

47岁连跑63天,行程3636公里,中国跑者环法超马中夺冠 浙江极限跑牛人:大力 出奇迹

**欧洲顶级超马赛事之一
全球仅4人参加,每人还要交两万报名费**

环法兰西公路超级马拉松(以下简称“环法超马”),是欧洲三大顶级超马赛事之一,自2015年首届比赛起,到现在也只是第三届。

这比赛的频率堪比4年一届的奥运会。

“因为全球没有这么多参赛者。”大力说,这比赛第一届24个人参加,12个人完赛;第二届5个人参加4个人完赛;今年第三届赛事难度直接从总里程2600多公里升级到了3600公里,最后只有5个人报名,4个人参赛,3个人完赛。

整条比赛线路,从巴黎凡尔赛宫出发,向西南翻越比利牛斯山脉,经过科西嘉西北海岸线,直抵“欧洲屋脊”阿尔卑斯山,最后一路向北回到巴黎埃菲尔铁塔前。赛道全长超过3600公里,累计爬升41000米,即使是大家熟悉的环法自行车赛,今年的比赛线路长度也不过3400公里。

这么虐的比赛,报名费3025欧元,折合两万多人民币。

最终的奖品你猜是什么?

“一份完赛证书、一个完赛奖杯,哦,对了,为了感谢我比赛期间作为义工帮组委会洗碗,还送了我一份特别的礼物——一块新的抹布。”大力乐呵呵地说。

在外人看来,这是花了两万多元钱去找虐,但对于以户外运动教练为职业的大力来说,这太值了,毕竟这事连法国人都没几个做到过,“这是一次环法深度游。环法国一圈,比上车睡觉、下车拍照的团队旅游可精彩多了。”

**最长的一天跑了96公里
带了6双鞋,跑坏了4双**

这两个月他究竟经历了什么?

“太多了。”大力首先吐出了这三个字。

因为比赛全程要求自补给、自导航,比赛的过程注定会发生各种各样的意外。

“在比利牛斯山山顶,我们碰到了雷暴,组委会出于安全考虑取消了19公里的比赛;在科西嘉岛我们遭遇了道路塌方,临时取消了44公里。”大力说,这一路上,经历了科西嘉岛地表温度47℃的暴晒跑,有阿尔卑斯山上大风大雨中裹着急救毯一路前行,还有凌晨两三点带着头灯漏夜赶路,身上带的水不够了,直接喝沿途的山泉水……

大力说,不光各种天气都体验了个遍,他还碰到了一些小意外。

刚跑出去才4天,脚上磨出了拇指大的水泡,



“每个人都想待在舒适区,但待久了,会颓废、会松懈,所以,人总要有个目标。”

47岁的浙江极限跑大神大力(本名梁新德)刚刚实现了他人生中又一个新的目标——连续63天,跑完3636公里,拿下环法兰西公路超级马拉松冠军,他也是国内首位夺得本项赛事冠军的选手。

原籍浙江台州温岭的大力,这两天刚回到定居多年的杭州。但他依然没能闲下来,接不过来的采访电话,各种分享会、庆功会,明天他马上又要带队出发去张掖训练……如果不是他被晒得黝黑的肤色,和两个月没仔细打理的络腮胡,你完全看不出他刚刚经历了一场为期两个月的超级马拉松赛。

8月10日上午,他一边进行着按摩理疗,一边和记者聊起了这不同凡响的两个月。



“法国的道路中间高两边低,平时我在杭州跑50公里、100公里都不会磨出水泡来,到那里刚开赛四天就磨出了四五个水泡。”有水泡,跑起来可疼了,大力简单处理了一下第二天继续上路,“我也不能因为这个原因退赛了吧,在我的字典里没有放弃这两个字。”他说,跑着跑着就麻木了,一个星期后,身体适应了路况,水泡也再没长出来过。

第54天,因为组委会临时调整了导航的线路,原本82公里的赛程,他跑了足足96公里才找到营地,“因为自导航,多跑或者跑错了再折返是常事。”大力说,他每天跑的都超出了组委会预计的里程数,所以他最终的完赛里程是3636公里。

跑得虐不虐,鞋最知道。

这次出门,大力一共带了6双鞋,其中还有一双拖鞋,每两三天换一双。直到比赛结束,他跑废了4双跑鞋,但他把它们都带了回来,也是一种特别的纪念吧!

**极限奔跑是生活
足迹已经遍布七大洲**

为了这次的环法超马,大力花了一年多的时间来准备,减体重练核心,还有高原的环境训练……他说任何一次极限跑都需要周密的准备。

大力参加过160多场国内外的赛事,足迹遍布七大洲。2016年,他成为首位在一年内完成“极地长征4大沙漠系列”1000公里挑战的中国人。此外,他还是在28天内最快完成南北极跑步极限挑战的中国人。大力说,自己最疯的一年跑了9个100公里。

“我跑完一个比赛了,就会立下下一个目标。接下来我打算去跑意大利的场地超马,连续跑17天,每天80至100公里。另外,我的终极目标是去完成美国的超级马拉松,那个比赛举办了27年,完赛的人数全球还不到50个,我一定要跑一次。”

大力是一个时刻能量满格的人,在比赛的两个月时间里,几乎每天比赛完,他都会在营地拍视频、更新视频号,每段视频的结尾,他都会挥拳大声说:加油!加油!加油!

他说这力量,就像他的名字,来自大力水手。

因为,大力,出奇迹。

(据《钱江晚报》王琼 李颖 方静语)

大熊猫为何夏季“扎堆”过生日?

8月6日,四川成都动物园的女明星“囡囡”刚刚度过了她的10岁生日;而今天(8月11日),则是另一位“飒”女王“阳滨”的13岁生日;等到了9月1日,“宅”大叔“冰点”又将庆祝23岁大寿。加上此前登上热搜的顶流兄妹“萌兰”“花花”7月4日同时过生日的新闻,有不少网友好奇:为何这么多大熊猫的生日都集中在7月至9月?

要知道,大熊猫扎堆过生日是有科学依据的。

大熊猫每年发情一次,大多数集中在春季的2至5月份,野外大熊猫一般通过嗅觉、听觉和视觉三种方式传递个体信息来吸引其他大熊

猫扎堆相亲。大熊猫通过多雄争配制来将自己的优良基因遗传下去,多雄多雌的相亲结束后,雌雄大熊猫再次分开单独生活。

大熊猫妈妈的妊娠期一般为83至200余天。在春夏竹笋最为丰产的时候,雌性大熊猫有了充足的营养供给,大熊猫宝宝大部分在7至9月出生,偶有在冬季或春季出生的,所以大熊猫才扎堆相亲、扎堆怀孕、扎堆生仔。除此之外,大熊猫妈妈们还扎堆生双胞胎(概率约为50%)。

据《成都商报》



8月6日成都动物园的囡囡过10岁生日