



东软集团副总裁与完赛四大荒漠的极限跑者似乎是南极和北极的相望,可是邢波偏偏要打破这道沟壑。他征服了非洲撒哈拉沙漠、智利阿塔卡玛沙漠、中国大戈壁沙漠之后,果真兑现了诺言,上个月又挑战了南极洲荒漠,成为中国首位“四大荒漠挑战赛(4 Deserts)”的大满贯选手。

邢波 跑步,怀着敬畏之心

■文 | 冷梅 ■图 | 受访者提供

再次上路,出师不利

邢波再次上路了,这一次挑战的是气候更为恶劣的南极洲大陆。南极探险船11天的历程,毕生难忘,他最终克服恶劣条件,成功完赛,也给“四大荒漠挑战赛”大满贯划上了一个亮闪闪的结局。激动也激动,却比想象中平静,和阿塔卡玛沙漠一个人对抗孤独和绝望相比,南极的比赛受限较多,虽然跑了三个岛,也是跑圈式的,却没那么虐心。

邢波已经不是第一次应对这样的极端恶劣天气。以往对抗酷暑,此次对抗严寒。“每一次比赛,都是在为下一次做准备。”跑了三场荒漠赛之后,身体和心理上的准备,已经能以不变应万变。赛前很早,他就开始亲自准备极地比赛装备,了解当地气候特点,回东北老家,在严寒中提前训练体能,提前进入了极地模式。

和大自然较劲,它的脾气你还真的把握不住。前往南极的路上,凶险已摆在眼前,那是人在大自然面前的渺小和无力。你无法对抗自然,只能战胜自己的心态。探险船从乌斯怀亚(离南极最近的小镇)起航,历经了整整16天的海上漂泊。

海上的风浪,大到让人招架不住。风浪对选手前期的体能储备造成了不小的伤害。10级以上的大风,掀起了二三十米的巨浪,没办法好好休息,因为晕船而剧烈呕吐,吃不进食物,体能也无法储备。邢波印象最深刻的恶劣海相发生在德雷克海峡,它是南美洲智利合恩角与南极洲南设得兰群岛之间的海峡,东西长300公里,南北宽900公里,以多风暴著名,一整年的海相都相当恶劣,是全世界最危险的航道之一。“探险船经过德雷克海峡时,倾斜角度足有45度,晚上选手睡在床上,没绑牢,整个身体都会从床上弹下来。”有时,一边呕吐,一边为了保存体力,还得拼命猛塞。

南极开赛,冰火考验

历经艰辛,总算是抵达了南极洲大陆,比赛即将正式开始。这里天气变化太快,风雪交加时,几乎无从应对。能不能登岛,登哪个岛,比赛时长多久,已经不是大赛组委会说了算,每日,南极大陆探险队长会根据当日的天气状况确定比赛线路、行程和时间。

每天,选手们从大船上跳上皮划艇,一艘艘驶向比赛的岛屿上。他们心里揣着忐忑,不确定今天的比赛是否会遇到新的突发状况,跑到几时就该终止赛程,被赶回船上。恶劣的天气状况,很容易结冰,一旦靠岸的皮划艇结冰,动弹不得,选手们就没办法返回探险船上。

寒冷对比赛选手也提出了更多挑战,为了御寒,通常选手们全副武装,包裹得极其严实,可是跑步时外冷内热,大量出汗以后造成电解质流失,就会出现类似“中暑”的

症状。搞不好,胃部痉挛,还会伴有呕吐。

雪盲是南极赛场上的头号杀手,即便你做好预防,佩戴了防雪盲的眼镜,在中午跑过一两个小时之后,眼睛便开始视线模糊,曾经有参赛选手,到后来看到的所有东西都是平面的,给最终完赛造成了不小的困扰。

既要防寒防中暑,还要防晒防冻伤,关于身体的考验,几乎都是冰火两重天。南极上空的臭氧层已经空了,太阳直挺挺地炙烤着露在衣服外头的肉,嘴唇开裂,动一动血就要渗出来了。想喝口水润润,零下十几二十摄氏度,水壶里早已结冰,几乎一口热水都喝不上。选手们想尽办法,在水中加一点点盐,加一点巧克力奶,来让水结冰得慢一点。如果随身用的是水袋,就更离奇了,管子被冻住不说,有时嘴巴也会被冻在管子上。

我们已经习惯了抄近路、走捷径,以为那样可以事半功倍。其实,恰恰相反,只有当你有了敬畏之心,才会意识到一步一步扎扎实实的重要性。

由于当地气候恶劣,原定第六天有一个单日100公里的24小时长赛段,最终被迫取消。每天的比赛时间,完全没办法固定,要视当日的天气状况,由探险队长说了算。几日的比赛,有时早上8点就开赛了,有时中午才刚下船,有时下午两三点就停赛,也有时下午六七点钟从岸上返回船上,一切都看“天意”。

比赛规则似乎也变得简单了,探险队长考察完毕,每天定一个岛屿,然后选手上岸,大家绕着圈跑。实际上,选手此次比赛一共就登陆了4次,跑了南极大陆的三个岛屿。

虽然南极正处夏季,荒漠中的雪也已及膝,原本连路都没有。跑在前面的选手,努力踩扁积雪,逐渐铺成了一条新路,跑了几圈之后,脚步才能在变硬的积雪下,发挥出正常的跑速。即便有了路,路面依旧坑坑洼洼,有时半只脚踩在斜坡上,脚蹠吃力不均衡,很容易受伤。这些对于没有受过任何跑步专业训练的邢波来说,都是不小的挑战。■

