

滑翔伞进入亚运会,“想上天”的人也越来越多,但飞之前,问问自己,你对它真的了解吗?

学会享受才能发现飞翔的乐趣

□通讯员 鲍学红 本报记者 奚源

“门槛低不代表易精通 想玩好除了有经济还要有毅力

“

滑翔伞运动被批准进入2018年亚运会的消息已经过去近一个月,因为这个“利好”消息而开始对这项极限运动感兴趣的人也越来越多,一些人甚至准备花两年时间“猛力突击”一下,圆自己参加亚运会的梦想。想法很美好,现实真的如此吗?

来自富阳永安山滑翔伞基地的总教练赵美源,对这些急着“想上天”的人,提出了一些忠告。

”

赵美源曾经多次入选滑翔伞国家队,从早期的三角翼到动力伞再到如今的滑翔伞,对于这项运动的演变过程他如数家珍。“几乎所有第一次接触滑翔伞的人,多半都是被它的新鲜和刺激所吸引,好奇心占了大部分。但其实做一个职业滑翔伞运动员,期间要付出的东西有很多。”在赵美源看来,滑翔伞并不是个很难上手的运动,但想成为职业选手,也不是这么容易的。

玩滑翔伞,一套像样的装备是必不可少的。赵美源介绍,一般情况下,一套伞具(包括伞头、吊带、备份伞、头盔、高度表等)的价格在人民币2万元到3万元不等,其中滑翔伞还分为初级伞、休闲伞、运动伞、竞赛伞等不同种类。正常使用下,滑翔伞可使用300至500小时以上。初学者要配齐一套装备,一年2万元的开销是需要的。在初期,还需要有专门的教练进行指导,培训的时间会根据天气情况而定,培训一次通常是10到



15天,价格不尽相同,一般在3000元左右。

除了经济投入,赵美源认为练滑翔伞最需要的还是坚持和毅力。“不管是竞速项目还是定点项目,都需要反复练习掌握控制技巧。时间长了,新鲜感可能就不如初学时那么浓。而且这项运动的受伤概率也挺大的,周围很多人都曾经在训练或

比赛中因为没有控制好滑翔伞而受伤,之所以能一直坚持下来,主要靠的是对这项运动的热爱。要知道,去年之前全国注册在案的滑翔伞运动员不足5000人,虽然近一年增加了近1500人,但其中有不少人没能坚持下去。”赵美源说。在他看来,如果你没有做好这些准备,还是不要輕易“入坑”。

“不要带着目的去玩滑翔伞 学会享受才能发现乐趣

对于那些因为滑翔伞进入亚运会而想“投机”参与的人,赵美源表示不可取。虽然目前我国很多优秀滑翔伞运动员仅需3到4年时间就能从人行到获得洲际甚至是国际赛事冠军,但就像前文所说,他们一开始都不是抱着拿冠军的想法开始自己滑翔伞之路的。

近几年,永安山滑翔伞基地接待的低年龄段人群数量逐渐增多,赵美源认为这对推广滑翔伞运动来说是非常好的趋势。

很多运动都有从娃娃抓起的说法,滑翔伞也不例外。不同的是,滑翔伞的参与性和体验性更强,功利性更弱。“其

实滑翔伞是一个适宜人群非常广的运动,在参与的过程中,你可以从中体验与天空和自然亲密接触的独特感受,并寻找到一种满足感。如果太功利,反倒没法体验到它的乐趣。”赵美源说。学会享受滑翔伞运动,才能发现它内在的魅力。

挑战海洋皮划艇马拉松 “勇敢者的游戏”你敢参加吗?

□本报记者 吴雨辰 文/摄

接连两天的挑战、单日7小时的划行、单次超30公里的赛程……上周末,堪称“皮划艇马拉松”的2016中国·舟山越洋挑战赛在舟山青浜岛举行,5位皮划艇高手在舟山群岛完成了这项勇敢者的挑战。

如今的舟山,有一群热衷于皮划艇运动的户外发烧友,他们常常驾着一叶扁舟在舟山的各个群岛间穿梭远游。这次活动由爱尚海洋俱乐部负责人俞柳发起,在他的设想中,这是中国最具挑战的皮划艇赛事,只有体力和技术顶尖的选手才能在海浪的冲击下尽情远游。

从朱家尖到白沙岛,再到青浜岛,整个赛程距离超过60公里,洋流变幻莫测,一旦遭遇逆流,即使筋疲力尽也寸步难行,挑战难度极高。

“玩过了海上皮划艇,内河的皮划艇就感觉没什么意思了,缺乏挑战。”对俞柳和他的伙伴们来说,追求挑战才是他们的

目标。

俞柳说,希望将这项赛事打造成“中国海上达喀尔”。达喀尔汽车拉力赛是世界上最著名的沙漠挑战赛,相比于炎热的沙漠,挑战波澜壮阔的大海难度一点不小——克服海上晕船就是一项巨大挑战。

记者跟随着后备快艇在选手们身后航行,如果说平时跟着游轮航行就像是在摇篮中偶尔来一阵微晃,那跟着快艇在海上漂泊就完全是过山车般的体验。几分钟的过山车让人尖叫,那几个小时的过山车只会让人崩溃。除了本地的船长们,剧烈的晕船反应几乎让所有人的胃翻江倒海。边吐边看着选手们在海上随波逐流,心底只剩钦佩。

除了晕船反应,海浪的凶猛也完全没法预料。虽说不是暴风雨天气,但动辄3、4米的浪拍向小艇还是让人心惊胆战。16日下午2点左右,在离终点最后几公里处,参赛选手山川和马浩东遭遇了洋



流,费劲最后的体力也无法突破,只得寻找后备艇求助。

“我们其实算到了这个时间会有洋流,但还是没能赶在前面,划了一个小时也没前进一点,实在支持不下去了。”山川赛后回忆这段历程还心有余悸,在终点前的无能为力,让他遗憾不已。

不过,除了比赛中的艰苦,舟山群岛的风景更不容错过。对喜爱海洋的户外达人来说,舟山群岛早已声名远播。靠近东极岛附近,碧海蓝天的景象和本岛附近完全不同,在阳光的映射下,各个形状不同的礁石岛更是别有一番风味。

余姚四明山,横亘八百里,峰岭锦秀,溪谷纵横。漫步于“唐诗之路”,秋之四明更显斑斓和清新。四明山,说它有浙江最美的自驾路线一点都不为过,特别是在深秋,一路开往山顶,或行走于青砖黛瓦之间,或驾行于金树落叶之中,宛若画中游。

【余姚金秋季黄金自驾路线推荐】

线路1: 杭甬高速——余姚出口下——姚江源头观茶园——丹山赤水摘柿子——仰天湖山庄(住宿)——地质公园看层林尽染——仰天湖农家乐午餐——返程
线路2: 杭甬高速——大隐出口下——浙东小九寨赏秋色——河姆渡遗址感受远古文化——晚宿阳明温泉山庄——信步金冠古道——九龙湾乡村庄园午餐——返程

在这样一个美丽的季节,“四明山,我来了”——第十二届四明山旅游节大幕已经华丽开启,各种特色户外系列活动等你来参加。



『醉美』山路,深秋自驾四明山