

将游憩运动空间拓展到水面之上——以彭水水上运动公园为例浅谈内陆水上运动场所规划

Recreation Sports Space Expanded to Water Surface -- Discussion of Inland Aquatics Site Planning Based on Pengshui Aquatics Park

孙艺松

摘要:我国受到体质和经济等因素的制约,水上运动开展较晚,国民了解不足。但随着国民收入的提高,回归自然、强身健体、亲水、玩水已经成为大众追求的生活方式。而传统的滨水空间设计上通常专注于对水景观和陆上的运动设施,往往忽视了水面作为休闲运动载体的价值。本文以实际规划项目为案例,结合水上运动自身的规则和特点,尝试性的提出内陆水上运动的空间设计的技术要点,探讨水上游憩运动场所的发展规律和前景。

关键词:水上运动、滨水活动、赛艇、皮划艇

Abstract:Aquatics restricted by social system and economic aspects are developing to be cognized by national. With national income has increased, a healthy lifestyle of naturalization, fitness, aquatics becomes popularized. However, traditional waterfront space designs value water landscape utilization and land recreation facilities planning, meanwhile, undervalue recreation surface carrier. Empirical planning project is discussed to investigate recreation space development rules and prospects combining with aquatics rules and characteristics. Furthermore, technical points of inland aquatics space plan are presented.

Key words: aquatics; Waterfront sports; rowing and canoeing

1 引言:

我国幅员辽阔,滨水城市众多。滨水绿地空间是为我国城镇居民游憩健身的重要场所。随着我国城市化的速度不断加快,城镇居民对游憩空间的需求不断加大,在陆上活动空间有限的情况下,将水面作为健身休闲的场所不失为一个很好的选择。随着国民收入的不断提高,游憩休闲活动的内容也向着多元化和专业化方向发展。水上活动的内容也不仅限于传统的观光和戏水,龙舟、赛艇、皮划艇等竞技运动项目的普及程度不断提高。而在传统的滨水游憩场所(如滨水公园、绿地)的设计上往往专注于对水景观的营造和利用,很容易忽视了水面作为休闲运动载体的价值,这就需要在城镇滨水游憩空间中植入水上活动相应的场所和保障设施,将市民的休闲空间拓展到水面之上,使滨水公园变成水上公园。

本文以实际项目为案例,总结水上运动公园以及水上运动场地的经验,提出水上休闲运动场所规划的技术要点。

2 水上运动

2.1 水上运动的定义

水上运动的概念广泛,目前没有公认定义,泛指与水有关的运动、休闲、竞技活动。水上运动项目即包括有动力的摩托艇、方程式赛艇,又包括皮划艇、帆船等无动力项目,还涵盖了钓鱼、潜水等非竞技性的娱乐活动。

内陆水域指分布在陆地表面和地下各种状态的水。其中地表水包括静水、流

水和湿地三种类型。本文所提及的水上运动专指可以在河流、湖泊等内陆水域开展的水上运动和活动。

2.2 水上运动的种类

水上运动是奥运会的一个大项，除由国家体育总局游泳运动管理中心管理的游泳、跳水之外还包，括由国水上运动管理中心所管理的赛艇、皮划艇、帆船帆板等，后三项的金牌数共 41 枚，约占奥运会金牌总数的 13%。

除奥运正式比赛项目外，目前国内外比较流行的水上运动还包括：F1 摩托艇、F4 摩托艇、滑水、索道滑水等的非奥运项目。这些项目都具有自己的专业组织和比赛，观赏程度极佳。另外，近年来竞钓、游艇、水上游乐球等水上休闲运动项目也渐渐被国民接受，成为时尚休闲活动的代表。

3 彭水水上运动公园规划布局

3.1 项目背景

彭水地处武陵山区，居长江一级支流乌江下游，因有盐丹之利和乌郁两江水道之便，历史上是商贾云集、百货荟萃的繁华之地，是区域的政治、军事、经济、文化中心。近代以来，彭水旅游业发展渐有起色，旅游活县成为彭水经济发展的重要战略，发展潜力巨大。

为抓住这一发展契机，彭水与国家水上运动的主管部门合作，利用乌江彭水段自然地理条件，发展国家级水上休闲运动旅游区，引进国际水上运动赛事，打响彭水的国际知名度。与此同时，配套开展丰富多样、趣味盎然的休闲娱乐活动，将彭水打造成重庆及大西南地区水上休闲乐园与风情体验旅游区。

3.2 总体布局

规划区沿乌江彭水段展开，总体呈“一轴六区”的空间结构，重点打造上塘镇、彭水城区、万足镇、鹿角镇、善感镇和高谷镇六大精品河段。六大精品河段按照其自身环境特点分别设置水上游乐、竞技比赛、水上表演、不夜乌江、漂流运动、游艇度假、乌江垂钓、训练教学、苗族水寨、风情体验等十大核心项目。形成“六大重点片区引领、十大核心项目支撑”的“六加十”发展格局，打造整个旅游区的核心吸引力，带动体育运动事业和旅游产业发展。

图 1 空间结构图

3.3 片区设计

本次规划不仅包括水上运动的设计，还结合了当地旅游度假发展的需求。六大片区中善感和高谷的功能以滨水旅游为主，而水上运动设施则集中布置于上塘水上游乐区、城区水上比赛区、万足滨水休闲区和鹿角水上训练区四个片区。

3.3.1 上塘水上游乐区

该区北邻渝湘高速出口，南接城区，是整个水上运动公园的入口区。规划为集市民滨水游乐、水上体育竞技、滨水休闲游憩为一体的滨水乐园，通过丰富的水上运动打造活力、热烈的入口形象。规划选择水深较浅的区域设置“大型水上游乐园”，并作为片区核心。该乐园包括水上闯关、大型水滑梯、儿童戏水乐园等现代时尚水上游乐设施，在优美的自然山水环境中，为市民打造一处可以尽情狂欢的欢乐水世界。南侧的索道滑水场地可举办国际专业赛事，是该片区的重点打造的竞技类项目。该项目运动员穿着水橇借助索道的牵引在水面上完成各种动作，观赏性极佳。同时该项目简单易学，业余爱好者和普通游客也可参与其中，形成一处时尚动感的游憩活动项目。另外规划结合水上运动设置水上瑜伽乐园、星级酒店及滨水 SPA，在运动之余为游客提供一处宁静、放松的休息场所。

3.3.2 城区水上比赛区

该区位于彭水县城的中部，水面开阔，地段繁华，交通便利，配套完善，是整个水上公园内最适合开展大型赛事活动的区域。规划以水上赛事、水上表演作为片区核心项目，通过举办皮划艇、龙舟、F4 摩托艇等大型国内、国际赛事和水上文艺表演来向外界展现水上运动的魅力，提升城市形象。

彭水所处地区山多地少，城市建设用地紧张，特别是供市民休闲游憩的空间尤其珍贵。在利用水面举办专业赛事的同时，规划配套设置市民戏水、水上泳池、站立划水、水上自行车、水上步行球等大众休闲健身项目，引导市民参与到水上运动中来，将市民游憩空间拓展到水面之上。

城区水域空间可划分为比赛区、热身区、表演区和浅水活动区。比赛区根据国际标准布置全长 1 公里的水上运动赛道，可举办国际级的皮划艇比赛和全国性的龙舟比赛。结合赛道配套设置船库、码头、看台、终点塔等相关辅助设施。此外，在同一水域还可举行 F4 摩托艇等国际职业比赛。表演区设置水上漂浮舞台，可结合看台进行大型水上文化表演。浅水活动区设置戏水区、水球场地、大众漂浮泳池等设施，满足市民和游客滨水游憩锻炼的需求。规划的赛道、水上舞台等水上运动设施均为临时的活动设施，可灵活拆卸，在非比赛时间不影响该水域正常通航需求。

结合水上运动，改造水域两侧堤岸，与城市的绿地广场相结合，形成集水上运动比赛、市民日常休闲游憩、城市文化展示为一体的城市滨水公园。

3.3.3 万足滨水休闲区

万足片区位于彭水乌江水库流域，水面宽广，植被茂盛，景色宜人。规划借助其良好的生态环境及开阔的水面条件，开展游艇度假、乌江垂钓、潜水探古等水上运动项目；同时结合水上高尔夫、温泉度假等配套项目，组建水上高端休闲活动集群，打造一处高端休闲运动基地。

乌江万足段航道开阔，行游通畅，非常适合开展游艇观光等水上活动。规划结合地势适宜处建设游艇俱乐部、游艇码头，满足高端休闲运动需求。江面西侧静谧溪谷，意境清幽，依托原有的钓鱼基地，将其开辟为一处专业河钓基地。溪谷尽端结合花海景观设置水中高尔夫练习场，满足高端休闲运动的需求。

规划结合现状茶林坪社区的景观改造，形成具有本土风情的特色商业街。半岛前端重点打造水上景观平台；平台出挑，犹如游轮驶航，登临置身湖中，静享浪漫。平台东侧打造潜水会所，在万足古镇水下淹没区域开展潜水运动，探访水中古镇。平台西侧建设自行车俱乐部，利用周围山地开展越野骑行竞技和休闲。水湾中设置国际标准竞钓池，开展专业钓鱼比赛。

3.3.4 鹿角水上训练区

鹿角片区位于彭水县鹿角镇西侧，现状自然生态环境良好，空气清新，水域开阔平静，非常适合作为赛艇、皮划艇等静水水上运动的训练教学基地。另外，鹿角片区较大的水域面积可以布置下赛艇、F1 摩托艇等长距离的比赛项目的场地，可作为城区的备用场地或分赛场。规划鹿角片区以水上运动训练和比赛作为核心项目，借助专业的水上运动训练、比赛条件，打造专业水上运动基地，培育专业玩家市场，吸引大众体验参与，进而推动整个片区水上运动的发展。

规划鹿角片区水面中央设置一条全长 2 公里的赛道，可以满足赛艇、皮划艇、龙舟等所有静水水上竞速项目的需要。在赛道终点配套设置终点塔、主看台及出

发码头。靠近赛道设置水上训练基地、水上运动会议中心，作为专业运动队的住训基地和体育赛会的举办地。

配合水上运动设施，沿乌江建设苗族水寨、崖上居、舒活小镇等配套旅游度假设施，以满足赛事观众、专业玩家以及度假游客对接待设施的需要。进而形成以水上运动带动片区旅游发展的格局。

图 2 城区水上比赛区鸟瞰图

图 3 万足滨水度假区鸟瞰图

图 4 鹿角水上训练区鸟瞰图

4 水上运动场所的设计要点

水上运动依据项目的不同对场地的要求也不尽相同，总结起来主要有以下几方面的要求。

4.1 水域面积和距离

不同的运动项目有不同尺度大小的场地面积。如在赛艇、皮划艇、龙舟等静水水上竞速项目中，赛艇的对赛道长度的要求最高，最长距离比赛需要 2 公里的赛道，两端还需要保留各 100 米的准备区和缓冲区。龙舟和皮划艇对距离的要求则相对较短。另外同一赛道也可通过变换出发点的位置适应不同的比赛，例如全长 1 公里的赛道可兼具龙舟、皮划艇的比赛，全长 2 公里则可举行以上三项任何一项比赛。每种比赛对赛道宽度的要求也不近相同，这就需要在选址时按照不同的水域面积设计不同的水上运动项目。

表 1 主要水上运动项目场地尺度

项目	距离			赛道宽度 (米)	赛道数 (条)
	准备区(米)	最长项目赛道距离(米)	缓冲区(米)		
赛艇	100	2000	100	12.5-15	6-8
皮划艇	100	1000	100	9	9
龙舟	100	1000	100	9-13.5	2-8

图 5 鹿角体育训练区场地布局图

图 6 城区水上比赛区场地布局图

4.2 水域的水深

水深是水上运动选址和设计的重要条件。如游泳和戏水应选择水深较浅处，水深上限以 2.4 米为宜，水底坡度平均，不应有暗礁、水草等障碍物。赛艇、皮划艇、龙舟等舟船类运动项目则对水深的下限有具体要求。如龙舟航道最浅处水深不得少于 2.5 米，航道内不得有水草、暗礁和木桩，航道外 5m 内应无障碍物。赛艇的赛道如果水深均匀，则不应少于 2 米，如不均匀，最浅处不应少于 3 米。皮划艇则要求赛道水深不低于 2 米。

4.3 水流与水速

水上运动大体可分为静水和动水两种类型。如赛艇、皮划艇、龙舟为静水水上运动，要求水体流速低、水面平静，而漂流和激流回旋的场地则要求水面有一定的落差和流速。另外，摩托艇、拖拽滑水等有动力的运动项目，其船只的尾波会对静水项目造成干扰，不可同时进行。

4.4 陆上配套设施

水上运动的配套设施是比赛场地的重要组成部分。一般包括码头、出发台、测速点、终点塔、看台、船库等设施，这其中出发台和测速点如陆上不具备条件

也可设置于水面之上。另外还应配备为选手和观众服务的配套设施更衣室、休息室、卫生间等辅助设施。同时还应考虑赛事期间选手和游客的住宿和餐饮问题,在有条件的情况下配套建设酒店、宾馆等接待设施。对于有专业运动员驻训或有专业的俱乐部训练还应考虑设置单独的宿舍和管理培训用房。

4.5 外部环境

水上运动场地的选址对交通、区位、生态等自然环境等方面都有相对的要求。首先,水上运动场地应布置在交通便利的区域,应临近城镇的主要道路或公路,能够比较便捷的疏散观赛游客,保障运动员或水上运动参与者的顺利到达;另外舟船类项目须有车行道路直接到达出发码头,以便于比赛设备的运输。其次,水上运动场地的区位应尽量临近城镇商业设施,以便于为水上运动的爱好者、游人或选手提供便捷的食宿、零售等服务,同时赛事的举办或日常的休闲运动还可吸引人流,促进商业的发展。最后,休闲锻炼、增强国民体质是开展水上运动的最核心的目的,需要良好的自然生态环境作为保障,运动场地的选址和设计应为参与者提供清新的空气、洁净的水体和优美的环境。

5 结语

水上运动由于其以水为载体,而且多在自然环境中开展,亲近自然,强身健体,具有很强的休闲性和娱乐性。我国水上运动过去起步较晚,投入不足,使得广大群众远离这些项目,优越的水域资源没有得到合理及最大限度的开发利用。但随着人们生活水平的提高,回归大自然已经成为一种时尚的社会观念,而亲水、玩水也正在成为人们追求的生活和娱乐方式。可以判断在滨水区域的景观和规划中融入合适的水上运动项目已经成为趋势。引导市民参与到水上运动中来,发展体育事业,增强国民体质,将游憩空间拓展到水面之上。

参考文献

- [1] 聂瑶 于海漪. 水上运动主题对日照城市建设的影响[J]. 北方工业大学学报, 2011. 06.
- [2] 李伟. 滨海水上运动公园规划研究——以日照奥林匹克水上公园为例[J]. 华中农业大学园硕士学位论文, 2008. 12.
- [3] 李青青. 顺义奥林匹克水上公园规划设计研究[J]. 风景园林, 2008(3): 31- 34.

作者简介:

孙艺松, 生于 1980 年 7 月, 男, 汉族, 籍贯黑龙江。硕士, 北京清华同衡规划设计研究院有限公司旅游与风景区规划研究所项目经理, 主要从事风景区旅游规划理论与实践的研究工作。电子邮箱: 317361878@QQ.com