

14天跋山涉水,只为离天空更近 85后女教师带上校旗,徒步登上乔戈里峰

两个月的暑期,是教师行业最令人羡慕的福利。尽管培训任务繁重,但挤一挤,总能腾出时间和精力,来一场舒坦又潇洒的旅行。

宁波市职教中心学校的李园梅老师选择了一条令人肾上腺素飙升的徒步线:经历14天的跋涉,她将鹅黄色的校旗带上了乔戈里峰大本营。李园梅如此形容此次经历:身在地狱,眼在天堂。



涉足户外运动 走上一条“不归路”

李园梅是一名85后,早在2011年,她就涉足户外运动,常年都保持着一定强度的体能训练。9年前毕业后,李园梅受朋友影响喜欢上了户外骑行。“入坑”没多久,就到杭州、南京等城市的知名骑行线“打卡”,不断挑战自己的极限。

在宁波工作,李园梅加入了一个户外俱乐部,除了骑行,还接触到了更多类型的户外运动,如爬山、徒步、马拉松,甚至桨板、滑雪。

走爆一双新鞋 无数次对自己“灵魂拷问”

今年4月起,李园梅开始了前往巴基斯坦徒步攀登乔戈里峰的各项准备,签证、进山证、出国所需相关材料,当然还有身体方面。

“没有想太多,就报名了,不料之后心理上却受到了无数次‘拷问’。”李园梅说,一直到了现场,她才从两次攀登珠穆朗玛峰的“大神”队友口中得知,乔戈里峰(K2)

徒步线难度在全世界排名前三。

依照计划,7月底,一行10名队员及40多名当地职业“背夫”从巴基斯坦北部的斯卡杜出发,徒步14天,总路程268公里,抵达4座海拔8000米以上雪山的大本营(K2、布洛阿特、加舒布鲁姆一峰、二峰),横穿巴尔托洛冰川,最终翻越5620米的Gondogoro La垭口。出发地的山脚海拔2000多米,几个大本营的“打卡点”海拔5000多米。一路上,根本没有“路”,能走的地方都是大大小小的裸露的石块。李园梅一双崭新的登山鞋,一趟徒步直接报废。

算不上负重前行,背的不过是少量淡水、衣服、相机等,但在高海拔区域每日坚持徒步20-25公里,光走完全程就已经很厉害了。加之山上气候不佳,路途险峻,整个过程对身体而言就一个字:虐。

不过每次,当李园梅又一次突破自己的极限,坚持下来时;抵达一个营地,住到山顶360度“全景”帐篷屋时;看到干净剔透,随意按手机都能拍出明信片效果的风景

时,她觉得这一切都是值得的。

带着校旗登顶 希望学生多运动

撇开户外运动达人的身份,李园梅还是一名优秀的中职教师。平日里,她会利用课余时间,给同学们讲述自己参与户外活动时的见闻。

这一次,是李园梅首次将校旗带上高峰“打卡”,在乔戈里峰大本营留下了唯一的一张正面照。这张照片,后经学校领导及老师们的朋友圈转发,成了大家的骄傲。

“以前听过一个故事,说是一名家长登珠穆朗玛峰,带上了全班孩子的签名合影,当时我觉得特别有意义。”李园梅说,此次带上了校旗,也算异曲同工。

李园梅认为,相对普高学生,职高学生的空余时间多在技能实践,但劳动与运动毕竟不同,孩子们的体能还是偏弱的,生龙活虎的年龄,就连普通的5公里徒步爬山都会感到吃力。“身体是一切的本钱,再忙也希望学生们多多运动。”

(通讯员 徐叶 张玉菲)

家乡华侨牵线搭桥! 温州足球小将刮起“留洋”旋风

“巴西小球员进攻意识很强,外围一拨,一有空档就打。”“巴西足球教练员训练方式非常多样化,学起来一点不枯燥。”8月25日,温州市鹿城区14名足球小将结束了为期40天的中巴少年足球交流营训练,回国路上兴奋地交流所得。

“中巴少年足球交流营”,是巴西足协对华合作计划中的项目之一,旨在用足球公益的方式,让更多孩子成为足球文化交流的受益者。

身为温州人的巴西华人协会主席张伟、巴西中国商会会长王小军等人,自项目诞生以来一直为交流营的落地而奔走协调。在鹿城区政协的

引荐下,张伟、王小军去了该区仰义二小。作为首批“全国青少年校园足球特色学校”,仰义二小已先后培养输送了李祥、李亚迪两位国少队足球苗子,为杭州绿城足球俱乐部输送了十多名优秀球员。结果在观看该校一场热身赛过程中,两人被眼前这群平均年龄只有12岁的孩子身上所展现的竞技水平深深折服,当即决定把他们带往巴西“深造”。

40天来,14名校园足球小将在巴甲顶尖俱乐部之一的科林蒂安俱乐部青训教练带领下,感受当地足球文化,进行系统训练,与当地同龄人开展每周热身拉练赛。“通过与

‘足球王国’学员们面对面切磋,以及当地专业教练的手把手指点,温州小球员们在跑位、交叉换位、高位逼抢,以及自信心方面,都得到了很大提高。”国内随队教练管杨欢说。“如今,参加比赛时,放得更开了,与队员间呼应也更多了。”小球员张梦真收获满满地表示。

仰义二小仅仅是中巴少年足球文化交流营启动的一个起点。“今后,我们将进一步扩大足球公益受益版图,希望交流营能在喜欢足球的孩子心中埋下一个种子,促进中国足球的长足进步。”王小军说。

(通讯员 戚祥浩)

短消息

@绍兴越城

本报讯 日前,绍兴市越城区2019年足球夏令营活动分别在袍江中学、树人小学拉开帷幕,来自越城区各个学校的150余名足球队员将进行为期10天的高强度集训。

(通讯员 施建靖)

@岱山

本报讯 在刚刚结束的浙江省第五届青少年学生阳光体育运动会排球比赛中,岱山县高亭小学女子排球队最终登顶冠军宝座。据悉,此为高亭小学女子排球队第7次获得全省小学女子排球冠军,并实现了2019年省市县级比赛的全满贯。

(通讯员 乐佳泉)

@嵊泗

本报讯 近日,嵊泗县首届“体彩杯”中小学生游泳比赛在县初级中学圆满结束,比赛共5所学校,57名学生参加。最终,县初级中学和菜园三小分获初中组和小学组团体第一。

(通讯员 黄银凤)

千人齐叠 “豆腐块”

8月26日下午,东阳市职业教育中心学校东技校区操场内上演了一场声势浩大的千人叠被子比赛,场面格外壮观。

通讯员 胡扬辉 汤光尧

