

# 飞桨逐浪!今夏桨板运动装备卖断货

月销售上千单,热度还在不断攀升 亲近自然自由自在,年轻人热捧



扫码看视频

8月8日,在长沙一水上运动基地,玩家小莫正在准备桨板运动的装备。他穿上救生衣,头戴鸭舌帽,手握杆头,熟练地向后摆动桨叶,“去年露营时看见别人在玩桨板,觉得很新奇,后来发现这项运动还挺容易上手的,能锻炼身体还能解暑。”

“不玩水,无夏天!”今年夏天,桨板运动成为新晋“网红”,也带动了相关装备的热销。目前,在小红书平台上搜索关于桨板的笔记,数量已经超过15万篇。

■三湘都市报全媒体记者 卜岚  
实习生 周绮凡 颜菁杉



长沙市岳麓区一水库,市民体验桨板运动。受访者供图

## 长沙部分门店桨板已经卖空

“玩桨板装备很重要!除了桨板、桨竿,还有脚绳、救生衣等,一套装备下来差不多要一两千元。”沉迷于桨板运动的刘女士在朋友圈分享了自己的经验。

“差生文具多!”和刘女士一样,不少市民在运动前选择了配齐自己的装备。

8月8日,在长沙万达广场迪卡侬店,桨板专区的货品已经寥寥可数。“店内热销的一站式购齐套餐,包含桨板加上配套的划桨、脚绳、高压泵、尾鳍、防水包等配件,售价2599元。”门店店员说,现在店内桨板已经卖空了,重新采购了一批还没到货,如果急需购买可以去线上,线下还需等待几天。

“这款698元的升级版桨板套餐是我们店铺的主推产品,包含双用桨、救生衣等6个配套设施。”松宁运动户外专营店客服介绍,因为该款颜色漂亮,配置更齐全,这个月已经卖了一千多单。而且这段时间玩桨板的人多,所以销量较上月翻了一倍。

此外,记者调查也发现,目前市面上普遍购买使用的是充气板,价格从500—6000元不等,销售热度不断攀升,而且还要配套划桨、脚绳、救生衣等配件才能构成一套装备。

## 亲近自然自由自在,年轻人热捧

据了解,桨板又称直立单桨冲浪,起源于美国夏威夷。2011年,桨板运动传入我国并逐渐吸引不少体育爱好者。

“户外运动在近几年越来越受欢迎,这些运动形式贴合年轻人乐于挑战的群体特质,也提供了更快破冰的社交场景。”业内人士指出,除了技术门槛较低、入门价格相对低廉外,桨板这种新兴的城市户外运动,更顺应了人们对身心健康、亲近自然的心理需求,玩法多元、水域环境适应力也强,因此相关设备也迎来了热销。

一人一板一桨,看起来自由自在,但也存在着一定的安全隐患。桨板运动爱好者李先生也分享了自己的心得:“玩桨板上瘾,但上手之后千万不要追求刺激,在深水区或者陌生水域一旦失去平衡或出现身体机能问题,溺水的风险极大。”

此外,业内人士也提醒市民,开展桨板项目时,建议跪姿划行区域的水深不少于0.5米,站姿划行区域的水深不少于1.2米,避免摔落水中发生意外,“而从装备来看,首先最重要的就是桨板,选择一块适合自己重量的板子,背起来会更容易。如果是初学者,建议入手电动充气泵,充气板需要高压,手动打气比较耗费体力。”

## 来杯奶茶消消暑? 小心“健康刺客”

健康提醒

炎炎夏日,没有什么烦恼是一杯冰奶茶解决不了的,如果有,那就喝两杯。奶茶作为当代年轻人“灵魂饮品”,收获不少人的芳心。奶茶里都有些啥?8月9日,湖南省胸科医院营养科主任张胜康盘点奶茶里的“健康刺客”,提醒大家,切莫让它成为身体的“甜蜜负担”。

### 【盘点】奶茶里的“健康刺客”,你遇到了吗

张胜康表示,奶茶危害健康的主要成分包括:1.反式脂肪酸。市面上的许多奶茶都是由植脂末调制而成,植脂末中含有较多的反式脂肪酸,属于对健康不利的饱和脂肪酸,容易导致肥胖、记忆力下降等问题,还会为心脑血管疾病埋下隐患。世界卫生组织建议,成年人每天的反式脂肪酸摄入量应不超过2克,而一杯300毫升的奶茶中就有可能含有0.5—3克的反式脂肪酸,因此奶茶少喝为妙。

2.咖啡因。奶茶中含有一定量的咖啡因。如果长期每天摄入咖啡因超过600毫克,就有可能诱发咖啡因中毒,其典型症状就是焦虑、心跳加快、神经过敏、睡眠障碍等。

3.大量糖分和脂肪。奶茶中的脂肪含量相当高,相关检测数据显示,40款奶茶的平均脂肪含量为19.57克,有的“无糖奶茶”脂肪含量甚至超过30克,超过成人每日推荐摄入脂肪量的1/2。

### 【科普】无糖奶茶里的“糖”,藏在这些地方

很多人出于健康考虑,会选择“无糖奶茶”,事实上无糖奶茶也有糖。

奶茶制作原材料中本身就含有糖,且绝大部分源自于奶茶茶底(即奶精,也称为植脂末,主要成分有葡萄糖浆、乳粉、植物油、二氧化硅和食用香精等),参考《食品安全国家标准预包装食品营养标签通则(GB 28050—2011)》规定,“无糖”的要求是指固体或液体食品中每100克或100毫升的含糖量不高于0.5%(即0.5克)。

由此可见,无糖饮品只是饮料中含糖量少而已,并不等同于无糖、无热量。而糖分和脂肪的过量摄入容易导致肥胖,进而诱发冠心病、高血脂等疾病,一定程度上还会增加癌症的发生率。

■三湘都市报全媒体记者 李琪  
实习生 刘冰柔 张春艳 通讯员 陈思雨 杨正强

## 双台风共舞 全省“高温”+“高湿”

气象走势



扫码看视频

今年第6号台风“卡努”生成至今(8月9日)已经13天,虽然强度已有所减弱,但目前结构依然比较完整。而另一个台风——今年第7号台风“兰恩”也正在奋力行进

之中,台风眼已经隐约可见。两个台风在海上“共舞”会发生传说中的双台风效应吗?

### “卡努”和“兰恩”双台风共舞

8月9日,据中央气象台消息,今年第7号台风“兰恩”(LAN)(热带风暴级)的中心位于日本的西北太平洋洋面上,中心附近最大风力有8级(20米/秒)。预计“兰恩”将以每小时10—15公里的速度向偏西方向移动,强度逐渐加强。

相比前一天,9日台风“卡努”强度已有所减弱。目前预报来看,“卡努”将于10日上午在朝鲜半岛南部沿海登陆(25—30米/秒,10—11级,强热带风暴级),登陆后强度逐渐减弱。11日夜至12日凌晨,移入我国东北地区(热带风暴或热带低压),逐渐减弱变性。

中央气象台专家表示,目前“兰恩”中心与“卡努”距离1900公里左右,相距较远,“双台风效应”并不十分明显,基本上它俩还是各走各的,互相影响不大。

### 湖南最近“高温”叠加“高湿”

时而高温,时而暴雨,这是最近我省的天气情况。记者从省气象台获悉,这样的天气还将持续,预计今晚至11日白天,湖南大部分地区有阵雨或雷阵雨。大家将和高温、高湿相伴,防暑还不能大意。

省气象台最新预报,9日晚至10日白天,湘中、湘南多云间阴天,有小到中等阵雨或雷阵雨,其中衡阳南部、株洲南部、永州、郴州部分地区大雨,单点暴雨,其他地区多云间晴天;最高气温35℃。

10日晚至11日白天,湘中、湘南大部分地区多云间阴天,有小到中等阵雨或雷阵雨,其中株洲南部、永州南部、郴州南部局地大雨,单点暴雨,其他地区多云到晴天,最高气温37℃。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远  
湖南日报全媒体记者 肖秀芬 通讯员 林城