

“无冲撞”橄榄球 在银川加速“奔跑”

记者 吴璇
图片由受访者提供

在银川,一支名为“Huddle”的腰旗橄榄球队正在打破这座城市的运动边界。“Huddle”这个名字源自腰旗橄榄球中最重要的战术环节——全队集合讨论战术。球队创始人李中琦用他的热情与坚持,将这项充满活力的运动深深扎根于银川,不仅改变了自己的人生轨迹,为无数运动爱好者打开了一扇通往新世界的大门。



李中琦。

01 “黑熊”崛起 开启橄榄球拓荒路

2021年,从部队退伍的李中琦回到家乡银川。这位在大学时期就组建美式橄榄球队、活跃于西南大学联盟的热血青年,决心将这份对橄榄球的热爱带回家乡。次年4月,在他的努力下,宁夏首支美式橄榄球队“黑熊”正式成立,李中琦担任队长兼教练,开启了在银川推广橄榄球运动的征程。

初创时期的困难远超想象。球队最初仅有25名正式队员,训练场地、装备、经费都捉襟见肘。但李中琦没有退缩,他四处奔走寻找志同道合的伙伴,甚至自掏腰包购置基础装备。经过不懈努力,球队逐渐发展壮大,如今已拥有全装备美式橄榄球、女子腰旗橄榄球、全装备青少年橄榄球3支队伍。队员来自各行各业,年龄跨度从20多岁到40岁,成为银川橄榄球运动的一张闪亮名片。

每逢周末,在银川览山公园的足球场上,总能看到队员们刻苦训练的身影。李中琦亲自指导,从基础动作到战术配合都倾囊相授。他还积极带领球队参加各类赛事,2023年4月,球队远赴西安参加西北五省(区)橄榄球联合赛事,通过实战与观摩,队伍水平不断提升。

02 从对抗到趣味 展现独特魅力

李中琦介绍,虽然美式橄榄球发展较为成熟,但其对参与者的身体素质要求较高。为了让橄榄球运动更好地普及,一种改良版的运动形式应运而生——这就是腰旗橄榄球。

腰旗橄榄球源自美国,是一项适合全年龄段的非接触性运动。与传统橄榄球最大的区别在于:它禁止任何身体接触和擒抱动作,而是通过扯掉持球者腰间的旗带(通常两侧各一条)来完成防守。这一创新规则既保留了橄榄球的竞技乐趣,又显著降低了运动风险,实现了全民参与的可能。

在装备要求上,传统橄榄球需要佩戴头盔、护具等重型防护装备;而腰旗橄榄球仅需轻便的运动服和腰旗,大大提升了运动舒适度。战术层面也更注重灵活跑位、精准传球和团队配合,而非力量对抗。

正是这种低门槛、高安全性的特点,让腰旗橄榄球在国内迅速流行,成为全民健身新宠。李中琦敏锐地捕捉到这项运动的推广价值,将其作为在银川普及橄榄球文化的重要切入点。

03 没有孤胆英雄 团队协作是胜利法则

李中琦这样诠释腰旗橄榄球的精髓:“在腰旗橄榄球的赛场上,不存在‘孤胆英雄’。每一次成功的进攻或防守,都是团队协作的完美呈现。”比赛中,四分卫需要精准判断局势,将球传给跑位最佳的队友;外接手则要依靠队友的掩护创造接球空间;防守时,队员们必须紧密配合,构筑严密的防守网,任何细微的疏漏都可能导致防线失守。

在训练中,李中琦始终强调团队协作的核心价值。他经常告诫队员:“在腰旗橄榄球运动中,个人能力再突出,若不懂配合也难以取胜。我们每个人都是团队拼图的一部分,只有完美契合,才能构成完整的画面。”这一理念已深深植根于每位队员心中。

Huddle俱乐部的队员们通过反复演练,在实战中展现出令人赞叹的默契配合。他们凭借精准的跑位、传球和掩护,将战术执行得行云流水。队员们深知,胜利从不是个人的功劳,而是集体智慧的结晶。这种独特的团队精神,正是腰旗橄榄球最动人的魅力所在。

04 运动重塑生活 遇见更好的自己

腰旗橄榄球不仅为李中琦开启了全新的事业篇章,更彻底重塑了他的生活方式,让他的每一天都充满健康与活力。

曾经,李中琦的生活和多数都市人一样,被无谓的社交和碎片化的消遣所占据。如今,橄榄球已成为他生活的重心。每周雷打不动的训练和比赛,为他带来了规律有序的生活节奏;与队友并肩作战、追逐共同目标的过程,更驱散了往日的迷茫与焦虑。

这项运动也为李中琦带来了纯粹的社交圈。在这里,他结识了一群志趣相投的伙伴,大家因热爱而相聚,彼此信任、相互扶持。这样真挚的友谊,让

他远离了复杂的人际关系,生活变得简单而充实。

更可贵的是,腰旗橄榄球赋予了李中琦深刻的人生价值。看着越来越多人通过“黑熊”队爱上这项运动,见证队员们在训练比赛中不断突破自我,他收获了前所未有的成就感。这种精神上的富足,让他的生活充满阳光与正能量。

从组建球队到推广运动,从挑战自我到影响他人,李中琦与腰旗橄榄球的故事,既是一段关于热爱与坚持的传奇,更是一场自我蜕变的成长之旅。他用橄榄球书写着精彩人生,也为更多人带去运动的快乐。



练习。