

郑州跑友的朋友圈被越野跑赛事刷屏,越来越多人开始喜欢这种“从白跑到黑”的运动

# 跑马拉松不够过瘾? 他们的“征途”是山林原野



你喜欢跑步吗?“从白跑到黑”的那种。

前几天,郑州很多跑友的朋友圈都被2019UTMB(环勃朗峰越野跑)刷屏。中国香港选手黄浩聪获得男子UTMB(171千米)组别第6名,亚洲第1名,创造了中国人在此项赛事的历史性排名。

转眼入秋,登山望远的季节,是越野跑赛事集中举办的时段。无限风光在险峰,或许,在人迹罕至的赛道上,挑战过极限的人更能感受到属于自己的伟大。

河南商报记者 吴智星

## 在关门前9秒,她冲过了终点

几天几夜长距离越野跑下来,参赛者好不容易见到了村庄,为了让村里的小孩指个路,给每个小孩发了张百元大钞。小孩们拿完钱二话没说,一溜烟地跑开了。

“我们跑完比赛就和个野人一样,小孩儿看见能不跑开吗?”郑州资深越野跑爱好者百川讲了一个段子似的故事。

越野跑,是一种在野外自然环境中小径上跑步与徒步的运动,赛道丰富,有丛林、山谷、河道、雪山、戈壁等,难度较大的赛道要累计爬升超过万米。

今年8月底,在郑州高新区上班的常晓红赶往山西太行山深处,在那儿,她又参加了一场越野跑。

20多公里的路上,让她印象深刻的是“妈妈级别”的关怀:看到选手过来,赛道沿途的居民从果树上摘下成熟的苹果、梨,给他们充当补给,“纯天然”。

看似轻松的赛程,其实并不顺利,由于这是近三个月来常晓红参加的第二场越野跑赛事,她的腿还没有完全恢复,“走走停停,成绩并不是很理想”。

今年6月中旬,常晓红参加了秦岭越野跑50公里组别的比赛,差点没完赛。当时,她跑到40公里的补给点时,没吃东西,把1.5升的水袋灌满之后,就立刻出发了。因为距离比赛结束只有不到一个小时,“时间已经过了下午6点半,腿都抬不起来”。

一路上,她又碰到了几个准备放弃的参赛者,“能不能完赛?不知道多远?肯定是不远,即使被关在门外,也要努力。”她劝服了几个人和她一起跑。

最终,在关门(截止时间)前9秒的时候,常晓红冲过了终点,两三个结伴者也一同完成了比赛。事后,她得知,由于赛事难度较大,有近一半的参赛者被关在了门外。

常晓红说,自己不管工作遇到什么样的问题,都会想想挑战过的越野赛,“50公里都跑了,还有什么搞不定的嘛。”

常晓红的同事告诉河南商报记者,常晓红很要强,工作忙碌还要照顾孩子,而现在又正在备战在职研究生考试。



在不到3个月的时间里,常晓红参加了两场越野跑赛事

受访者供图

## 第一次参赛就挑战百公里

张治猷也参加了山西太行越野赛,不同的是,他是第一次参加越野赛,而且挑战的是120公里。

其实,早在一年前,张治猷就和同伴商量着要跑一场越野赛,不过由于时间协调不开以及比赛地太远,计划一直未能实施。

一般来说,想跑百公里越野赛,都需要先跑50公里越野赛才有资格,不过,此次比赛不同,只要一年内跑过2场全程马拉松就能报名。而在2018年,仅在郑州,张治猷就跑了3场全程马拉松:郑开、郑州、炎黄。

120公里也不是张治猷跑过最远的距离,他曾在南方某武警部队中担任过侦察兵,负重30斤参加过300公里的大拉练,“当时跑的都是水泥路、土路、柏油路,越野跑不一样,山地、台阶很多,路况很复杂,只能容一个人过,难度更大。”

早上7点半出发后,张治猷和同伴没有冲太猛。虽

然起步速度较慢,不过,两人在路上渐渐超过了很多人,甚至还一度超过女子组的冠军。在抵达66公里之后,他们找到了自己的节奏。

在山顶有信号的地方,张治猷跟9岁的女儿视频通话,女儿问他:“你在哪里,我去过没?”他回答道:“等你长大了,一起来参加。”

张治猷是个“虎爸”,“我很小的时候就开始踩在凳子上给家人做饭了,她也应该学会独立。”为此,他曾把女儿托付给驴友,让她去登封的山里野游。

“背着书包,装点零钱、水果、水就走了,虽然把我登山杖弄丢了,但是我还是很自豪。”张治猷说。

在出发20个小时后,张治猷在第二天一早完成了比赛,组别排名第9位。

24个小时以内完成120公里越野跑,在张治猷的计划之中,因为只有这样才能赶上第二天的接驳车,以至于能及时赶到单位上班。

## 耐热、耐寒、耐孤独、耐寂寞

石家庄五岳寨50公里越野跑,让曾多次参加168公里越野跑赛事的百川终生难忘。

他说,跑到30公里处时,他滑倒在一个山坡上,“打滚,一直滚到撞上一棵树才停下”。突然的意外,让百川血流不止。

又跑了1.5公里,抵达补给点时,志愿者都劝百川退出比赛,而倔强的他却选择了坚持,简单包扎以后便继续上路。从当时的照片可以看到,新缠的绷带血已渗出。

后半程赛道上,一个20多岁的北京小伙儿和组委会安排的志愿者一前一后保护着百川,和他一起跑。

跑到最后一公里,北京小伙儿体力不支,有点跟不上百川的速度,对百川说,“怕影响你成绩,你先跑吧。”

“人家帮你一路了,争那点成绩有啥用。”百川和北京小伙儿携手,一同冲过了终点。

最终,百川拿到了133名的成绩。当然,奖牌刚被挂在脖子上,他就被带上了救护车,“头上缝了6针”。

“百川啊,你终于受伤了。”回到郑州,有人开他玩笑,“玩越野,死都不怕。”不过,这位年近六旬的大男人不敢写遗书,“子女都不让我玩,写个遗书害怕把家里人吓到。”

对越野跑,百川总结了“四耐”:耐热、耐寒、耐孤独、耐寂寞。

2017年,他在甘肃参加100公里越野跑的时候,一天一夜,除了志愿者,他只见过一个人。

茫茫戈壁中,一个人踩到缺水的草上发出咔嚓咔嚓的声响,突然间发现两个羊的脑袋,“还是被狼啃过的。”蓝天、黄沙,不远处,有一个皮肤黝黑的女人在放着一群羊。

“孤独是肯定的。”百川说,“但是无限风光在险峰,到了人们不去的地方,才能看到别人看不到的景色。”

“五岭逶迤腾细浪,乌蒙磅礴走泥丸”,百川说,明年4月份,他和两个朋友报名了乌蒙山330公里越野赛,在长征路上,百川将再次挑战自己。