



# 击出热血一夏

《我们的少年时代》《棒！少年》等棒球题材剧集层出不穷，棒球帽、棒球服等潮流单品备受青睐，身为潮人眼你，就算唔了解棒球规则，都在不知不觉中和棒球文化有咗交集。其实咗住国内越来越多棒球俱乐部出现，棒球球友慢慢变成佢男女老幼都钟意嘅运动项目。今个夏天，等我哋一起解锁棒球运动嘅魅力啦！

黄芷晴、实习生 李凯茵/文  
余慧珊、实习生 李凯茵/图



造型太靓易种草

## Play ball!

### 运动小科普:

在国内，好多业余俱乐部都会同时兼顾棒球和垒球，并统称为棒球。呢两个项目规则、器材相似，垒球相比棒球更大颗，颜色更鲜艳明显，投出速度比棒球要慢，安全系数更高。初学者一般都係由垒球入门，之后慢慢进阶到棒球。



### 奋力一击超满足

棒球球是一项特别容易获得满足感嘅运动。比如第一次接住好高嘅飞球，第一次将球扎实咁打出去，第一次获得队友称赞。棒球规则复杂得嘍又好好玩，基本来讲就系分为攻、守两部分，攻就系打击和跑垒，而守则要求令击球员或者跑垒员出局。防守员最重要嘅就係要将球接好，传到位，通过几秒钟内嘅快速思考，掌握局面，令更多对手出局。如果话守备部分係头脑同基本功嘅较量，进攻则係速度同力量嘅结合。大家较为熟悉嘅“全垒打”是打击呢部分嘅最高成就。全力击球后，被时速高达80km/h嘅球震到，手上产生酥麻快感；仲有击球后，全力冲回本垒得分嘅畅快，都会令人上瘾！

### 热血开波好去处

正式棒球比赛，一般需要嘅钻石般嘅直角扇形地举行，不过对于平时练习而言，只要够安全、较为封闭区域就有问题，并唔会有太多场地限制要求。依家广州业余棒球俱乐部都唔算少，对新人比较友好嘅有“不死鸟”、“半桶水”以及“暴力羊”等俱乐部。呢啲俱乐部大都会在周末安排新手训练时段，甚至仲会为此配备专门嘅教练团。借住棒球这项小众运动，大家聚埋一齐开心玩波，你又会获得一个全新嘅朋友圈子！另外，你亦可以选择去打击馆练习，穿上棒球服尝试单人打击，顺便拍一啲可甜可酷嘅棒球写真晒晒晒。最后，友情提醒：棒球项目嘅很多动作需要运用身体各个部分嘅力量，睇运动前一定要充分拉伸腰部、腿部，最好手、手臂都做咗预热运动。



作为潮人必备单品嘅棒球帽，係好多人同这项运动嘅最初羁绊。其实，棒球球嘅基本三件套包含球、手套同球棒，都係十分有型嘅潮流单品。近几年好hit嘅运动写真，呢三件套都係出镜率超高嘅热门道具。作为一项极具观赏性嘅运动，用棒球球装备加上招牌动作特别容易出靓片。戴上打击头盔，穿上棒球服，将球棒架喺肩头，一张又飒又型嘅棒球写真就咁出来啦！如果你真係想入门棒球运动，准备一只硬净手套，係必不可少嘅一步。事关棒球球作为团队项目，成熟嘅业余棒球俱乐部一般会提供球、球棒以及打击头盔等公用入门级装备，所以大家只需要带上自己嘅私伙手套过去就掂啦。原则上，一个手套可以用上三、四年嘅，如果保护得好，你可用更耐添！Color去走访一圈，发现广州市内嘅业余棒球俱乐部，都十分欢迎初学者去体验，就算自己未有装备、零基础，去到一样可以体验。

# 清爽出行 唔做大汗包

夏日炎炎，脚一下出晒大汗，最惊嘅就係会腋下出汗，渗透到衣衫表面，除咗唔多雅观，仲会散发出阵阵酸臭味，真係尴尬！今期一起睇住Color做好攻略，拒绝再做“大汗包”，止汗增香，就算再热都可以保持清爽自信！

黄芷晴/文 品牌官网/图



### 大牌玩花旦

好多朋友初次尝试香体止汗产品时，都会优先寻找比较多人推介嘅大众品牌，特别係啲商场超市嘅开架货柜上最抢眼嘅，话嘅有咁多人帮你“试验”过，随便拣都唔易撞板嘅。其中，“妮维雅”同“舒耐”就係口碑一直好嘅热门牌子，不但有各自嘅主打优势，仲不时玩下花臣，增加用户新鲜感。杨紫同王俊凯先后代言过“妮维雅”，但旗下嘅香体止汗产品，主打走珠型止汗剂，加入光果甘草精华同VC，止汗嘅同时仲可以美白腋下肌肤。最近“妮维雅”同《小蓝和他的朋友们日常》联名，形象活泼嘅小蓝，将出汗嘅尴尬，搞笑地呈现出来，加上产品实力加持，联名款即刻成“止汗新宠”。而“舒耐”更受消费者欢迎嘅就係止汗喷雾，独特嘅喷雾专利锁头设计，一推一按才会解锁，就好似个儿童锁咁，防止俾小朋友摆弄玩。喷雾质地清爽不黏腻，香氛粒子遇水破开，释放香气，“舒耐”近期推出嘅特调樱花香型同沁心白桃香型，闻起来就有粉粉嫩嫩嘅感觉，深受少女欢迎。

### 无铝更温和

传统止汗产品，大多都会添加铝盐因子来封锁汗源，但用得多了就会令到腋下肌肤暗沉，而且对孕妇都唔友好。如果经常需要止汗嘅朋友仔，选择无铝型嘅产品会用得更加安心。用过“施巴”产品嘅朋友都知道，呢个牌子专注于研究肌肤嘅pH酸碱值平衡健康护肤方式，旗下产品虽然都有太多香氛添，但“施巴”敏感肌用止汗露，就冇任何铝盐和酒精成分，比较温和，对皮肤刺激较少。“Aesop伊索”嘅草本腋下喷雾，网友给到嘅综合评分最高，同样是不含铝盐，仲添加咗多种精油成分，止汗祛味嘅效果明显。不过呢款止汗剂嘅价格都唔低，真系一分价钱一分货。



### 止汗新潮流

今年的止汗产品中，出现咗不少潮人都爱嘅新星产品，例如止汗香膏、止汗石。相比于走珠液同喷雾，止汗香膏嘅固态膏体更加方便涂抹，白色膏体一涂即隐形，形成天然止汗屏障。“Secret”止汗膏可谓係香体止汗界嘅“元老”，但嘅全线止汗产品配方中，都添加咗具有抗菌效果嘅地衣提取物，能够抑制汗液里嘅细菌，从而达到祛除异味嘅效果。“杜得乐”嘅止汗石都係属于膏状质地，但嘅转管设计更加符合亚洲人嘅出汗特点。一次涂抹，就可以迅速成膜，成分紧密贴合肌肤表面，达到有效祛味嘅效果。呢两款产品祛味效果真係一流，不过止汗功能就差少少，适合想要增香嘅非暴汗人士。

Color提醒：止汗产品千千万，冇话边个係最好嘅产品，根据自己身体嘅情况，选择最合嘅产品先係正道。



carpe 止汗膏

Aesop 伊索草本腋下喷雾

Aesop 伊索草本腋下喷雾