

既能锻炼又能解压 气排球在青岛火起来了

■青岛财经日报/首页新闻记者 赵彭

2025年,一项名为气排球的运动在青岛悄然流行。从高级别的全国气排球公开赛,到青岛杯,再到乡村举办的邀请赛,以及一些体育场馆的日常活动。这项集运动、休闲、娱乐为一体的体育活动正在青岛掀起一股热浪。

从项目上看,气排球看似排球,球体却又大又轻又软;看似规则简单,却能让很多人激情投入。气排球究竟有何魔力?

什么是气排球?

气排球区别于传统排球6人制,由5人组队,是一项集竞技、休闲、娱乐于一体的群众性排球项目,它使用比传统排球更轻、更大、更软的球,因此得名“气排球”。

资料显示,气排球运动起源于中国,是集运动、休闲、娱乐于一体的群众性体育项目。中国企业体育协会排球专业委员会副秘书长路岩向记者介绍:“1982年,呼和浩特铁路局集宁分局的离退休职工创造发明了‘气排球’这项运动。当时参照6人排球规则制定简单比赛规则,组织离退休职工用气球进行比赛,并取名为‘气排球’。”

与传统排球相比,气排球有自己的特点。球质软,富有弹性,手感舒适,不易伤人。“可以将其理解为传统排球的‘轻量版’或‘亲民版’,其核心目标是降低参与门槛,让更多人享受排球的乐趣。”路岩说。

从比赛规则上看,气排球除了球体大之外,与排球相比其重量轻,仅约120克,比普通排球轻100克至150克,在空中飘游缓慢,容易控制。比赛场地也小于传统排球,只需13.4×6.1米(采用羽毛球场地即可),球网也较低,打球时可减少跳跃,更加安全。

此外,气排球的规则相对宽松,好学易懂,体现了全民健身的特点,更容易被运动爱好者接受。

青岛的气排球热潮

2025年5月,中国气排球公开赛(北部赛区)在青岛国信体育中心体育馆开赛。该项赛事与全运会接轨,是目前国内气排球项目的顶级赛事之一。这项全国最高级别的气排球品牌赛事吸引了来自



气排球在保留排球团队协作和对抗魅力的同时,规则更为灵活,兼具趣味性与竞技性。

省内、华北、西北地区的47支代表队,400余名运动员参与。除此之外,青岛市今年还举办了第一届路克士·海西杯气排球精英赛、青岛市职工气排球比赛等大型赛事。

在青岛的社区和乡村也能看到气排球的身影。2025年7月,位于崂山区王哥庄街道的二月二农场举办了一场全国气排球邀请赛。来自河南濮阳、安徽合肥及省内外多个城市的42支气排球队、330余名气排球爱好者同台竞技。

“气排球运动近年来在中国发展迅速,已成为推动全民健身战略的重要项目之一。从最早通过铁路系统传入大中城市,逐步演变到遍及村镇镇,有些地方更是月月有比赛,周周有比赛。”路岩说。

路岩还告诉记者,通过各种形式与层级的比赛活动,气排球如今已形成“政企学社”多元参与的格局。“无论是企事业单位职工、高校学子,还是以新角色延续运动生涯的退役球员,都积极投身其中。”

为何成为上班族新宠?

“我2023年开始接触气排球。当时我们代表山东省公安厅参加了第十四届全运会群众性体育项

目公安民警组比赛并获全国亚军。现在我发现身边有很多朋友特别喜欢这项运动。近两年,气排球在青岛迅速发展普及,承办了几次全国、省级、市级各类赛事,通过气排球,全国乃至外国的气排球爱好者对青岛的赛事举办竖起了大拇指。相信气排球这项老中青都适宜的运动项目会在青岛继续开花结果!”气排球运动爱好者杜先生告诉记者。

随着气排球项目的推广,其在青岛吸引了越来越多上班族和年轻人的参与。青岛二月二观光农场有限公司体育部部长杨骏告诉记者:“这项运动具有较高团队协作要求,是团建、解压的优选项目之一。顺应气排球项目在青岛的快速发展,我们自建了容纳四片气排球场地的球馆,这在全国范围都不多见。在2025年,我们更是一共举办了三次全国气排球邀请赛,带动了整个青岛市气排球的对外交流,打开了全国气排球队到青岛交流的通道。”

“对于整天伏案工作的上班族来说,气排球是一项极为合适的健身运动。”杜先生介绍,“气排球的运动量虽不大,但又能让人全面活动身体。气排球活动有跑、跳、蹲、转身等动作,能让脑、眼、手、腰、脚等都得到运动,有利于健身强体。而且,由于球质软富有弹性,不易伤人,即使是很少运动的上班族也能轻松上手。”

此外,它还是“情绪的释放器”。气排球爱好者温小姐表示:“气排球对抗强度比较低,身体碰撞和剧烈运动较少,相对来说比较安全,并且更加注重技巧和团队的配合,不仅是一项很有趣味性的运动,还能有效释放生活中的压力。”

路岩指出,由于近些年发展迅猛,起初被认为只适合中老年人,气排球已逐渐“破圈”,吸引了越来越多的年轻人。他解释道:“首要原因是气排球比传统硬排球更轻、更软,对力量和技术要求较低,初学者能快速掌握基本技巧,迅速培养运动兴趣。这种低门槛让没有排球基础的人也能轻松参与。其次,气排球在保留排球团队协作和对抗魅力的同时,规则更为灵活,允许参与者发挥创意、展现个性,兼具趣味性与竞技性。此外,作为一项适宜不同年龄层市民参与的活动,它也为年轻人提供了与不同人群交流的机会,这无疑增强了运动的社交价值。”

人气飙升发展迅猛

随着气排球人气飙升,其产业发展也呈现出广阔前景。宇博智业研究团队日前发布《2025—2030年全球及中国气排球行业市场调研及发展前景分析报告》《中国气排球行业深度分析及“十五五”发展规划指导报告》,这表明气排球已经形成了一个独立的市场,引起了相关机构的关注。

2017年气排球成为第十三届全运会正式比赛项目,2024年气排球被列入全国全民健身大赛项目,现在气排球正在世界的竞技台上越走越远。2022年12月,国际气排球联合会在悉尼注册成立,由澳大利亚、新西兰、日本和加拿大气排球协会共同发起。2023年,首届世界气排球锦标赛在悉尼举行。

路岩在采访中表示,从全球范围看,气排球运动正处于快速普及阶段,其参与度和影响力持续提升。他介绍,气排球已在美国、俄罗斯、澳大利亚、新西兰以及日本、新加坡、泰国、越南、柬埔寨等多个国家和地区得到推广,主要由华人群体带动。

除了“走出去”,还需要“请进来”,路岩告诉记者:“目前更多的比赛和活动也在陆续开展,例如,今年4月份在浙江海宁举办的‘劳动者杯’2025国际气排球邀请赛,就吸引了来自世界各地的气排球队同场竞技。”

可以预见,随着越来越多气排球爱好者的加入,气排球这项“土生土长”的优质运动将被更好地推广到世界各地。

美团2026洗浴指南发布 全国28城174家特色洗浴中心入选

上榜商户数全国第四,青岛把洗澡也拿捏了

■青岛财经日报/首页新闻记者 蒋世龙

初冬时节,洗浴消费成城市气温的“晴雨表”。11月14日,美团在“沐浴休闲之都”沈阳发布2026洗浴指南,28城共174家特色洗浴中心入选,沈阳、北京、上海三地上榜商家数位居前三,辽宁、江苏、山东三省排名居前。青岛上榜商户数达10家,为全国上榜商户数第四城市,山东省上榜商户数第一城市。其中,一钻洗浴中心7家,二钻3家。涨巢潮玩水疗局作为青岛洗浴行业的代表,其美食特色被网友定位为“一站式打卡世界美食”。

据悉,这份上亿手牌碰出来的地道洗浴指南,综合消费者评价数据和AI大模型,精选出一批具有极致出品、地道搓澡、纵享美食、亲子乐园等特色服务的优质洗浴中心,为即将到来的洗浴消费旺季,再添助力。为便捷消费者选店,本次指南首创洗浴行业钻级分类体系,其中一钻洗浴中心118家、二钻48家、三钻8家。

活动现场,美团发布全国洗浴行业趋势报告。报告显示,从早期“北搓澡、南汤泉”区域特色各自主导,到逐步创新融入餐饮等基础休闲项目,再到现在南浴北上、北浴南下“一盘棋”,全国各地的洗浴中心,已成为一站式综合休闲场所。随着年轻人在洗浴中心社交聚会、过夜住宿等消费新场景快速崛起,全国洗浴行业迎来大发展元年。美团数据显示,2025年以来,全国洗浴服务交易订单量同比增长超30%,其中跨区域消费占比超三成,节假日异地用户环比翻倍增长。



南北洗浴双向奔赴 中国洗浴产业迎来“黄金十年”

打电玩、拍美照、巨幕观影、雪地泡汤、旅途住宿……中国洗浴行业在多元业态融合中蓬勃发展。美团数据显示,今年1—9月,洗浴商家新店的平均交易额同比增长60%。

“北浴南下”与“南浴北上”的双向流动,供给越来越多元和新潮,洗浴行业线上化率提升,链接更多用户,成为全国大发展的核心动力。以沈阳为例,洗浴行业线上化率位居全国之首,线上化率已超60%。今年国庆期间,美团数据显示,“沈阳洗浴带住宿”搜索量同比增长超193%,相关评论讨论量增长超40%。“沈阳洗浴自助餐排行榜”搜索量同比增长超20倍。沈阳的洗浴中心成异地游客交易额第一的玩乐品类。

在全国洗浴消费热潮下,为了帮助消费者在线上更精准筛选优质门店,美团休闲玩乐基于平台消费者评价数据和线上数据,综合考量城市中的洗浴供给,通过一、二、三钻分级,将全国28城

174家综合实力强的洗浴中心进行评定划分,提升用户选店效率。

纵观2026洗浴指南,既有来自深圳、广州、佛山的汤泉生活馆入选,也有来自哈尔滨、沈阳、长春等地的老牌东北洗浴代表,同时兼具扬州这类非遗传统文化的地区特色体验。业内人士表示,这份指南,充分展示了全国洗浴消费本质的变迁——洗浴中心从单纯的洗浴正成为一站式休闲娱乐综合体,功能堪比大型游乐场,美食不逊星级酒店。

从世界范围来看,以沈阳为代表的中国沐浴行业创新性打造“洗浴+”产业模式,带动吃喝玩乐一站式服务消费,远超全球多数国家的洗浴业态发展。据了解,沈阳目前洗浴经营主体超1300家,5000平方米以上沐浴企业49家,最大规模的沐浴企业面积达10万平方米,全球罕见。从沈阳辐射全国,中国洗浴产业迎来转型升级的“黄金十年”,新上榜城市长沙的洗浴行业发展佐证了这一趋势。“长沙是年轻人之都,我们从传统水会向娱乐综合体全面升级,在这方面北方洗浴的服务已经非常完善。”有马汤泉负责人表示。

美团服务零售乐生活负责人陈一方表示,南北洗浴文化的碰撞与融合打破了地域消费壁垒,再加上平台线上化率的提升,推动行业从“区域特色产业”向“全国性休闲业态”转型,这也是“大发展元年”的核心特征。

打造城市特色产业新名片 “洗浴+”成标配

年轻人消费偏好的变迁正深刻重塑洗浴行业的功能定位,驱动其加速从单一洗浴服务向集旅游住宿、休闲娱乐于一体的综合体业态转型。“洗浴+万物”时代加速来临,“洗浴+自助餐”“洗浴+玩乐畅玩”已成行业标配。

“酒店都是千篇一律,入乡随俗住进洗浴中心更有意思。”追求深度体验与性价比的年轻消费者,正将洗浴中心视为值得专程打卡的目的地。美团数据显示,以2025年8月为例,“洗浴过夜”搜索量同比增长61%。国庆假期期间,异地场景增长显著,交易用户数环比增长127%,日均交易额环比增长超84%。异地用户增速明显的10座城市为大连、烟台、沈阳、扬州、天津、深圳、上海、青岛、太原、哈尔滨。其中,沈阳地区,异地交易用户年同比增长39%。扬州商家也表示,今年国庆期间,外地客流较往年同期增长35%以上,超出了预期。

“洗浴+”业态的吸引力不仅限于异地游客,更通过美团等线上平台广泛链接年轻人的多元生活方式。美团数据显示,“闺蜜聚会”“公司团建”关键词搜索量同比飙升230%。配备电竞区、K歌房、剧本杀等设施的洗浴中心,订单量增长显著。用户群体中,18—35岁用户占比已达58%。

“提供PSS游戏机畅玩、出片鸡尾酒等特色服务,是我们为年轻消费者提供的差异化供给。2025年,此类新供给贡献了全年交易的25%,做好线上运营,才能更好接住这些年轻消费者的旺盛需求。”上榜洗浴中心“游泳日记”的负责人表示。

此外,家庭用户的亲子玩乐需求稳健增长,推动洗浴中心向“全龄友好”转型。在儿童游乐园、充气城堡、欢乐海洋球等各类特色项目上,多位商家表示会根据季节、节假日进行更新迭代,时令食材烹制的美食也成为本地家庭用户非常青睐的服务。

美团洗浴指南项目负责人表示,平台希望通过洗浴指南等产品,帮助消费者更精准地找到所需服务,让更多人成为潮流洗浴的体验者和传播者。同时,通过榜单影响力加速洗浴行业价值重构,持续推动洗浴行业转型升级,通过城市休闲产业融合文旅体商发展,实现消费场景与年轻需求的精准匹配,推动生意新增长。美团数据显示,2025年上榜洗浴指南的商户,相比于未上榜商户,店均流量增长23倍,店均交易增长12倍。

洗浴指南
上亿手牌碰出来的地道洗浴

美团洗浴指南 正式发榜

上亿手牌碰出来的地道洗浴

人生清单 顶级甄选
值得赛道 品质优选
日常聚会 人气热选

📍 青岛市

涨巢潮玩水疗局 (李沧万达店)

涨巢潮玩水疗局 (城阳水悦城店)

悦海温泉洗浴 (市北店)

雅海温泉洗浴 (李沧店)

松乐汀温泉生活馆 (崂山店)

泳青SPA酒店 (崂山店)

汤森悠生活文化汤 (利群宇恒大厦店)

松乐汀温泉生活馆 (李沧店)

松乐汀温泉生活馆 (城阳城中店)

肆拾汤碳酸温泉黑钻店