

从运动员到教练员 郑垚彬:攀岩改变了我的命运

“

16岁那年,一次偶然的机会接触到攀岩这项运动,还是懵懂少年的郑垚彬自己都没有想到,这个运动项目改变了他的人生轨迹。

郑垚彬一路走来,从仙居乡下走进了大城市,参加了省里举办的攀岩比赛,甚至还代表浙江省参加了全运会。

如今的他,也从一位攀岩运动员,转型成为台州青少年攀岩队的教练。

”



一次偶然机会爱上攀岩

郑垚彬和攀岩的故事,要从一次小小的偶遇开始。2012年正月初二,郑垚彬老家仙居步路乡新庄攀岩基地,当地登山协会的攀岩爱好者正在进行一场表演活动。看着同龄人在岩壁上辗转腾挪,犹如飞檐走壁一样,郑垚彬觉得非常刺激,便自告奋勇,到岩壁上试上一遭。

挂上攀岩装备后,郑垚彬三两下就攀登上了岩壁的顶端,这让他觉得非常意外。“当时我下来之后,几位仙居登山协会的会员对我竖起大拇指,认为我有攀岩天赋。”郑垚彬说,从那以后,他就成为了仙居登山协会的一员。

从户外到室内攀岩运动员

初尝攀岩运动一年后,郑垚彬遇到了自己的伯乐,时任浙江农林大学攀岩队的队长张志。“张教练说我天赋不错,邀请我参加室内攀岩比赛,可以跟全省乃至全国的高手PK。”郑垚彬说,2013年暑假,仅仅完成1个月的室内攀岩集训,他就参加了省级比赛。

带领台州青少年竞逐全运会

如今,年仅22岁的郑垚彬,有了另外一个身份——台州市青少年攀岩队教练。虽然还是一名大三学生,面临着繁忙的学业,郑垚彬还是接下了这个艰巨的任务。在他看来,能够让更多的人喜欢上这项运动,他付出再多,都是值得的。

郑垚彬慢慢适应着从攀岩运动员到攀岩教练的身份转变,为他的

弟安排训练项目,带着他们体验户外攀岩。今年年初,郑垚彬前往仙居县埠头中学,最终挑选了男女各2名学生参加集训,备战省运会。

“别看他们现在接触攀岩时间不长,这半年参加青少年攀岩比赛,已经有了不少成绩。”说起自己的弟子,郑垚彬满是欣慰。2020年东京奥运会,攀岩将正

式成为比赛项目,虽然只有男女两个项目2块金牌,但是这让郑垚彬看到了攀岩运动未来的前景。“攀岩改变了我的命运,我希望大学毕业后继续从事这项运动,在台州开一个攀岩馆,引领更多的年轻人接触这项运动,爱上攀岩这项运动。”郑垚彬坚定地说。

在浙江省青少年攀岩锦标赛中,第一次参赛的郑垚彬夺得了难度赛冠军和速度赛季军。不过,在随后的省攀岩锦标赛中,年仅19岁的郑垚彬和成年人同台竞技,只获得了难度赛和速度赛的第5名。这次的失利,让郑

垚彬看到了人外有人天外有天,他变得更加沉稳和刻苦。2017年,郑垚彬正式进入省攀岩队,备战当年的全运会。在全运会上,虽然他的成绩不算突出,但是和全国的攀岩高手同场竞技,他的攀岩技巧有了进一步提高。

(通讯员 王超)



一路骑行,一路追梦 海盐小伙横穿大半个中国去西藏

近日,嘉兴海盐县摩托车爱好者朱克佳骑摩托沿318国道横穿中国抵达西藏,实现多年来的梦想。

318国道东起上海市黄浦区,西至日喀则市聂拉木县,全程5476千米,沿北纬30度线穿越上海、江苏、浙江、安徽、湖北、重庆、四川、西藏8个省份,囊括了平原、丘陵、盆地、山地、高原等景观,被中国国家地理杂志评为“中国人的景观大道”。其中川藏公路段是这条景观大道中最精彩的一段,被公认为中国路况最险峻、通行难度最大的公路,深受挑战者的喜爱。

爱与互助点亮追梦之路

4月26日,朱克佳独自骑爱车踏上318国道,次日在安徽边境遇到了第一个同伴——小流浪狗。“当时路上遇到堵车,细问才知是因为一只小狗钻进了大货车车底,司机及时停车,但小狗躲在车底不肯出来。”朱克佳说,“我爬进去把它抱了出来,然后大家都劝我带它上路,就这样我带着它边欣赏美景边赶路,当晚跑到江西德安县休整时,将它托付给一个好人家里。”

在318国道上,无私帮助不仅限于人与小动物之间。“有一次我的车不慎滑入路边的沟中,一个人很难把它推出来,路过的小货车司机看到了二话不说帮我推车,很感动。我也会帮助其他出现故障的车辆修车,我穿

越无人区时遇到一辆因车祸抛锚的汽车,那里没有信号无法求助,我骑出去几十公里才帮他们打通求助电话。”朱克佳说,“这一路走来,我收获了满满的正能量。”

热情仗义的朱克佳结交了不少志同道合的朋友,旅途也因为他们的加入变得更加精彩。在雅安停留做项目期间,他跟一位摩友夜登峨眉山,骑摩托到半山腰时遭遇山上缺油、索道关闭等尴尬境地,两人摸黑爬到山顶,露宿帐篷。“很冷很累也很艰辛,但看到了壮美的日出,一切都是值得的。”朱克佳笑着说。

挑战极限领略绝美风光

“一路骑行下来,最具挑战的是横断山脉路段,地形复杂独特。”朱克佳说,折多山是他翻越的第一座

海拔4000米以上的山,人车均出现了高原反应,而整个横断山脉有7座海拔超4000米的高山,“那感觉就像是在云彩上骑行,自由自在、无拘无束!”

据朱克佳说,这趟骑行,最让他难忘的是绝美风光——进入西藏后,塞外风光苍茫壮观,山上的积雪尚未融化,路边有牦牛的尸骨腐烂的气味,天空盘旋着食腐鸟,一路上偶有土拨鼠出没,牛羊马骡子遍布公路两旁及周边山坡。过了天路72拐,画风突变,全是光秃秃的岩石山脉。次日到达林芝,植被茂盛,河水清澈。

读万卷书不如行万里路

返程的路,朱克佳选的路线是珠峰大本营—日喀则—纳木错—唐古拉山—可可西里—昆仑山—青海



湖—兰州—西安—洛阳—平顶山—合肥—杭州—海盐。“因为归心似箭,启程时抄近道,走了条没修好的路,其中有180多公里特别颠簸,需要一直站着骑车。这段路人烟稀少,手机没有信号,而且气候多变,时而冰雹时而下雪,没地方可以躲避,非常无助。”朱克佳说,“黄土路的一侧是随时可能滑坡的山坡,另一侧是悬崖,一片土黄色根本看不出急转弯,我为此摔过两三次。”

“经历过这次旅行,我感觉任何坎坷和困难都不可怕。”他说,大自然是公平的,让他在经历磨难的同时,领略了多姿多彩的川藏线、荒蛮野性的喜马拉雅山、神圣的纳木错湖、广袤无边的可可西里、充满生机的青海湖等迷人风光……

(通讯员 周丽丽)