3·8 倾听WOMEN的体育心声

运动地现象

更活力、更自信、更多样
女性运动热情为消费市场注入新动能

本报记者 徐萃萃/文 应宇康/摄

随着又一个“三八”国际劳动妇女节的到来，女性体育运动的话题又一次受到关注。近年来，从国际赛场，到全民健身，女性身影越发瞩目；从传统健身项目，到新兴体育消费，女性力量不容忽视。

运动不设限，内在需求得到重视

夜幕降临，音乐响起，爱跳舞的阿姨们不约而至，城市和农村都是如此。国家体育总局社会体育指导中心相关负责人曾在接受媒体采访时透露，据不完全统计，全国经常参加广场舞健身的人群已经超过1亿。而这当中，绝大部分是女性群体。“跳广场舞之后，心情更好了，身体更棒了，好姐妹也更多了。”天台县三合镇下坊村广场舞爱好者陈桂兰说。

近几年收获了高人气的健身房团操课，也让许多年轻女性找到了自己的“运动归属地”。“90后”姑娘梁心是杭州大麦运动团操课的常客，“每周尽量保证上三节课，一般都是约晚上七八点的场次。”梁心说，一个人运动难免枯燥，团操课更能点燃自己的运动欲望。

除了传统观念里瑜伽、尊巴、动感单车等适合女性的团操课程，还有诸如搏击、哑铃等更力量型操课也受到女性顾客的青睐。“除了出汗，她们会对自己的形体、核心力量等方面有更高的要求。”乐刻健身教练陈晓丹说，有的女孩自律程度出乎意料。

自去年开始，以飞盘、腰旗橄榄球为代表的一系列小众运动，正火速成为时下户外运动新势力。“刚开始的时候女生在这种项目里存在感会低一些，一场比赛下来接到飞盘的次数不多。但随着更多女生的加入以及自身的适应，大家更加自信。现在很多女生在队里都担任队长或组织者的角色。”杭州发靥女子飞盘队队员高凌霞介绍，今年全国多地还将举行女子飞盘联赛，这是女孩们尽情展现自我的舞台。

消费在升级，女性友好度更被关注

除了在运动场上越发活力的身影，体育消费市场上的“她经济”同样亮眼。

今年年初，世界体育用品联合会公布的世界体育用品产业报告中提到，女性对体育用品需求的增加是中国体育用品市场的一大利好。报告称，“中国女性在体育运动和健身活动上的花费超过了本国男性，大约多15%至20%。”实际上，一些体育企业，特别是头部体育鞋服及用品企业，近年来已经在不断加大投入，针对女性需求设计和开发兼具休闲和时尚等多种功能的产品。

此外，在体育服务业女性消费的需求也逐渐多样化、高标准。“很多女会员会觉得男女混合的健身房私密性不好，比如想要穿稍微单薄一点的衣服会有些尴尬，力量区大部分都是男性会员，也不方便。”针对这样的需求，2021年11月，一家为数不多的女性专属健身工作室“Metis Fitness”在杭州诞生。不同于展现女性柔美的瑜伽馆、舞蹈教室，这家工作室瞄准的是女性对于力量训练的需求。创始人林丽丽表示：“在健身房的环境布置、器械购买上也都会按照女性的喜好。”运营一年多以来，工作室拥有了较为稳定的客流，林丽丽也正在筹备下一家女性健身工作室的开业事宜。

随着体育消费产品供给日益丰富、消费场景不断创新、市场环境逐步优化，可以预见，体育“她经济”潜力将会进一步释放，女性体育消费规模将持续扩大。

运动地力量

柴古唐斯“老板娘”薛迎春：
女性特质赋予赛事独特魅力

本报记者 易龙吟

柴古唐斯这一起源于台州临海的本土越野跑赛事，在越野圈可谓大名鼎鼎，是目前国内山地越野赛里专业级别最高、影响力最大的赛事之一。“柴古唐斯”起源于台州本土方言——“柴给你吃”（揍你一顿），意为赛事强度大、难度高，跑完全程后的感觉就犹如被狠揍了一顿。作为柴古唐斯创始人的薛迎春，在跑友圈里有个更为人熟知的称号：老板娘。

薛迎春原本从事外贸行业，2012年开始爱上了越野跑赛事，她和柴古唐斯另一位合伙人都是跑友中的“骨灰级”成员，两人都热衷于长距离越野跑，也参加环勃朗峰越野跑、世界越野跑巡回赛UTWT等国内外不少知名赛事。就这样怀着对越野跑的一腔热血，开创了这项赛事。她说：“选择在临海，就是为了把家乡的美景介绍给更多人。”

2019年时，柴古唐斯就已成为在国内和周边国家都非常知名的越野赛事了，3500名参赛选手中有10%是外籍，但这一切因为疫情按下了“暂停键”。

2022年，柴古唐斯重回大众视线，让薛迎春感动的是，终点有几千人在等待跑着冲线，为他们加油鼓劲。她说：“我们打造的是有温度的赛事，而对于选手来说，在历经了漫长的征程之后他们需要的是终点线的守候和欢呼，这份仪式感是必不可少的。”经过几年的培育，临海当地的越野赛事氛围非常好，观众们也对越野跑者的精神和态度非常认可。

对于柴古唐斯的成功，薛迎春说：“每一项赛事都会有非常强烈的赛事总监的个人特色，我个人非常注重细节。”或许是因为女性特有的细腻与贴心，柴古唐斯在赛事开展初期，就会站在选手的角度去思考线路的设计、补给食品这些细节，大到比赛流程，小到厕所安置，确保每一处细节都是选手需要的、喜爱的。

90后“顶流”健身教练Vicky：
笑容魅力享尊巴

本报记者 徐萃萃 应宇康

1993年出生的沈月岑，是乐刻健身内训师，是国内小有名气的杭州“顶流”尊巴教练。上过她尊巴课的学员们大多喊她的英文名Vicky。

第一次见到Vicky是在一节重阳公益尊巴课堂上，面对平均年龄70多岁的爷爷奶奶，Vicky用极具感染力的笑容和充满张力的语言表达，带领着老人们从羞涩到肆意摇摆。几位奶奶更是在课后连声称赞：“小姑娘教得真不错！”

“因为热爱，我一直钻研这个项目。”Vicky告诉记者，她大学学的是体育表演专业，2016年毕业后就在乐刻当教练，踏板、普拉提、莱美体系等课程都教过。在不断尝试中，她找到了最喜欢也最适合自己的方向：尊巴。“这是一门能给人带来快乐的课程，它可以柔美，可以很酷，也可以凶，大家只需要跟着音乐风格享受其中就好。”无论是在健身房、体育馆还是户外大草坪，只要有Vicky出现的地方，运动的激情就不会少。

2020年，Vicky如愿成为中国第四批官方认证的9名“尊巴教育专家”之一，也是培训尊巴教练的“内训师”。但要说最让她感到自豪的“名片”，当属学员口中的那句：“我是冲着Vicky老师来健身的。”

如今，Vicky也在用她对尊巴的热情为越来越多人带去繁忙生活的运动解药。“我本身性格比较开朗，也爱笑，我想在课堂上把运动时的喜悦分享给学员。“

随着在尊巴界越来越高的人气和影响力，Vicky也时常被人问起关于事业发展的规划。“我其实不太会给自己设定什么目标，我就是要把当下的每一刻过得很精彩。”Vicky说。