



我的上海 My Shanghai

前中国女足队员刘力豪在很早的时候就立志要成为一名企业家，她的名片上印着“热血、有爱、坚持、快乐、霸气、范”！

文 | 余珂 图 | 受访者提供



小球玩转魔都

在上海，有范儿地创业

干练短发、黑框眼镜，说话镇定又富于感染力的刘力豪给人的第一印象是理性、时尚、线条化和明朗。而在与她的聊天中，她的形象似乎在一点点贴合这个“第一印象”。

“在我14岁刚刚开始踢足球时，我就明白自己不会一辈子当一名运动员。很早的时候，我就立志要成为企业家”。作为曾经的“铿锵玫瑰”，在这个年轻的面庞背后，有一连串头衔：2003年U18集训营玫瑰之星；2005年转会上海SVA女足俱乐部；2006年世界U20青年锦标赛亚军；2006年全国女足超级联赛冠军……2011年于她来说是个重大拐点，她一跃从体坛跨入商界，成为CEO，她和一个潮流新词挂了钩——“KT足球”。

青岛人刘力豪2005年从北京转会来到上海队，2011年退役后留在上海独自创立KT足球，因为她看中了上海的城市活力。

上海这座城市，“有活力、有激情”，是创业者的天堂。快速的节奏能给刘力豪充分的灵感，无数已经成功的企业家也在潜移默化地激励着她。另外，这座城市是日新月异的“信息王国”，能满足她对于知识无尽的“欲望”。

两个人，上海一间简陋的办公室，这就是她的公司“恒豪”起步时的模样。

而关于从运动员到创业者，有没有角色的挣扎和断裂，刘力豪的答案令人意外。“在我看来，优秀的人总是在很早就有对自己优势的判断和清晰定位。这是非常基本和关键的。”

可以看出，这是一个成熟得相当早的年轻人。

“我在商学院的导师林伟贤从一开始就一直跟我们强调：这个世界上天才早就没有了，要记住，比你优秀的人永远比你努力。他是我的偶像，在商业上最敬仰的老师。所以我总是以为，只要渴望成功，你就没有任何借口可以偷懒。”

从一名技术相对单纯的运动员，到一个将科技、营销、管理结合得面面俱到的“创业者”，刘力豪依赖的，恰恰是这股锲而不舍的学习精神。“在路上”似乎可以成为这个年轻人的状态写照。学习、消化再学习，对于她来说，简直就是个美妙得不能再美妙的循环。在学习当中激发“创造力”，刘力豪找到了自己别具一格的路子。

在上海，来一场随时随地的足球赛

你能想象的最酷的足球玩法是什么？是在一片大的绿茵场上，11个人踢上一场90分钟的比赛，往来激战、酣畅淋漓？还是在角落球场5个小伙伴花上40分钟开展的一场“微型比赛”？

如果你的脑海里冒出的还仅仅是这些话，那只能说你过时了。当下挂在很多年轻人嘴边的一个关于足球的新潮词汇是“KT足球”——Kick Tempo。

选手通过App报名，在气垫里进行为时3分钟的1vs1比赛。进球计2分，穿档计1分，通常情况下，得分多者获胜，但是，如果运动员带球穿档过人并且在球碰到场地之前控制住球，则直接获胜（也就是KT）。

足球作为一项大众运动，在推广过程中却似乎并不像乒乓球、桌球一般畅通无阻。为什么？首先你得找到一片足够宽阔的绿茵场，再不济，也得是一片40米长25米宽的小型足球场，能够开展一场5人足球“搏杀战”吧？其次，对一场球赛最少的人数要求也得达到篮球的标准人数：5人，如果一次只有3个小伙伴，那球赛就只能是“无米之粥”。再来看，在所有运动中，足球的负伤率总是遥遥领先的，乒乓球没有身体对抗，桌球就更不用提了。参与者的心理防线往往在考虑到这项运动的“危险度”时就不自觉建立起来了。

然而刘力豪却告诉我们：以上统统不需要在意！

只要一个普普通通的气垫，她就可以在任何空间轻松搭出一个像模像样的足球场。哪怕它只有38平米大小，也足以让两个人在里面开展一场小型球赛。两个人？是的。倘若今天是你和另一个玩伴在郊外野游，突然起了踢球的兴致，只要身边携带“气垫”，来一场“对抗赛”可以说是分分钟的事。在街上走着走着脚痒痒了？没问题，只要有小空地，一场“街头足球”随时可以拉开帷幕。KT足球给了人们随时随地进行足球赛的可能性。

而气垫质地的球场又令比赛的“危险度”瞬间大幅下降。这对于在学校推广足球运动，简直有不容拒绝的诱惑力：家长们再也不用担忧一场球赛过后小孩满身泥污外加大块淤青狼狈回家。

在传统的90分钟球赛中，11个队员通常的控球时间有多少？科学数据告诉你，不超过3分钟！那在3分钟的KT足球里，一个人又能够和足球有多少“亲密接触”呢？1分半！这意味着参与KT足球的人可以20倍于踢传统足球的人的成长速度来提升自己的足球水平。这最好地诠释了“KT”中“Tempo”的内涵，追求节奏、追求“范儿”。

一场可以随时随地开展的球赛，接近零负伤率、控球时间可达1分半，试问谁又能够拒绝呢？

当下，全国KT网络用户达到9000人，而仅仅上海一座城市，人数也达到了5000+之多。上海人口众，基数大，再加上整座城市年轻、富于活力，拥有像申花这样最早一批中超俱乐部，运动爱好者自然为数众多。庞大的运动爱好者队伍为KT运动提供了潜在群体，而KT运动又充分激发了上海良好的“足球基因”。一项新兴运动和一座老牌“足球城市”的结合迸发出来的会是什么？实在挑逗人的好奇心和想象力。

问答 Q&A

Q=生活周刊 A=刘力豪

Q:KT对于足球运动最大的创新、改造是什么？

A:“无限制”。一个气垫，一块38平米的场地，两个人，就是一场比赛。

Q:理想中，到2015年底KT用户能突破多少？听过印象最深刻的受众反馈是什么？

A:目前KT足球全国网络用户有9000人左右，最近会有项目上线，最好的情况希望到2015年底全国能够达到100万人。说到反馈，曾经有一个受众非常热情，在了解我们组织后，用一个晚上时间将我们的官网、微信、微博，以及优酷的几百个视频用一个晚上全部看完了，令我特别感动。

Q:对于你和KT而言，上海这座城市意味着什么？

A:对于我们来说，上海是梦想起航的地方，我们无比enjoy在这座城市的生活。之所以最开始会选择在上海开始“KT事业”，是因为看中这座城市的时尚感和创造力。快速的节奏非常适合年轻的创业者，各种前卫理念也给予我们极大灵感。

Q:那么对上海的城市生活、美食有什么心得？

A:我们整个团队对于上海的依赖性都很高，因为都是年轻人，平时业余生活的要求也比较多元化，上海的丰富性恰恰能满足我们的渴求。说个小插曲，最近我们团队最大的嗜好就是比赛结束后到人民广场附近的寿宁路吃小龙虾，那边的口味可赞了呵呵，算是寻常生活很好的调剂品。

Q:除了足球以外，还有什么心水的运动项目吗？

A:嗯兴趣挺广泛的，像街舞poppin、拳击、网球、游泳、赛车……可以说“水陆”运动都有涉猎呵呵。

知道多一点 More

上海哪儿可以玩KT

全市19所小学、上海财经大学、上海大学、上海第二工业大学的足球场内都可以开展KT足球活动。当然还包括空间足够的街头、草地等。

2026计划

2026计划是刘力豪创立的一个足球发展项目，通过在学校投放标准、专业、安全的便携式充气足球场（气场），开展KT足球赛，激发学生参与足球运动的热情，目标在2026年世界杯之前让中国拥有5000万足球爱好者。

