

三亚2026年第六届亚洲沙滩运动会 The 6th Asian Beach Games Sanya 2026

这场赛事，有何特色？

22日至30日，第六届亚洲沙滩运动会在海南三亚举行，来自亚洲45个国家和地区的1600余名运动员齐聚“鹿城”，共赴一场融合体育竞技、文化交流的盛会。在阳光、沙滩、海浪与欢呼声交织下，这场在海边举办的赛事究竟有何特色？

“首次”与“重逢”

2025年12月18日，海南自贸港启动全岛封关运作。四个多月后，第六届亚沙会如约而至。作为自贸港封关运作后举办的首场大型国际综合性赛事，本届亚沙会堪称海南递出的一张“国际名片”。

亚沙会期间，自贸港的制度红利在赛时运行中一一呈现。封关运作后，人员进出更加便利高效，物资通关更加自由快捷，城市国际化水平和综合保障能力全面提升，都为亚沙会举办增添助力。参加亚沙会世界媒体大会的斯洛文尼亚记者约热·齐达尔是海南封关运作后首批抵琼的国际媒体

人，他说：“这次海南之行，是我体验过最便捷的一次通关。”

本届亚沙会还创下多个“首次”——这是海南建省以来承办的首个洲际综合性沙滩体育赛事，也是“十五五”开局之年我国举办的首场大型国际综合性赛事。

对中国来说，亚沙会还是一场“重逢”。2012年，第三届亚沙会在山东海阳举办。14年后，中国成为唯一一个举办过两届亚沙会的国家。久久不见久久见，两届亚沙会，变的是时间与地点，不变的是激情、友谊与热爱。

竞技与欢乐相拥

亚沙会既是一场高水平的竞技比赛，更是一场阳光下的沙滩运动嘉年华。本届赛事共设14个大项、62个小项，既有三人篮球、沙滩排球、攀岩等奥运项目，也有龙舟等传统项目，更有台克球、沙滩卡巴迪等相对新奇有趣的项目。

三人篮球、沙滩排球、攀岩等项目汇聚了亚洲顶尖的选手，金牌争夺十分激烈。东京奥运会三人女篮季军王丽丽、东京奥运会沙滩排球铜牌得主谢里夫·尤努斯、巴黎奥运会速度攀岩银牌得主伍鹏等奥运顶尖选手参赛，

利用亚沙会的比赛，为备战亚运会、奥运会做准备。

除了竞技性，趣味性也是本届亚沙会的一大看点。被戏称为“乒乓球桌上踢足球”的台克球首次成为亚沙会正式比赛项目；在动感音乐伴奏下，沙滩手球球员完成旋转扣杀、空中接力等高难度动作可获双倍计分，宛如“沙滩上的舞蹈秀”；而沙滩卡巴迪则让不少观众笑出声来——这项类似“老鹰抓小鸡”的运动，攻防之间充满变数和欢笑声。

亚奥理事会实现“全家福”

本届赛事亚奥理事会全部45个成员国家和地区全部报名参赛，实现了“全家福”。在开幕式《天海之约》上，45个代表团依次入场。亚奥理事会总干事侯赛因·穆萨拉姆说：“很高兴看到45个国家和地区奥委会齐聚三亚，展现亚洲体育、团结与友谊精神。”

在国际形势复杂多变的当下，这样的“全家福”尤为珍贵。伊朗代表团因国内特殊情况一度面临出行困难，但仍克服重重阻碍抵达三亚。伊朗奥委会秘书长迈赫迪·阿里内贾德表示：“无论是沙滩足球、沙滩排球，伊朗队员都展现出极高竞技水准。运动员依旧坚持备战、如约参赛、全力以赴展现风采。”

赛场之外，“全家福”的意义还在延伸。本届亚沙会运动员村设置在三亚红树林度假世界，配套设施完善，可满足运动员住宿、训练、生活和文化交流需求，各代表团运动员切磋技艺、交换纪念徽章、分享各自家乡的美食与音乐。

国际奥委会终身名誉主席巴赫表示，在这个“对于亚洲和世界来说都非常特殊的时刻”，运动员要“享受整个亚洲的团结一心”。

椰风海韵，沙滩浪平。从封关运作后的开放新窗口与历史办赛的传承，到专业趣味混搭的沙滩派对，再到“全家福”的团结盛景——亚沙会正以自信、开放的姿态，在南海之滨书写亚洲体育交流互鉴的新篇章。据新华社

当足球跳上乒乓球桌，学问可不小

在三亚亚沙会的赛场上，有一项运动看得人眼花缭乱——球员们用脚弓轻巧垫球，再用头球精准调整，完成一记漂亮的正脚背凌空扣杀。这不是足球，而是台克球——一项把足球技巧、乒乓球器材“揉”在一起的运动，首次成为亚沙会正式比赛项目。

如果你以为台克球只是“用足球打乒乓球”，那就太小看它了。这项运动的规则里藏着不少“小心机”，连经常看球的观众都得慢慢琢磨。

先说发球，每个人每轮发2分，这类似乒乓球。但不同的是，台克球发球还分“一发”和“二发”，这又像网球。一发可以用脚凌空发球，虽然力道十足，但一旦失误，二发就只能用大腿或头来完成。

规则对接发球方也有限制。一方要在三次触球内把球踢到对方桌面，而且不能用同一个部位连续触球——比如第一次用右脚，第二次就得换其他部位，比如左脚、大腿、肩膀和头。

进攻也有规则。假如你用右脚进攻，对方把球救起来并打回来后，你方在这一回合不能再用右脚进攻，只能靠其他部位“另辟蹊径”。

台克球还引入了“过网击球”的规则（“球网”实际上是一块透明板）。在回球时，除手和手臂外，你的任何身体部位都不能越过球网的垂直延长线。此外，球必须越过球网到达桌面，而不是绕过网。

这些规则同时适用于双打和单打。不同的是，在双打比赛中，每次换发球权

时接球手变发球手，也就是你和你的队友轮流发球和接球。而且在双打中，每次回球前需要在本方球员之间传一次球，即两名参赛选手都必须参与触球。

这样看来，台克球不仅对脚下技术要求很高，也很考验选手在规则范围内瞬间决策的能力。

在三亚亚沙会上，中国台克球队派出了6人阵容，男女各3人，分别征战男双、女双和混双三个项目。已经42岁的男双选手张俊鸣介绍，他从2019年开始接触到台克球，算是国内比较早的。中国队的6名队员之前都踢过足球，其中5人来自厦门，两位女队员是高校老师，曾有过职业女足的经历。队员们说，和强队比起来，中国队的备战条件并不占优，大家都有日常的工作，训练只能“看情况”，这次参加亚沙会的备战时间也只有几个月。

台克球2012年诞生于匈牙利，国际台克球联合会(FITEQ)2017年在匈牙利布达佩斯成立，标志着项目进入全球化规范发展阶段。如今，全球已有100多个国家和地区成立台克球协会，职业赛事体系覆盖欧洲、亚洲、美洲三大洲。

台克球之所以能快速“圈粉”，靠的就是独特的“兼容性”：既需要足球的控球技巧，又考验乒乓球的战术思维，而且没有身体直接冲撞，受伤风险低。在国内，台克球还是个“小众项目”，它的技术门槛并不低，需要有足球等运动的基础，还得专门花时间练习进攻和防守技巧。不过，随着近年来台克球世界系列赛在青岛、北京等城市举办，台克球的影响力在逐渐扩大。

在三亚亚沙会的赛场上，中国队的实力不足以争夺奖牌，但他们每一次精准的头球接力、每一记有力的凌空扣杀，都在为这项小众运动“打call”。就像队员们说的，虽然现在练的人不多，但只要体验过用身体“当球拍”，在球桌上完成一次精彩配合，就会爱上这项运动。或许未来某天，我们也能在小区、学校的运动场上，看到大家围着台克球桌，体验这份足球与乒乓融合的快乐。据新华社

