为观察当代青年精神成长的窗口。它凭借低门槛特性，帮助青年突破社交恐惧；同时保留着运动的竞技内核，形成从轻松入门到深度热爱的成长路径。

点燃青春向上力量 让人气运动成为新交流纽带

近日，国家主席习近平向美国马里兰州青少年匹克球文化交流访华团师生回复口信，他提到“很高兴看到匹克球这项运动成为中美两国青少年交流的新纽带”。回信在匹克球青年爱好者中引发了热

议。吴佩成表示看到回信时非常开心，因为这不仅是对匹克球运动的认可，更意味着这项小众运动未来在国内的推广和发展将会进一步提速。

“作为爱好者，我期待匹克球未来能像乒乓球、羽毛球一样，成为全民健身的热门选项，”吴佩成展望道，“它简单易学、老少皆宜，兼具趣味性 with 竞技性，非常适合校园师生。我愿意积极在校内协助推广。相信未来匹克球会获得更多社会关注，吸引更多人了解、参与。”

林世行则提出了双向交流的构想：“国外友人可以‘走进来’，我们也可以‘走出去’。国外匹克球联赛体系成熟，或许我们也可以组织青少年多出去看看。”他对项目前景充满信心：“匹克球未来的发展前景不错，如果我们能从青少年开始培养更好，因为只有这样才能培养出更专业、更高水平的人才，培养出未来在大赛中能够争金夺银的优秀匹克球运动员。”

阎善琦已数次在匹克球赛场上邂逅外国留学生。最令他印象深刻的是一位西班牙对手。“他身高臂展优势明显，”赛后交流中阎善琦得知，在西班牙，匹克球颇为盛行，资源丰富。两人互加好友，相约再战，阎善琦期待向他请教更多技巧，也打算向他推荐本地美食。

夕阳为球场镀上金边，阎善琦的球拍再次划出优美弧线，脑海中浮现上次比赛中那位留学生分享的击球要领。当匹克球划破空气的轨迹，与回信中寄予的期许在空中交汇，他感受到：这跃动的青春，不仅强健着体魄，更积蓄着向上生长的蓬勃力量。