

新興運動

新興運動是有別於一般大眾都耳熟能詳的運動。根據近年的發展趨勢，新興運動一般都擁有以下的特點，包括：非主流、在香港發展不到十年、具國際性、門檻低、且不限種類。如果市民仍未找到自己喜愛之運動，以下新興運動可能會令大家躍躍欲試。

亞洲

閃避球 Dodgeball

首先介紹的是亞洲區新興運動——閃避球。過往，閃避球於學校中深受同學歡迎，但大部分是自訂規則，因此當時閃避球在大家眼中只是一種遊戲。其後經由日本傳入及改良，演化成現在亞洲地區流行的單球式躲避球。閃避球使用的場地為20x30米，場地線以內稱為內場，以中場線為分線，兩隊各占一內場場區。場地線以外所有區域稱為外場。玩法是雙方每隊出場8名或10名隊員置於內、外場位置，而其中外場人數至少一人以上。比賽開始時持球方將會在自己場區中投擲軟球，從而攻擊對方內場球員，防守方可選擇閃避或嘗試用手接球，如被球擊中身體，該名球員即告出局而需移至外場。選手在比賽中可獲「復活」的機會，可透過於外場成功攻擊對方出局，或內場區球員成功接到來球，則可令隊友重返內場。比賽採用兩局制，每局比賽5分鐘，當完場哨子聲一響，裁判便會計算雙方內場球員人數，兩局人數加起來較多的一方取勝。

閃避球看似容易，但實屬易學難精的新興運動，好玩之處是講求節奏和速度，且要求參加者投擲準確和反應敏捷，亦講求團隊合作。由於甚少身體接觸，所以可以男女混合參與，及作企業培訓用途。香港閃避球總會於2005年正式成立，其後閃避球開始在香港獲大力推廣，舉辦各種的活動、訓練班以及正式比賽，令閃避球成為近年其中一項大受歡迎的運動。

相片由新興運動協會及
香港閃避球總會提供

歐洲

地板冰壘 Floor Curling

冰壘原是一種西方寒冷地區的古老活動，但考慮到運動只限於冰面上進行，從而衍生出新興的地板冰壘，地板冰壘也就是在平滑地板上進行的冰壘，此運動早於1980年加拿大已有雛型，其後在英國和加拿大開始發展，2014年傳入香港。

玩法為每隊4名選手，每人總共投出2個地板冰壘。投壘者需要將地板冰壘靠近標靶（house）位置，盡量靠近紅心，所有壘投出後，最接近紅心的壘為勝者。完成6局後，6局的總分數最高隊伍則勝出。由於地板冰壘對於體力和力量的需求不高，因此是一項男女老幼，且重視策略和合作性的全年齡運動。

相片由康樂新興運動體育會提供

美加

泡泡足球 Bubble Soccer

泡泡足球最早出現於挪威的電視節，隨後透過籌資的方式在英國迅速推廣，並普及於美國和紐西蘭等國家。在活動時，玩家身體會被包裹在一個太空球的泡泡內和穿著護具。每場比賽時間為30分鐘，分上、下半場各15分鐘。兩隊比賽隊伍每一隊最多只能有五位球員，目標是將足球踢進對方隊的球門裡得分，在規定時間內得分最多的隊伍成為贏家。活動中，可以將對方隊員撞倒，但不可從後或斜後方撞擊別人，如果自己被撞倒站不起來，可大聲吼叫呼叫隊員或一旁工作人員幫忙扶起。

由於泡泡服裝少見，難於日常生活接觸，加上玩法簡單，因此於香港亦成功吸引一群愛好者經常參與。泡泡足球為隊制運動，講求團體合作，並能達至與眾同樂的效果。

