

温州登顶珠峰女性第一人陈琼讲述挑战极限的那些事儿

日前,两位温州勇士先后登顶珠峰——46岁的洞头人王仲辉从位于我国境内的珠峰北坡登顶,成为首位登顶地球三极的温州人,也是我国第一位登临地球三极的股权投资人;随后,40来岁的鹿城人陈琼从位于尼泊尔境内的珠峰南坡登顶,成为温州首位登顶珠峰的女性,也是第一个从南坡登顶珠峰的温州人!

经过几天的安全下撤后,王仲辉已回到上海工作,而陈琼从尼泊尔回到北京,再从北京回到温州,6月1日下午,温州市体育局局长张志宏见到陈琼时,对她不畏艰难、勇攀高峰的精神表达敬意。

身体恢复得如何? 仍有干咳,一周后恢复

回温州之后,陈琼依然干咳,她说这叫昆布干咳引起的肺炎。

高烧40度,珠峰上的寒冷引发肺炎很常见,她不得不从大本营下撤,回北京挂盐水,三天后她就带着消炎药返回尼泊尔,再度上山。

攀登珠峰不是一次说走就走的旅行,需要一个优秀的高山探险团队配合。据陈琼透露,这次登珠峰,她共花费了几十万元。陈琼是鹿城人,2004年移居巴西,从事外贸工作,她登山的费用全部来自自己的工作收入。

峰顶有什么感触? 风景很美但想着尽快下撤

珠峰峰顶是什么样子?陈琼介绍说,他们是在北京时间7点登顶的,当时太阳刚刚出来,峰顶的景色非常美,南坡和北坡都能看得清楚,云朵就在脚下,

远处能看到珠峰的金字塔倒影,“那个景色只有在峰顶才能看到,很难用语言描述。”珠峰的峰顶是一个近似于长方形的斜坡,面积20平方米左右,可以同时站立30人左右。陈琼介绍说,他们登顶后,与北坡登顶的其他队员交流、合影,得益于好天气,他们一共在峰顶停留了40分钟。

登顶珠峰有啥感想?陈琼说,当时她并没有很激动,而是感觉在峰顶多呆一分钟就多一分危险。她的想法是要尽快下撤,因为登顶才是成功了一半,没有安全回家都不算成功。下撤的途中,沿路都能看到尸体,“他们的安全锁还扣在路绳上,我们得绕过尸体扣好自己的安全锁。”

这次经历有什么感悟?
脑子强大比身体强大更重要

从小文静柔弱,读书时体育成绩在班里排倒数,陈琼说像她这样也能登珠峰,但是,她认为:“脑子强大比身体强

大更重要”。陈琼分享经验说,登山的时候人不能犯困,脑子要清醒,每时每刻都不能掉以轻心,因为在高山上容易情绪崩溃、产生恐惧,这样对体能的消耗特别大。

对普通人登山有什么建议?陈琼说,她也不是一上来就登珠峰的,此前,她已经登过13座雪山,对于普通人而言要从攀登5000米、6000米的雪山开始,循序渐进,这样既能知道自己身体的状况,加强心理的建设,也是对自己和家人负责。她认为,身体是基础,还要有充沛的心理准备,装备最次要,“第一是安全,第二是体验,最后才是登顶。”平时的锻炼必不可少,特别是耐力,登雪山前要有针对性的训练,比如爬楼梯,还要了解一些登山专业知识,比如使用器械等。

什么支撑着你挑战极限? 收获幸福感珍惜身边人

陈琼有个梦想,完成“7+2”探险活

动,即登顶世界七大洲最高峰和徒步南、北极极点。从2013年开始,陈琼先后攀登了中国的四姑娘山、非洲最高峰乞力马扎罗山峰(海拔5895米)、欧洲最高峰厄尔布鲁士山峰(海拔5642米),登顶南美洲最高峰阿空加瓜峰(海拔6962米),徒步南极点,登顶文森峰(海拔5140米),以及北美洲的第一高峰麦金利山峰(海拔6194米),去年4月,她的脚印留在了北极极点。这次登顶海拔8843.44米的亚洲最高峰珠穆朗玛峰后,陈琼“7+2”计划里,只剩大洋洲最高峰查亚峰(海拔4884米)。

接下来,陈琼计划在今年10月攀登大洋洲最高峰查亚峰,完成“7+2”的梦想,她将把自己的故事写出来,集结成书,分享给喜欢攀登、喜欢运动的朋友。陈琼还表示,以后她还打算从珠峰北坡攀登,以实现自己从南北坡全部登顶的人生梦想。



嘉兴交警 变灌篮高手

近日,让人热血沸腾的高速交警嘉兴支队第四届“三人制”篮球赛圆满落下帷幕。据悉,此次篮球赛是支队落实“暖心工程”,推动高速交警嘉兴支队警营文化发展,切实营造“快乐工作、幸福生活”氛围的重要举措,也是激发队伍活力、提高全体民警身体素质,提升队伍凝聚力、向心力的活动。

(通讯员 顾 维)

坚持15年 吸引16家公司赞助 杭州草根赛事有了“商业身价”

丑小鸭变成白天鹅,是一个结局美好的童话故事。在体育赛事领域,杭州全民乒乓球邀请赛,也上演了这样的喜剧。

由杭州市下城区乒乓球协会发起举办的这项赛事,起源于2003年。当时正值“非典”之后,旨在搭建一个乒乓球爱好者交流、切磋的平台。这项草根赛事,从开始举办至今,受到越来越多草根爱好者的拥趸。6月11日,第十五届赛事对决上吸引了41支队伍、170多名草根选手。选手中,除了协会的团体会员、个人会员外,越来越多的乒乓球爱好者慕名报名参加。

连续举办这么多届,除了有一帮铁杆的选手外,通过包装还有了“商业身价”。一家杭州本土、由归国留学人员创办的科技公司,已经连续9届冠名赞助;比赛场地由团体会员免费提供、比赛裁判甚至礼仪人员由志愿者担任;针对“草根”目标人群以及体育赛事的特点,银行、饮料公司、养老机构以及餐饮单位等,也都纷纷赞助支持。

(通讯员 阮珊堤)

徜徉花海 宁海玩转趣味活动

本报讯 为了响应“发展体育运动,增强人民体质”65周年号召,6月10日上午,宁海首届市民运动会于茶院乡庙岭村隆重开幕。这是宁海首次采用民间资金运作的运动会,项目具有涉及广、趣味浓、气氛高等特点。共设3人篮球、气排球、足球、围棋、象棋等11个项目。比赛将持续至11月份结束。

此次运动会,一改往年必须是宁

海户籍人员参赛的模式,不管是宁海县常住居民,还是外来务工人员,只要爱好运动,身体健康,在某个单项上有基础或有专长,均可以个人或单位、社区、俱乐部等方式自由组队参赛。这个模式旨在推进全县人民健身事业深入开展的重要平台,促进全民参与、全民动员、全民健康、更好地满足群众多样化健身需求,为健康宁海作出贡献。

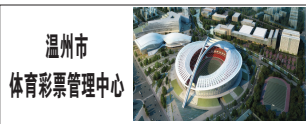
开幕式后,来自全县各乡镇(街

道)机关单位共20支代表队100余名运动员在美丽的依山果园展开了一场别开生面又“野味”十足的趣味定向比赛。“拼图”、“能量传输”、“射箭”、“滑草”、“我们是最棒的团体”一轮轮项目精彩有趣,紧张刺激。参赛运动员在比赛时,徜徉花海中,既能够体验山野的乐趣,又能将依山果园的秀丽风光尽收眼底。

(通讯员 王静雅)

战略合作伙伴

合作伙伴



■浙江《体坛报》社有限责任公司
本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85067855
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223
本报法律顾问:京衡律师事务所