

小球员在进行击打练习。



一项热血趣味运动

灿烂的阳光洒在草坪上，击球手压了压头顶球帽的帽檐，双手用力握了握球棒，紧紧地盯着前方的投手。远处，白色小球飞起，在空中划出一条洒脱的抛物线。

待小球落到眼前，击球手瞅准最佳时机大力挥棒，“当！”一声清脆的击打声打破了场上的宁静，跑垒手旋即冲刺抢垒，远处的捕手奋力奔向小球，队员们呐喊、呼应……

每周六下午，在海口世纪公园的一处草坪内，经常汇聚着三四十名棒球爱好者，他们独特的装备、潇洒的动作，总能引得路人驻足。

场上，半数球员都是来自布鲁嘉(Beluga)棒垒球俱乐部。出乎预料的是，这一行人并非仍在校读书的毛头小子，而是一群来自各行各业的职场人士。

“棒球在国内还相对小众，许多人误认为这项运动非常激烈，只适合年轻人。但实际上这是一项容易上手，互动性和趣味性强，全民都可以参与的户外运动。”俱乐部创始人之一吴冰介绍，棒球规则并不复杂，比赛分为攻守方，每方人数9人，球员利用球棒和手套，在一个直角扇形的棒球场里进行比赛。

比赛时，两队轮流攻守，当进攻球员成功跑回本垒，就可获1分。比赛通常共有9局，每局分为上下半局，累计得分高的一队胜，如果第9局结束双方打平就会进入延长局，直至分出胜负。

在这过程中，没有直接的身体对抗，所以相较于篮球、足球，棒球对球员的体型、体格要求要低很多。

“可以说，棒球运动不挑人，男女老少都可以玩。强度不大，安全性很高，是一项可以从七岁玩到七八十岁的运动。”吴冰说，在俱乐部组织的每次练习中，都有零基础的市民加入，从而慢慢入了迷，成为铁杆粉丝。

棒球是一种生活方式

操着一口流利、地道的中文，美籍华人吴冰实际上刚来海南没几年时间。2016年，他带着团队来到海口，致力于海南省健康事业的发展，与海口市多家大型医院、社区医院合作，以推动“健康海南”建设。在忙碌工作之余，吴冰总感觉还缺点什么。

“在美国，大多数家庭都习惯在周末和家人、朋友们打上一场畅快的棒球赛，释放工作压力，增进交流和情感。”吴冰说，棒球不仅是一项运动，也可以成为一种生活方式。

“不如试着在海口打打棒球？”这个念头冒出后，吴冰很快付诸实践，邀请朋友、同事在工作之余一起打球，“很快，很多人通过社交媒体了解到我们，希望加入。”

“海南宜人的气候很适合推广棒球运动，在玩的过程中，我们渴望将这项健康有趣的运动分享给更多人。”吴冰介绍，大伙经过商量，于去年11月注册成立了布鲁嘉(Beluga)棒垒球俱乐部，分享棒球运动，加强与省内外专业玩家的交流。“Beluga有‘白鲸’的意思，俱乐部的标志是一头憨态可掬的大白鲸，我们希望以此让大家感觉到棒球是一种充满活力、健康可信赖的运动，让棒球在海南‘热’起来。”

俱乐部组建过程中，美国人麦克欣然受邀成为团队教练。“有趣、友谊、合作”，他认为，棒球运动饱含趣味，更传递了团结拼搏，永不言弃的体育精神。

如今，每个周末，棒球爱好者相聚训练比赛，成为他们的一种生活方式。

“在这个过程中，大家享受的不仅是运动本身，更是以球会友，释放激情的简单和纯粹。”在吴冰看来，棒球，除了考验速度与勇气，兼顾个人能力与团队战略。最重要的一点，它是一项极其强调人际互动和交流的运动。

比如，在每场比赛中，球员随机分组，大伙为了团队而战，冲劲十足。击球后的全力冲刺上垒，通力合作“截杀”对手；并不熟悉的队友互相击掌鼓励，呐喊助威；精疲力竭之下，即使结局已定，队员也要努力跑回本垒……

“棒球赛场不只属于专业运动员，只要亲身体验，克服紧张和顾虑，大胆投球，用力冲刺，就能找到其中的乐趣。”作为“新晋粉丝”，汉娜第一次打棒球时，还有些不习惯，但很快便沉迷其中，场场不落。



学员在进行投掷练习。

一个人到一群人的尝试

从一个人喜欢棒球，到一群人一起玩棒球。吴冰说，这是爱好者们志同道合的选择。

比起简单的“以球会友”，吴冰和伙伴们有着更远大的目标。“近年来，我们希望能够把专业化的棒球运动体系引入海南，包括组建队伍、举办赛事、培育文化和建立成熟的俱乐部运营模式等。”吴冰说。

“未来，随着海南自贸港建设推进，国际化程度的提升，越来越多的海外人才聚集海南，工作之余，也依托文体活动加深情感交流。”同为俱乐部创始人之一的西蒙认为，棒球运动在海南的发展，也有助于海南融入世界，增强海南的文化软实力。

尽管大家对棒球的魅力和推广前景充满信心，然而在海南推广棒球运动仍然任重道远。一方面，由于人们对棒球的认知度不高，很多人高估其危险性。另一方面，还有基础设施和文化氛围的缺乏。海口目前还没有一个标准化的棒球场，爱好者们期待能早日拥有真正的训练场地。

“但我们相信，只要坚持推广，一定会有越来越多人了解和爱上这项运动。”吴冰说。

金色的阳光，油绿的草坪，奔跑的身姿，棒球划过低空的曲线，肆意挥洒汗水后响亮的笑声，很难说清棒球的魅力具体是什么，但当你参与其中，在球场中挥洒汗水，就是快乐本身。

这个春天，趁着天气晴好，我们打棒球去吧！

玩棒球 一起

文海南日报记者 邓钰 图海南日报记者 封烁

棒



吴冰。



学员在进行练习。



教练麦克进行棒球击打示范。