

「體育夜經濟」增添消費新活力 亞運健身熱 愈夜愈精彩

夜幕降臨，華燈初上，暑氣的暫退為夏夜多添了一份舒爽，褪下白日裏的疲憊，越來越多的杭州市民選擇在夜晚走出家門，蕩馬路、跑步、騎行、健身、練舞……這座亞運之城裏掀起了一陣全民運動潮，豐富多彩的夜間體育運動成了市民的新生活方式。杭州亞運會的召開使得杭州各地體育場館設施趨向完善，城區裏的體育氣氛十分濃厚。傍晚時分，杭州的體育中心、健身場館、公園等場所活躍起來，「為健康買單」的夜經濟悄然被點亮。

◆香港文匯報記者 連愷鈺 杭州報道

香港文匯報記者發現，杭州有一類24小時不打烊的健身房，很受運動愛好者的歡迎。

「我早就辦了一張健身卡，24小時營業的健身房對我來說太方便了！」家住杭州的王女士向香港文匯報記者展示樂刻運動的App界面，App界面顯示了減肥、塑形等多種付費運動課程，可選擇團課、私教課等方式，線上預約，線下上課。

釋放壓力 享受夜間做Gym

據悉，這種類型的健身房很受上班族的歡迎，它採取按月付費的會員制，價格實惠，選址大多在社區裏，24小時不打烊，方便用戶隨時運動。「我身邊很多朋友都很樂意在夜間運動，下班後去健身房先上個舞蹈課，之後再自由訓練到深夜，回家沖澡睡覺，一氣呵成。」

據網商銀行小微觀察站最新發布的《2023小微夜經濟觀察報告》顯示，滿足精神需求的文旅和悅己型消費正在成為夜經濟增長最快的業態。其中，夜間運動成為一個亮眼的新趨勢，運動健身今年以來營收速度同比增長17%，消費者「解放天性、修復心情」的需求，促進了夜間運動健身的發展，球類場館的夜間營業額同比增長84%，游泳館增長25%，瑜伽室增長21%，舞蹈房增長6%。

「健身房裏人最多的時段是晚上八點到十點，我比較喜歡呆到更晚，可以更自由地使用各種器械。不打烊的健身房能讓我隨意支配運動時間，享受運動樂趣。」王女士說，「夜間運動讓我釋放了白天工作積攢下來的壓力與疲憊，我會長期保持下去。」

一船難求 Cityboat大排長龍

今年夏季，Citywalk風靡一時，隨意輕鬆的城市漫步方式受到了大量年輕人的喜歡。在杭州，由Citywalk衍生而來的Cityboat正持續爆火「出圈」，在小紅書上輸入「Cityboat」出現的多篇筆記幾乎都與杭州相關。通過手划槳的方式划動船隻在河道上行進，既可鍛煉身體協調性又可欣賞沿岸城市風光，這種「另類」運動成為了杭州市民的新時尚。

夜晚九點，香港文匯報記者來到杭州錢江世紀公園，公園一側的河道上，皮划艇等水上運動項目異常火爆，現場排起長隊，一船難求。據了解，這裏的水上運動項目營業時間是下午兩點半到晚上十一點，有三人皮划艇、四人座「小黃鴨」腳踏船和滑板三種項目可供選擇，項目參與時間為每次一小時，皮划艇和腳踏船項目價格為118元，滑板為158元。

「我們已經等了一個小時了。」家住西湖邊的盛女士特地帶著兒子趕到這裏來划船，「我們平常就有運動的習慣，羽毛球、爬山、游泳都有在做，趁着亞運到來我們也想過把運動癮，在小紅書上刷到了這個水上運動就想著過來體驗一下，沒想到人這麼多！」

「我們有考慮延長營業時間，因為最近顧客太多了，尤其是有孩子的家庭和年輕人來得特別多，集中在每天晚上的六點半到十點。」水上運動中心的相關負責人周守白指着沙灘上坐着的一排排遊客說，「他們都是在排隊等船的。我們目前實際投入使用的共有40多艘船，今天新加了10艘過來，但還是不能滿足顧客需求，之後看情況可能還會再增加。」

納涼解暑 滑冰場備受追捧

市民的運動熱情不僅體現在水上項目，也體現在冰上項目。香港文匯報記者在杭州冰紛萬象滑冰場看到不少市民利用夜晚休息時間來到這裏體驗滑冰的樂趣。滑冰場工作人員介紹，夏季天氣炎熱，前來滑冰的顧客特別多，「晚上人尤其多，在八點以後我們還特別設置了滑冰愛好者高階場，方便這一部分人群能有空間進一步提升自己的能力。」

美團數據顯示，今年7月以來，夜間運動健身訂單量同比去年增長155%。其中滑冰成為納涼解暑的好選擇，美團App上滑冰場夜間訂單量同比增長150%。冰紛萬象滑冰場一節時長半小時的私人課售價180元起步，並不便宜的課程仍然吸引了很多年輕人。「我很小的時候就開始學習滑冰了，現在學業繁忙所以只在周末晚上來這裏。滑冰這項運動對我來說既能以強身健體也有助於調節情緒，幫助我減少學業帶來的壓力。」正在念高二的宋同學表示，「這裏能提供場地和教練，因此我的父母非常支持我來練習。」

▽晚十點的杭州西湖風景名勝區全民健身中心，還有不少市民在打羽毛球。



香港文匯報記者連愷鈺攝



◆下班後，年輕人會選擇在舞蹈健身室內揮汗如雨，體驗運動的快樂。香港文匯報記者連愷鈺攝



◆杭州有一類24小時不打烊的健身房很受運動愛好者的歡迎。網上圖片

◆在杭州，由「Citywalk」衍生而來的「Cityboat」正持續爆火出圈。香港文匯報記者連愷鈺攝



◆夜晚，在錢江世紀公園裏，售賣冷飲的商舖生意格外紅火。香港文匯報記者連愷鈺攝

騎行衍生多元消費

在錢江世紀公園裏，售賣冷飲的商舖生意格外紅火，晚十點多還時不時有顧客光顧，冰淇淋和果汁成為了在公園內散步、夜跑、夜騎的運動者們青睞的甜品。其中一家商舖的相關負責人李女士表示，他們大約會選擇在晚上五點多鐘開張，晚上八點左右來這邊運動、散步的人就會變得更多起來。「我們提供各式各樣的果汁飲料，有鮮榨果汁，也有蜂蜜水、氣泡水等等，有很多騎自行車的人路過會停下來買點喝的補充能量，尤其到了周末晚上，生意會更好。」

餐飲、培訓是夜間體育運動中看得見的消費，而運動裝備的購買、健身交流過程中體育旅遊的產生，則衍生了多元消費。騎行的張女士告訴香港文匯報記者，她在購置裝備上花費了不少錢，「這輛車花了我七八千元，身上的訓練服等等零配件加起來花費一千元左右，所有的裝備都是我新購入的。除此之外，在羽毛球等運動項目上還有場地費用需要支付，大約在140-180元不等。由於有好些朋友一起玩，加上水的開銷一次運動能花上300元。」

在騎行的人群當中，香港文匯報記者還遇到一位自由職業者楊先生，他表示光一輛騎行車就花費了他十萬元。「我還在健身房有消費，一個月差不多2,800元，下午天氣熱時我會選擇在健身房運動，晚上會出來騎騎車吹吹風。」楊先生說，「我們這些騎友還會組織騎行活動，去湖湘或者龍井進行長距離騎行。」

延長消費時間 打造「不夜天堂」

《中國夜經濟產業報告》顯示，與一般消費者相比，夜經濟核心消費者的特點是年輕、自由、收入高、消費多樣化。杭州的一個優勢就是年輕人多。《2022年杭州市人口主要數據公報》顯示，2020年至2022年，杭州共招引35歲以下大學生128.3萬人，青年人口比重不斷增長。

日前，杭州市商務局發布了《關於打造「不夜天堂·樂購杭州」的實施方案》，提出繁榮夜間經濟，同時著重發展「子夜經濟」，鼓勵實體店舖在夜間十點至次日凌晨六點提供服務。

面對夜間運動的風潮，杭州也毫不意外地加入其中。不久前，「不夜天堂·樂購杭州」品牌正式發布，鼓勵運動場館、健身房等體育設施夜間開放。此外杭州還開展了2023年杭州市體育夜經濟活動，杭州市體育休閒行業協會向全市體育企業發出倡議，全市體育企業應積極投身夜健身、夜消費的體育夜經濟活動中。通過延長消費時間、拓展消費空間，創造出更加豐富的消費場景，杭州正以夜市所聚集的年輕群體為核心目標，做好夜經濟的內容開發與場景創新。



◆從小熱愛滑冰運動的宋同學周末夜晚來到滑冰場，在教練指導下練習滑冰。香港文匯報記者連愷鈺攝

收工後運動 結識新球友

夜晚的錢塘江畔，一條長長的健身步道是不少人夜跑、夜騎的好去處。香港文匯報記者在健身步道上遇到了一對前來夜騎的情侶，他們表示騎行是最近新嘗試的運動方式。「我養成夜間運動的習慣已經好幾年了，因為白天上班沒時間，下班後我會選擇足球、羽毛球、乒乓球這些運動項目。」張小姐說，「運動是我緩解工作壓力、舒展身體的一種方式，同時也是我社交的一種方式，通過運動我既能和老朋友

聚會，也能認識一些新的朋友。」在杭州西湖風景名勝區全民健身中心，一位打着乒乓球的盧女士引起了香港文匯報記者的注意。她沉浸在運動當中，直到臨近場館結束營業的時候才準備離開。「我家是乒乓球愛好者之家，女兒和老公都很喜歡打，我比他們接觸得晚，退休後才開始學的。」說起乒乓球，盧女士眼泛笑意，「我是安徽亳州人，女兒來到杭州工作後我也跟着過

來，就住在這附近，她工作忙，所以我會自己一個人來。」全民健身中心內不但有乒乓球館，還有寬敞明亮的羽毛球、籃球場地。「這裏購買健身卡就能入內運動，我買了300元的月卡，還有一種是2,800元的年卡。」盧女士說，「我基本每天晚上都會來打球，從晚上六點一直到十點人都很多，我也因此結交了不少球友，偶爾結束得早，我們一群人還會再去江邊散步。」