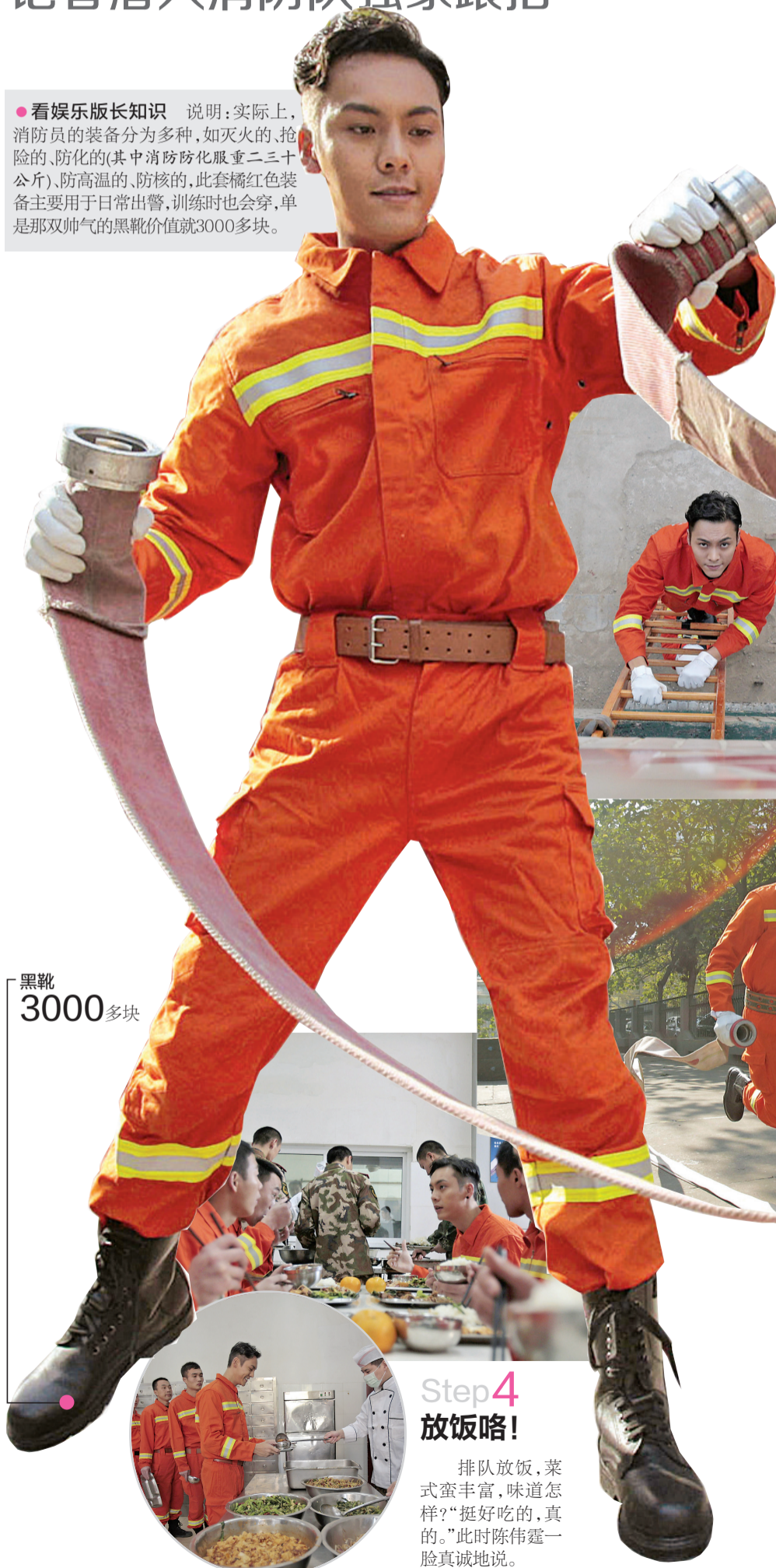


娱乐 | 观娱

咦?消防车、大水喉、爬梯、防护服、安全头盔……这是哪里?消防队。
嘿!人群中最高挑、着装不统一的那位男士……是谁?陈伟霆。
今年,陈伟霆和“消防”关系匪浅呢!因为一部动作电影《救火英雄》。他与任达华、谢霆锋、胡军、余文乐一起变身为消防队员,冲入火场进行生死救援。不过,要做“救火英雄”,首先当然是不能松懈自己,身体素质过硬才行。这不,在11月某天上午,记者就捕捉到了他在北京丰台区消防支队方庄中队“操练”的踪影。看看他是如何一步一步学做消防员的!据悉《救火英雄》将冲进今年的贺岁档。朱燕霞 南都供稿

奔跑吧,少年! 陈伟霆变身“救火英雄” 记者潜入消防队独家跟拍

●看娱乐版长知识 说明:实际上,消防员的装备分为多种,如灭火的、抢险的、防化的(其中消防防化服重二三十公斤)、防高温的、防核的,此套橘红色装备主要用于日常出警,训练时也会穿,单是那双帅气的黑靴价值就3000多块。



黑靴
3000多块

Step 1 看演练

示范很重要!当天教官给陈伟霆设置了三项任务,一抵达消防中队,消防战士们就专门演示了一遍,看着战士们整齐的动作,陈伟霆神情凝重。难度不小呀!(图1)



Step 2 换装

头盔、上衣、裤子、手套、战斗靴、皮带……装备一件不能少。脱下厚厚羽绒服,换上“轻装”,准备完毕。敬礼!(图2)

Step 3 训练

项目A 原地攀登一节拉梯

我爬,我爬,我爬爬爬!正起劲呢,谁知教官在下面吼了一句:“顺边了(指身段动作在一个方向上重复出现,通俗点即同手同脚)!”哎呀,出师不利。(图3)

此项教官只给了3分。(10分为满分,教官是按照专业标准打分)

●看娱乐版长知识:顺边不利平衡教官说:“右手持梯,右脚登梯,这样身体难保持平衡。”



项目B 两节水带连接

把第一回的“失利”挽回回来。出发前温习一下程序:背水枪——手拿水带——甩出第一节——把第一节水带与分水器接口接好——向前奔跑10米再甩出第二节水带——两节水带接口接好——第二节水带另一端接口与水枪接好,冲出终点。

虽然步骤繁多,但少年很利落地完成了。严厉的教官虽然觉得水带连接还是慢了,但对普通人士来说,完成得算可以咯!此项能拿5分了。(图4)

项目C 百米障碍过独木桥

翻过障碍板,跑过独木桥。对于一米八二身高的陈伟霆而言,翻越障碍板不是难事,一段小助跑蹬腿跨越便可以,但……独木桥,真的太考验人了,“我刚看他们(消防队员)在上面跑步好像很容易,但真来还是会害怕,平衡力一定要很好。”

教官点评:独木桥速度不够!此项给4分。(图5、6)

Step 4 放饭咯!

排队放饭,菜式蛮丰富,味道怎样?“挺好吃的,真的。”此时陈伟霆一脸真诚地说。

