

# 燃脂还解压,壁球运动在长沙“潮起”

“对手除了墙壁就是自己”,深受上班族青睐,预约量激增



6月3日,  
长沙一壁球  
馆内球友们  
正在上团课。



随着气温持续攀升,都市健身热潮转向室内空间,被誉为“室内运动之王”的壁球正在迅速征服年轻人。长沙一壁球馆预约量激增,球场从早到晚几乎全部爆满,记者了解到,壁球作为一项“潮”运动,在一线城市更为流行,“随着它的知名度提高,需求会越来越大。”长沙一壁球俱乐部的工作人员表示。 ■文/图/视频 三湘都市报全媒体记者 罗艾敏



扫码看视频



## 高效燃脂、入门轻松,“壁球旋风”来了

糖果色的场馆里,运动达人们对着墙壁挥舞球拍,瓶盖大小的黑色橡胶球在玻璃墙壁、球拍与地板之间弹跳。这种对着墙打、可以一人参与的独特运动就是“室内运动之王”——壁球。端午假期最后一天,长沙一家壁球俱乐部的场地从上午10点至晚上10点全部爆满。

“壁球很解压,你只用‘砸墙’就行,而且是室内运动,不怕晒,环境也比较好。”刚刚打完球的孙女士告诉记者,她之前打过羽毛球,上手壁球对她来说并不难,“你只要学会了发球,基本上就能自娱自乐了。”

壁球的打法和网球类似,但场地通常只要一个长9.75米、宽6.4米半封闭的室内长方形空间。除了发球需要在固定区域,其余回合,只要能接到球,就可以满场“上蹿下跳”。

“打壁球的运动量非常大,一个小时的消耗可达700卡路里。”球馆工作人员告诉记者,在长沙,壁球还是一项相对小众的运动,“但从场馆预约情况看,打球的人也不少。”记者发现,该场馆近3天几乎被约满,周末和工作日晚一个场地每小时为149元,工作日白天为109元,每个场地最多容纳四人,租球拍需另外付费。

## 乘奥运东风,小球带动大经济

和众多小球运动不同,壁球“可E可I”,能约上球搭子组队,也能独自和墙壁“互殴”。“如果在接打球运动中,你总是被对手的接发球无语到,那可

以试试壁球,因为你的对手除了墙壁就是自己。”去香港读研之前,小马从未接触过壁球,在学校里上了几节壁球课后,她喜欢上了这项运动。

“香港有很多壁球馆,场地费只要十几港币,还包球拍。”毕业后,小马发现广州、长沙等地的壁球馆收费多在百元以上,“其实壁球的场地并不大,对设施要求也不高,可能是‘小众运动’的头衔让它价格有点虚高。”

长沙蜂鸟壁球俱乐部的工作人员告诉记者,运营一家壁球馆成本并不低,虽然面积不大,但室内运动场所租金普遍更高。“这个场地看上去只是个普通的小房间,但光这三面定制的玻璃墙就花了二十几万,普通材质满足不了运动需求。”

2023年,国际奥委会表决通过了2028年洛杉矶奥运会新增项目的提议,壁球等5个项目加入奥运大家庭。乘着奥运的东风,壁球进入了更多人的视线。

记者检索发现,近年来,全国多个体校都设立了壁球项目,各地壁球赛事层出不穷,室内壁球馆也是遍地开花。“壁球作为一些上班族喜爱的健身项目,具有‘半小时高强度锻炼’的高效、写字楼就能建球馆的灵活等特点。”国家体育总局小球运动管理中心运动一部部长王鼎在接受媒体采访时表示,壁球项目“小、快、灵、巧”的特点非常适合在中国推广,无论是全民健身、奥运参赛,还是体育产业经济,都极具发展潜力。

“目前在长沙只有我们一家壁球馆,今年才开业。但根据这几个月的运营情况,我们对壁球这项运动还是很看好的,后面应该会考虑开分店。”长沙蜂鸟壁球运动俱乐部的工作人员表示。

**闭店通知**  
因公司战略调整,武陵区高山街法朵烘焙店我们遗憾地通知您,法朵高山街店将于[2025年6月10日]正式停止营业。

您的会员权益保障方案如下:

1、会员卡余额消费:6月10日以后,您可以到常德市法朵水

花城门店,三个月内消费卡内剩余金额;2、跨区域服务:剩

余余额联系我们法朵客服,我

们为您提供区域送货到家(仅限

生日蛋糕,需提前一天联系客

服预定)如有疑问,请联系客

服热线[0736-3211344]服务时间

上午8:00-下午17:00,我们

将全力为您服务。服务至[2025年12月31日]。

离开时,服务不止。其他区域

门店正常运营,期待与您再次

相遇!

法朵烘焙店

2025年6月5日

## 寻人启事

我站于2025年

5月5日救助一

名男子,目述叫

黄祥明,男,78

岁,身高1.65

米,体重约50公

斤。请知情者速与我站联系,电

话0731-84155110。

长沙市生活无着人员救助管理站

2025年6月4日

寻亲公告

2024年7月9日,在湖

南省株洲市攸县春联街

道春联社区祠堂组自

门口拾到一名用黑色外

套包裹的女婴,另有一

张纸条写了出生日期:2023年8月

7日,到处打听,无人回应,收养在

家至今,如有知情者请与周游联

系,电话:15074135186。

## 迁坟公告

经湖南湘江新区管理委员会自

然资源和规划局用地前期审

查意见,征收岳麓区坪塘街道双

湖村黄泥塘组,粉一组等,约78

亩,毛冲组范围内地质土地

23.0745公顷作为湖南湘江新

区2025年度第四十七批次建

设用地项目,岳麓区人民政府

于2025年5月6日发布[2025

0511]号征收土地预公告。

由于该项目工程建设在即,红线

范围内有少量坟墓急需迁移,具

体位置是:东至湘江南路、西至

潭州大道、南至白云路、北至湖

南。二〇二五年六月三日

遗失声明

长沙花卉盆景根艺奇石协会遗

失中国建设银行股份有限公司

新宁支行开户许可证,核准号:

J5558000140201,账号:

430015730652052305,及公章

一枚,声明作废。

崀山花卉盆景根艺奇石协会遗

失长沙花卉盆景根艺奇石协会

遗失长沙花卉盆景根艺奇石协会

遗失长沙花卉盆景根