



聯盟組隊鬥高下

大人

在本地長大的孩子，小時一定玩過閃避球 (Dodgeball)。雖然只是擲、閃、接三個簡單動作，球場上卻緊張刺激，使盡全力擲球擊人的快感，令無數細路樂此不疲，許多人甚至在長大之後，仍無法忘懷閃避球的樂趣。溫市便有一個「604閃避球聯盟」(604 Dodgeball League)，專門讓童心未泯的大人切磋球技，只要湊齊六人，便可在聯盟內組隊參賽，同本地其他32支隊伍一較高下，重溫兒時舊夢。



荷里活笑片 興起閃避風潮

「604閃避球聯盟」是兩年前由Derek Fung以及Gabe Chung創立，兩人雖然已經是20好幾的年輕上班族，卻一直對小學常玩的閃避球念念不忘。有天Derek前往鄰省的卡加利市探望朋友，發現當地有幾個業餘社團組成的閃避球聯盟，覺得十分有趣，回到溫哥華後

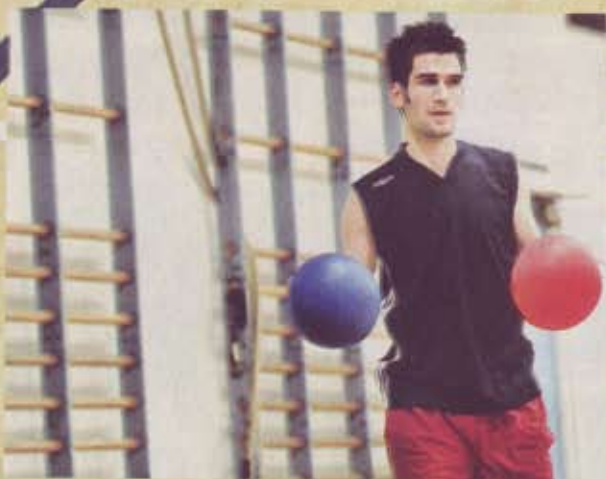
便與好友Gabe商量，想在溫哥華如法炮製，聯盟名稱則選用大溫地區的電話區碼604。


Derek說：「604聯盟的成立，完全只是為了好玩。當初我們只是聚集十多個朋友，隨便玩玩而已，沒有特別招募其他成員，但是在大家口耳相傳之下，卻有愈來愈多人參加，隊伍數目從最早的8隊變成了現在的32隊。」

Derek說很多美加的大城市，都有像604一樣的閃避球聯盟，尤其在04年賈史迪拿(Ben Stiller)的電影「屎波快閃隊」(英片名：Dodgeball)上映後，這類聯盟更是如雨後春筍一般出現。由於電影中的無厘頭搞笑實在太經典，604的許多成員都受這部笑片的感染而重新拾起閃避球；另一個聯盟創始人Gabe說：「有些隊伍在比賽時，還模仿電影情節，自製一些古靈精怪的球衣裝扮上場，隊伍的命名也都是「Untouchaball」或「Incrediball」這些開玩笑的名字。」

激烈運動 健身效果不容小覷

聯盟內的氣氛雖然輕鬆，但競賽時每個選手卻都全





看到球場上人人全力擲球的模樣，便知閃避球不只是細路的遊戲。

北美閃避球規則概要

- 1 比賽場地長50英尺，寬30英尺，由一條中線分成兩區，參賽隊伍只能在自區內活動。每隊各有六名隊員，其中兩人必須是女性。
- 2 開場時裁判會將6顆球置在中線，各隊隊員需在距離中線最遠的邊線待命，等裁判鳴哨後再衝往中線搶球，一人一次只能拿一個球。
- 3 搶到球後便可向敵隊隊員擲球，擊中任何身體部位都可讓對方出局；但是擲出的球如果被對方接住，自己就會被判出局，而且敵隊還可讓一名出局隊友返回球場。
- 4 比賽進行到有一方隊伍全數出局為止。

上述為北美閃避球的規則，適用於加拿大及美國。中國、日本等亞洲國家雖然都有人玩閃避球，但規則並不一樣，其中最大的差異是北美比賽一次使用六個球，亞洲卻只用一個，開場時的搶球部分則以類似籃球中的跳球動作進行。因此北美的比賽時間一般很短，如果開場時六顆球全被敵隊搶走，比賽甚至可能在數十秒內結束，而亞洲的比賽時間則相對較長，賽情亦較容易陷入膠著。（亞洲方面的詳情可參照香港閃避球總會網站：www.dodgeball.org.hk）

閃避球

力以赴，激烈程度不下於其他運動。Derek說：「小學生玩的閃避球或許是種遊戲，但成年人的閃避球卻是個百分之百的運動。畢竟一個成年人全力擲球的速度是很快的，比賽時一定要聚精會神才能及時反應；另外由於要在球場內激烈奔跑，體力方面都要有相當鍛鍊。」

小學或中學的閃避球都是用普通皮球來玩，但成人的正式比賽則規定要用特別規格的軟球，原因是成年人的手太大，質地較硬的皮球如果擲中臉部很容易受傷，可見這些大人在玩球時的認真程度。Gabe亦表示，閃避球雖然規則簡單，一場比賽時間又短(2至5分鐘)，但卻需要極大爆發力，能消耗許多熱量，對心血管健康尤其有幫助。Derek說604聯盟的成員都在20到30多歲之間，包含男女及各種族裔，當中雖然很多人是為了重溫兒時舊夢而來，卻都有不少是為了鍛鍊身體或減肥。

超越業餘 職業聯賽都有

大溫境內的成人閃避球風氣或許才開始不久，但其實國際間早有團體將閃避球當成職業運動在玩。譬如美國的「國家閃避球聯盟」(National Dodgeball League)便是個道地的職業聯盟，同NBA一樣有專屬贊助商；而在此之上則還有總會位於歐洲的「國際閃避球聯會」(International Dodgeball Federation)，該組織除了分會遍及全球之外，最近甚至開始推動將閃避球加入奧運項目。





604閃避球聯盟的創始人Derek Fung(左)同Gabe Chung(右)兩人創立聯盟的動機只是為了繼續享受閃避球的樂趣,但其實在北美其他地方閃避球已經逐漸成為職業等級的運動。



604聯盟的成員多半是20至30多歲的年輕上班族,其中有男有女,亦包括各種族群,大家都因為閃避球這個共同的童年回憶而齊聚一堂。



因為成年人的力道容易令人受傷,所以正式比賽都規定使用材質較軟的球。

相較之下,本地604聯盟在規模上便實在望塵莫及。目前604仍然處於業餘團體的階段,只有聯盟內的隊伍互相競賽,還未同其他城市的聯盟交手過,不過創始人Derek同Gabe都表示,正在籌組聯盟間的聯誼賽,希望能幫助604擴展成更大規模。604聯盟現在於溫東的MacCorkindale同Tecumseh兩間小學租借場地,每周聚會兩次,春季(1至4月)同冬季(9至12月)的球季期間則會進行聯盟大賽。有興趣的讀者可至網站www.604dodgeball.com登記為成員或組隊,但每個球季需按時繳交會費。☞



創意 地毯、地板



地面設計由創意開始



Carpet | Lino | Hardwood | Laminate
地毯 | 地膠板 | 硬木地板 | 強化地板

Showroom

#1-12371 Bridgeport Road,
Richmond, BC V6V 1J4
Tel: 276-9233
Fax: 276-2357

Warehouse

#150-2471 Simpson Road,
Richmond, BC V6X 2R2
Tel: 279-8838
Fax: 279-8623

We carry
recycled
product
because
we care

