

社交新世界  
运动云  
动炫社交吸引力场  
陆冲、飞盘等时尚运动成拓宽交际圈新工具

文海南日报记者 王迎春

张开双臂，脚踏陆冲板肆意“追风逐浪”；奔跑跳跃，手抛飞盘在空中划出利落弧线……眼下，以陆冲、飞盘等为代表的新兴时尚运动十分走俏，它们以前所未有的速度席卷着城市公园、广场等日常公共空间，成为许多人全新的生活方式。

与此同时，“以板会友”“以盘会友”更是一股强劲风潮。显而易见，这些呈“出圈”态势的户外运动都具有较强的社交属性，除了挥洒汗水之外，还成为了人们拓宽社交圈和结识新朋友的工具。在投身运动的过程中，一条加深人际交往的纽带正在将同好者们联结起来。

## 陆地逐浪不孤独

“刷街走起！”“碗池见！”这是“陆冲人”之间的组局暗号。

拿起心爱的板子，陆冲女孩Yuki出门赴约。踏上陆冲板的那一刻，感受风穿过身体，一切烦恼随着速度抛诸脑后，这是她和板友们一天当中最自由的时光。

2022年夏天，陆冲在国内迅速走红。这项起源于美国加州的小众运动全称为“陆地冲浪板”，是滑板运动的一项分支。起初，陆冲是冲浪、滑雪爱好者在非浪季、雪季的替代运动。上板后，玩家依靠身体的摆动弧形交叉前行，就可以在城市钢筋森林里尽情体验飞驰快感。

和许多人一样，Yuki在万宁日月湾第一次体验陆冲时，就对这种拥抱自由的感觉深深着迷。当时城市里玩陆冲的人还不太多，Yuki经常约上几个板友一起刷街，一同练习更酷的“招式”，是海口玩陆冲较早的一批人。

无论是街区空地，还是公园广场，有块平地就能滑行，陆冲对于场地要求的灵活性，使得这项运动的入门门槛大大降低。要说海口陆冲氛围最浓厚的场地，云洞图书馆绝对排在前头。夜幕降临，板友集结，在馆前广场交错滑行，成为一道“吸睛”的城市风景线，或是排成“浩浩荡荡”的长龙，沿着海口湾的跑道畅快刷街，或是变换队形玩出花样。

“这块板子真的很有趣！我们在户外滑的时候，会有完全没接触过的人被吸引过来，简单地‘蹭板’尝试就迈出了第一步。”以板为

媒，Yuki也因陆冲结交了很多新朋友。小意就是在其中一次陆冲局现场“入坑”的，彼时还是陆冲“小白”的他，如今已是资深玩家。在他看来，陆冲就是有“自来熟”的魔力，能让人在陌生场合快速社交，拥有沉浸的快乐和自由。

Yuki看到了这项街头运动强大的社交属性，许多陆冲爱好者都想要找到“组织”，她在社交平台上分享自己的陆冲视频，底下也有不少评论。“城市里一定不止这些陆冲玩家，还有很多对陆冲感兴趣的人。”2022年7月，刚大学毕业的Yuki和朋友们创建了海口第一个陆冲社群——海口云浪陆冲社，致力于把“海浪”带到城市。

陆冲的传播性超乎了她的想象。“热爱陆冲的人会影响身边的朋友，形成连带效应。”Yuki告诉海南日报记者，社群最火热的时候，一天内进了一百多人。如今，云浪陆冲社已拥有近1300名社群成员。

在陆冲的时间里，板友们能够暂时放下忙碌，全心全意地享受与风同行的自由状态和轻松愉快的社交氛围。陆冲社通常会在周末组织活动，此外，社群日常活跃度也很高，经常有三两板友在群里“吆喝”一声，就组了一个小型陆冲局。

“和大多数人生活节奏不一样的人，在这里也能找到时间对得上的板友。随时随地，说走就走，这就是陆冲的奇妙之处。”Yuki透露，甚至是下班已近零点的“打工人”，也能一起再相约陆冲“夜夜场”，有时候滑到半夜也不会觉得累。

## 极限飞盘敞心扉

和陆冲不大相同，另一个运动界的新宠——极限飞盘在规则上天然就具备社交属性。

空阔的草坪上，一群人角逐着空中的飞盘，这边甩腕抛盘，那头默契接传。极限飞盘融合了橄榄球、足球和篮球等运动的玩法，玩家分组对抗，在场地内通过各种战术性的走位跑动，传递飞盘到指定区域，队友成功接住从而得分。

除了酣畅淋漓的奔跑快感，团队奋战

的体验感也是极限飞盘吸引况婷的关键。“我在平常工作当中是‘单打独斗’的角色，玩运动就是想组团和合作，认识更多的人。”去年10月，况婷在一场飞盘体验活动中“上头”。

“虽然场上几乎都是陌生人，但飞盘却能在极短的时间内消除距离感。”究其原因，况婷认为，分组对抗的飞盘需要队友间协力作战，默契配合，一局比赛下来，彼此间不自觉地增进了信任与了解，盘友们在尽情释放压力的同时，也打破了社交隔阂。

另外，飞盘的社交属性还在于“不挑人”。“避免直接的身体接触，简单易上手的基本规则，并不复杂的装备，都意味着飞盘是一项没有性别限制，大多数年龄层都能加入的团体运动。”海口Jibua飞盘俱乐部负责人邢俊坦言，飞盘“破圈”很大原因是颇受年轻女性青睐，和飞盘共性颇多的腰旗橄榄球同样因此火热。

“就算是新手局，氛围也很好。飞盘魅力在于运动本身，扔出或接住一个盘，在场盘友都会为你鼓掌喝彩，在这个过程中敞开彼此的心扉。”邢俊说，飞盘运动中，大家都保持着真诚的态度，盘不落地，永不言弃，这也是飞盘精神所在。

## 群体场景多元化

近两年，在接连“出圈”的新兴运动中，融合社交成为主流趋势。除了户外这一特性之外，较低的入门门槛、潜在的交流合作特质等因素都会为这些运动的社交属性加分。

“相比起其他休闲活动，运动的‘性价比’更高，是一种新的消费热点。”陈辰不仅是一位陆冲“发烧友”，也玩转飞盘、尾波冲浪等多项户外运动。在他看来，这些运动带来了正能量的情绪价值，人们在运动过程中能够拥有平等、有效、健康的社交，让有些处于低谷的人改变状态。

而陆冲、飞盘等户外运动兴起的背后，还受快节奏城市生活的影响。在繁忙的工作之余，人们开始重新寻找和关心自己的“附近”，并希望找回和集体、社群的联系，其中年轻群体的社交需求尤为强烈。许多人更愿意将下班后的时间投入到户外运动中。

采访中记者发现，新兴时尚运动的主力军集中在“20+”和“30+”年龄段，进入职场几年、刚组建家庭的人不在少数，在拥有时间精力的前提下，运动社交是他们所选择的生活新方式，也成为了拓宽原先相对固化的社交圈的渠道。

同时，这些运动也正向更广泛的年龄层延伸，陆冲和飞盘就是典型的“老少皆宜”，场地上也有儿童和中老年人。无关年龄、职业，大家因为喜爱同一项运动相聚畅聊，玩在一起。

不仅如此，多元化活动也搭建起丰富的运动社交场景。“露营+飞盘”“飞盘进校园”“马术+陆冲”“复古花衬衫陆冲派对”……社群经常会结合本土文化特色、节日契机、场地资源等，创新运动玩法，赋予社交更多的可能性，并利用社交平台进行线上分享和推广，推动潜在用户参与线下体验，打造线上线下多重互动的运动社交生态圈。

阳光、沙滩、海浪、椰树……极佳的气候和景色，让海南成为毋庸置疑的户外运动圣地，而这片水土，同样也孕育着运动社交的新世界。■



板友们在复古花衬衫陆冲派对结束后合影。  
海口云浪陆冲社供图



飞盘爱好者在练习扔盘动作。  
海南日报记者 李天平 摄



在陆冲板上练习。受访者供图