

上千元的桨板说买就买 年轻人扎堆下水去“班味”

这个夏天，水上运动的热浪扑面而来。其中，桨板运动，正迅速跃升为户外市场的全新风向标。

对许多年轻人而言，桨板不仅是一项运动，更是一种亲近自然、调节身心、在水面寻找“慢生活”的方式。

一人、一板、一桨，几乎成了夏日“出片”的标配。在抖音，“桨板”话题相关内容播放量超过22亿次，“皮划艇”的播放量接近15亿次。下水划桨，不只是一项运动，更是一组隐藏在新浪潮中的消费密码——从装备租赁、课程培训，到目的地周边的配套消费，一条新的产业链正在被激活。

时髦运动 年轻人酷爱“流动乐园”

“95后”板栗是来自浙江温州的“厂二代”，也是一枚“户外脑袋”，滑雪、陆冲、骑行、露营、徒步，涉猎广泛。

桨板是他这几年“上头”的运动之一，“我从2013年上大学开始就迷上了户外运动，疫情期间不能到处跑，找‘代餐’时发现家乡好山好水好风光。”

在板栗眼里，以温州、台州、丽水为代表的浙南就是一片“会流动的乐园”——这里的地貌以山地、丘陵、峡谷为主，境内瓯江、灵江、飞云江、鳌江四大水系贯穿。独特的地形造就了丰富的水流条件：既有平缓开阔的河段，适合桨板、皮划艇等入门级水上运动；也有跌宕起伏的急流和浅滩，成为“白水”爱好者的天然赛道。

桨板玩家所说的“白水”，指的是水流湍急、起泡翻滚的河段或溪流，水面呈现白色浪花。相比平静的湖面，这类水域对技术和安全要求更高，通常只适合中高级玩家挑战。

浙南的山水，为板栗的热爱提供了天然出口。偶然触水后，他便一发不可收拾，“我的工厂到楠溪江车程四十分钟，桨板收纳也很方便，一直放后备厢，随时都能去水上冲一把。”每年雨季是最好的下水季节，他几乎一周要漂三次，水况合适时干脆扎营漂三天。

对板栗来说，玩桨板最大的成本是时间。要想尽兴，他得从温州家中出发，开车翻山越岭两个小时，才能在楠溪江上游或丽水景宁小溪尽情挥桨。不过，“玩户外这么多年，我发现这些爱好反而提升了工作效率，因为你会想把事情赶快做完，早点出去玩。”

玩水多年，他结识了一群志同道合的伙伴，“浙南流域基本玩遍了，大家已经过了‘愚昧之巅’，现在更注重技术打磨，争取以后去贵州或者北美玩桨板。”

如果说板栗代表了有钱有闲的玩家，

深圳的上班族杨乐多则是另一类被水上运动吸引的人。

对杨乐多来说，户外是摆脱“班味”的一扇窗，“周一PPT，周末就得皮划艇”。她也是典型的户外爱好者——梅林夜跑、深圳湾骑行、麦理浩径徒步，或者去长洲岛当一日“避世岛民”，都是周末日常。

今年8月的一个周末，杨乐多和朋友参加了皮划艇探岛体验团。从深圳家里出发，抵达香港西贡相思湾，路程耗时约三小时。码头边，皮划艇俱乐部老板阿Ben讲解完划桨要领和安全事项后，新任“水手”们即可出海。她双手握桨，桨叶在脚尖前方入水，伴随腰腹的扭动顺势向后拉，小艇平稳前行。南中国海的风吹来，掀起浪花，也驱散了夏天的暑热。

对杨乐多而言，皮划艇的意义并非单纯地消耗热量或完成健身任务，它更像一剂“精神氮泵”。漂浮在海面上，她彻底换了脑子，竭尽全力登陆无人岛，看着海浪一次次拍打礁石，她在心里一遍遍默念：“不上班，真好。”

桨板走红 水上运动已开始“拥堵”

艾媒咨询CEO兼首席分析师张毅表示，与滑雪、露营等户外运动一样，水上运动也折射出消费升级带来的休闲与健康需求增长。

“这一趋势既源于消费人群结构的变化，也得益于供给端的改善和健康、时尚生活方式的共同推动。”张毅指出，水上运动逐步由小众、专业走向大众、普及。

Vincent是户外俱乐部Discovery Outdoors的经理人。他的俱乐部以领队带团的方式，面向深港两地的户外爱好者组织徒步、骑行、溯溪、露营等活动。

“我们从2023年开始推出香港皮划艇探岛项目，可以说这个项目是由我们俱乐部带火的。”在他看来，和滑雪、攀岩、冲浪等运动相比，皮划艇、桨板的体能要求和价格门槛相对较低，再加上“出片”效果好，消费者需求明显增加，“尤其是桨板，已经成为今年户外市场的新风向。”

Vincent介绍，和内地相比，香港皮划艇探岛有两个突出优势：价格便宜，限制较少。

以深圳湾一家俱乐部为例，部分水上项目的报价为：双人皮划艇(60分钟/艘)238元、单人皮划艇(30分钟/艘)98元，桨板30分钟128元、120分钟258元，额外提供专业教练指导和免费救生衣、更衣室、沐浴房、休息室。

每年4月至11月的周末及节假日，Vincent和领队们都会上团出海，每期最多36名团员，一年约30期。根据他的观察，和两年前相比，皮划艇探岛的参与者结构正在变化：从最初以有运动基础、热爱户外的年轻人为主，逐渐扩展至普通大众。现在，每期活动推文在微信公众号、小红书发布后，36个名额很快就被深港两地的户外爱好者抢完，“有团友几乎每个月都来参加。”

温州楠溪江的水面上，甚至出现“拥

堵”现象。

今年8月，第十二届世界运动会在成都举行，斯澜航海俱乐部负责人吴游的团队承担了皮划艇比赛的测试赛组织、正赛期间的安全保障和媒体支持等工作。

吴游的俱乐部在鲁家滩和兴隆湖各运营一个水上运动基地。他表示，微信公众号近期发布的多篇关于世运会水上运动的推文，浏览量和评论量都不错，在一定程度上提升了公众对水上运动的基本认知。

不过现在价格战尤为突出，单人桨板60分钟体验198元，双人皮划艇(工作日不限时/周末及节假日限时半小时)398元，但各类团购平台折扣可低至1.6折，“到手价”仅需数十元。

嗅到商机 户外品牌盯上这块蛋糕

从香港出海到温州“堵板”，桨板、皮划艇迅速从小众玩乐成长为一门“水上生意”，产业链上的玩家们正在分食这一新兴市场。

首次尝试皮划艇的杨乐多次“打卡”花费数百元，其中团费约400元，“起初觉得有点小贵，但包含了香港市内交通、领队服务和皮划艇租赁，玩了将近五个小时，其实还算合理。”她还自备防水包、手机防水袋、溯溪鞋等装备，额外支出300元~500元。“因为是第一次体验，所以先用小成本试水，如果长期参与再考虑升级装备。”

在板栗看来，桨板是一项颇具性价比的户外运动，“一千元就能玩得不错，五千元已经很顶了。”

他现在有三块板子，分别用于白水、巡航和竞速，“比起滑雪、骑行，桨板便宜太多，2000元能买到准一线的二手板，800元的碳纤维桨、300元的救生衣已经相当不错。”

更多支出集中在安全装备上。板栗会根据水域配置装备，静水练习时轻装上阵即可，在白水、石头滩必须全副武装——头盔、护肘、护膝、护臀、救生衣一样都不能少。“第二级装备是防晒，防晒霜、太阳镜、防晒面罩、防晒速干衣等，我的脚踝估计这辈子都白不回去了。”板栗开玩笑道。

当玩家愿意大方地买单时，户外品牌和电商平台也盯上了这块蛋糕。

记者近日查询迪卡侬天猫旗舰店了解到，店内售价在1299.9元~2699.8元的多款桨板、皮划艇均处于缺货状态；售价几十至数百元的防水包、浮力背心、防晒服等配件，下单人数高达数千甚至十余万。

仓储会员店也在加码这一赛道。山姆线上会员店目前在售两款充气桨板，售价949.9元、2499元，以及一款售价1348元的双人充气皮划艇套装，买家遍布北京、上海、江苏、浙江、广东、广西、重庆、辽宁等地。

国家体育总局发布的《中国户外运动产业发展报告(2023~2024)》显示，全国冲浪、桨板项目消费人群超过100万，整体消费规模超过10亿元。



一名教练在展示桨板运动 新华社发

纵深

桨板运动存在安全隐患

当桨板、皮划艇等水上运动的蓝色浪潮从沿海涌向内陆时，社交媒体打卡、俱乐部培训和赛事活动遍地开花，低价竞争也随之出现，近期多起险情更敲响警钟。

“楠溪江出事的几乎都是没准备的小白。”板栗表示，很多人刚能站立划行就贸然挑战白水，甚至侥幸没翻板，就误以为自己已经“够水平”，“但桨板是真有风险的运动，河流就是一场永不停歇的雪崩。”

据北京什刹海水上运动中心负责人白桦介绍，开展桨板运动需满足水流速度低于0.5米/秒、水质达到二类至三类标准、水底无过多障碍物等水域条件。他特别提示，水深应保持在1.5~3米之间，建议爱好者选择配备专业救援力量的正规运营水域。目前，什刹海水上活动中心已实现24小时监控，配备专业救生艇和持证救生员，确保遇突发情况时能在一分钟内实施救援。

对于新手玩桨板应该注意些什么？什刹海水上运动中心教练员李叔朋表示，参与者需准备速干衣、防晒霜等必要装备，7岁以下儿童需成人陪同，心脏病、高血压患者不宜参与。新手应避免尝试高难度动作，建议采用跪姿滑行，并必须全程穿着救生衣。此外，使用前需检查桨板气压是否在15~18帕之间，并确认脚绳完好无损。

北京西城区消防救援支队什刹海消防救援站消防员刘正轩提醒，桨板虽然好玩，但是市民游玩的时候应避免在野外水域开展桨板运动。“开放水域环境复杂，易受天气、船只等外部因素影响，存在较大安全隐患。”刘正轩建议，市民最好选择有资质和专业救援人员的正规水上活动场所，玩桨板前需要正确穿戴有裆带的救生衣，绑好桨板上附带的脚绳或者腰绳，熟记景区急救电话，尽量结伴而行，不会游泳者需在专业教练陪同下体验。

重庆商报综合时代财经、国家应急科普宣传、温州晚报



桨板爱好者在广西梧州市长洲区泗洲岛浔江水域体验桨板运动 新华社发