

“爬得比飞还快” 舟山这群大学生：“飞檐走壁”挑战极限

□记者 李晓旭

攀岩运动是奥运新兴项目，但在浙江海洋大学已经成为传统强项。上个月，浙江海洋大学攀岩队的学生在全国大学生攀岩锦标赛中获得1金1银的好成绩，这个新兴、刺激的时尚运动项目，正吸引着大学生这个年轻群体的关注。



几秒钟，即可登顶

几秒钟的时间能做些什么呢？可以从地面飞檐走壁攀爬到15米高的岩壁顶端，速度攀岩就像是在岩壁上进行的田径赛，比赛中，运动员需要尽可能快地攀登人造岩壁，当出发枪声响起时，运动员会迅速从地板上蹬地而起，利用腿部的爆发力和手臂的拉力，形成一股强大的向上升力，保持住这股力量直到登顶。

“速度攀岩和其他的攀岩不一样，它的容错率非常低。比如说，我们上面的一些点，假如说你的手突然滑了，那么你至少要停顿0.5秒，或者是你脚滑了，差不多也要停顿0.5秒，在这0.5秒的时间内，你的对手就至少要超过你半个身位，所以容错率是非常低的，我们在速度攀岩中，想要发挥出最好的水平，尽量要做到零失误这个状态。”浙江海洋大学攀岩队队员郭旭说。

“对标奥运选手，我的差距还很大”

“4秒多和7秒，这个差距不是一

点半点。”今年奥运会攀岩比赛中，中国选手拿到了两块银牌，创造了中国攀岩的新历史，也让攀岩项目在国内又收获一拨爱好者。

“因为我们这边也有国际标准赛道，我们平时也自己在爬，我可能最快也就爬到7秒左右，他们就像伍鹏竟然能爬到4秒多，就连女生都能爬到6秒多，能够直观地感受到我与那些奥运选手的差距。”郭旭说。

今年暑假，郭旭和队友邓涛、沈祖安拿到了全国大学生攀岩锦标赛速度攀岩男子团体项目的亚军，成绩和冠军相比，只落后了一只手的距离。

“速度攀岩对我来说，最大的难度是抬脚，因为它要求你脚踩的每一步都很准，因为踩准之后，才能有一个连贯的发力。”浙江海洋大学攀岩队队长邓涛说。

攀岩像是在解数学习题，每次都有不同的解题方式

巴黎奥运会虽已落幕，大家对体育运动的兴趣仍在持续散发“余热”。在社交媒体上，有关攀岩的分享和讨论层出不穷，攀岩馆作为健身人的新地标，不仅吸引资深健身人士，也成为年轻人放松解压的新去处，其中不乏女生的加入。浙江海洋大学攀岩队队员周宇涵也参加了这次大学生攀岩比赛，作为第一次参赛的小白，其实每一次登顶，都是在完成一次自我挑战。“攀岩最吸引我的地方就是，完成一条线之后的那种成就感，就像解出一道数学习题一样，而且还有很多不同的方法解。”周宇涵说。

周宇涵小时候身体比较弱，也总是生病，又每天忙于学习，没时间运动，进大学后，她加入了攀岩队，每天中午吃完饭都会到训练馆，每次爬完都感觉神清气爽，一身轻松，攀岩对她来说，是放松学习压力的一种方式，而在这个过程中，她不仅收获了一个好身体，更收获了很多志同道合的好朋友。“我把攀岩推荐给身边很多朋友，看到她们因为我的推荐爱上了这项运动，真心感觉很自豪，我们一起出去旅游可以找攀岩馆打卡，约的都是时尚又健康的活动。”

把攀岩当成事业做，爱好就是最好的老师

穿上攀岩鞋、系好安全带、涂好防滑镁粉……一切准备就绪后，学员开始攀爬，在墙上“飞檐走壁”，从一处岩点“飞”向另一处岩点，看起来既惊险又充满挑战。

浙江海洋大学攀岩队成立11年，有已经毕业的学生把攀岩当做事业来做，在这样一所并没有体育专业的学校，学生能通过体育这门课，找到自己热爱的事业，才是让攀岩队教练魏汝领感到最有成就感的事。

“今年比赛的主定线员王毫同学是我们学校2021年毕业的，他毕业也是短短的几年之后就做了我们全国大学生攀岩锦标赛的主定线员，这相当于一场考试的出题人，能看到我们的学生从事这个行业，能够把兴趣爱好作为一个职业来做，这个是我比较自豪的。”魏汝领说。

攀岩给足年轻人“情绪价值”

攀岩比赛分为速度赛、难度赛以及抱石比赛，对个人的柔韧性、平衡感以及自重都有要求，参与者既要有超强的体力，也要有坚强的意志力，对孩子来说，在攀岩运动中也得到锻炼与成长。

“我第一次是上魏老师的课，上课的时候魏老师说了一句‘当你爬到顶的时候，你就会看到外面的海’，我当时也没想到，第一次爬就做到了，确实看到了外面的海，那个感觉非常好，就是因为这个原因，让我一直练了下来。”在邓涛看来，这几年的大学生活，他因为攀岩收获了更多的自信。

其实攀岩作为一项新兴潮流的运动项目，因为比较刺激，所以很受年轻人的喜爱，大家在这里不仅能够锻炼身体，还能在这里放松学习的压力，找到学习之外的生活乐趣。

“我们这个队伍也是一个开放的队伍，每年都会招很多人，最多的时候我们能在一届学生里面招到三四百人，也相当于把这个运动项目在学校进行一个科普和普及，让更多人能够体验到攀岩运动的魅力。”魏汝领说。



照片由受访者提供