

体育 | 特色



一路陪伴南极马拉松跑者的观众只有那些胖乎乎的企鹅。

刚刚落幕的第十届南极马拉松登上了11月25日的《新闻联播》，50名来自18个国家的选手参加了这次极地挑战。都说马拉松是挑战极限和自我的运动，但除了距离和身体极限外，有没有想过再挑战一下自然极限？南极马拉松就是这样一个神一般的存在。

南极马拉松：贵到没朋友

有钱去南极“跑马”就是那么任性

再没有比这里更极限的赛事

在南极马拉松不要指望自己能跑出最快速度，因为从南极点吹来的大风风速将达到每小时10至25节（1节=1.852公里/小时）。想象一下在零下20摄氏度的气温下，一路陪伴你的观众只有那些胖乎乎的企鹅。

从2005年开始，南极马拉松已经举办了十届。今年的比赛中，来自比利时的马克·德·凯泽以4小时12分21秒的成绩夺得了男子组冠军，来自法国的洛朗则以5小

时16分15秒获得了女子组冠军。

“再没有比这里更极限的赛事了。”大多数参赛者都是抱着这个目的来到南极参赛的，“因为南极是不可思议的终点，可以在余生反复谈论这样的冒险。”

来自美国的斯蒂芬·霍普金斯和好友布莱恩·拉尔森参加了今年的南极马拉松赛。拉尔森说是“南极”和“马拉松”两个词的完美结合，让他决心来一次人生探

险。

除了马拉松比赛外，南极马拉松还设有半程马拉松、100公里极限挑战赛和10公里赛。以南极马拉松赛为例，它是绕着南极联合大本营跑上两圈。

与所有的马拉松赛事不同的是，比赛中没有什么补给点，因为“赛道”条件恶劣，只设有两个休息站，选手们可以把营养剂、食物和水等补给用品存放在那里，并在比赛期间使用。

要想征服南极马拉松 荷包要足够丰厚

要想征服南极马拉松不是你有应对极限的身体就可以的，这还需要你荷包足够丰厚。

是的，如果你不是一个高帅富，不是一个实实在在的土豪，那么你就赶快去找赞助商吧。

南极马拉松比赛的行程为5天。要知道这项赛事的报名费达到了令人咋舌的10800欧元（约合8.24万元，是的，你没看错就要这么多的人民

币）。

要知道这么昂贵无比的报名费仅仅包括了从智利蓬塔阿雷纳斯往返南极联合大本营的私人飞机费用、在南极洲食宿、参赛纪念证书、奖牌以及一些医疗保障费用。其他服务都需另外收费。

除此之外，参赛者还需要添置各种贵到“没朋友”的装备，比如南半球专用指南针、GPS全球定位系统、以防万一的信号镜，还有各种保

温衣物、冰爪、雪镜等。

当然，之前你还得寻找特别的场地训练，比如今年的参赛者布莱恩·拉尔森就租用了一个冷库进行身体训练。这些报名费外的花销没有个几万块远远打不住。

以上种种还真别嫌贵，人家主办方极地跑步探险公司还真不怕没人来，2015年的比赛报名已接近尾声了，而主办方提供的参赛名额也不超过60个。

孪生兄弟

费用更高的北极马拉松

“欢迎来到值得你铭记一生的跑步之旅！”当你打开北极马拉松的官方网站时，这样一句话就会映入你的眼帘。

北极马拉松至今已经举行11届了，当第一届赛事在北极科考站附近举行时，参赛者

只有孤零零的一个人，那就是36岁的理查德·多诺万。

但在2012年的时候，这项赛事成功吸引到了来自14个国家的40名选手。现在赛事还分成了男女两个组别，还有团队组的对抗。

如果你要问那些参加过北极马拉松的跑者他们有什么特殊的感受，也许绝大部分人都会告诉你一个字，那就是“冷”。同时，北极马拉松的报名费高达11900欧元，比南极马拉松还贵了1100欧元。东早

新闻人物

南极马拉松他也跑了 中国阿甘，世界已在他脚下

当天，中国“耐力王”、“中国阿甘”知名极限马拉松运动员陈盆滨在南极100公里极限马拉松中，以13小时57分46秒的成绩勇夺冠军，成为史上首位赢得国际性极限马拉松比赛冠军的中国人，同时也是全世界第一个完成“七大洲极限马拉松大满贯”的跑者。

这一路 从438个俯卧撑开始

长跑是非洲人的强项，极限马拉松是欧美人的“领地”，陈盆滨怎么能打破欧美人的“垄断”，成为全球第一个完成七大洲极限越野跑的人呢？坚持！

陈盆滨出生在浙江省玉环县鸡山乡北山村。因为父亲生病，小学毕业的他就下海捕鱼挣钱养家了。鸡山乡位于一个海岛上，岛上的居民大多是祖祖辈辈以捕鱼为生的渔民。如果没有2000年春节的那场比赛，陈盆滨也许会一辈子以打鱼为生。当时，玉环县鸡山乡举行了一场比赛，陈盆滨和很多当地公安、武警一起比俯卧撑，没想到他竟然一口气做了438个，最后有人推了他一把才停下来。

2001年开始，陈盆滨参加了各种电视吉尼斯挑战。扛75公斤沙包走220个台阶、扛5加仑（20公斤）太空水暴走14小时、“水上轮胎竞速赛”、“穿皮鞋”全程马拉松比赛，并不断参加各种国际、国内山地户外挑战赛、铁人赛、耐力赛、全程马拉松、登山赛、定向越野赛等。第一次参加马拉松，陈盆滨竟然穿皮鞋比赛，但还是跑出了3小时09分的佳绩。2009年，陈盆滨参加了环勃朗峰105公里耐力赛，这是他第一次报名国际赛事。在之后的几年里，陈盆滨不断挑战自己，创造了一个前无古人的纪录。对于自己跑过的这一路，陈盆滨的概括很简单：“我一直都是一个有理想的人！”

这一场 六人参赛 两人完赛

作为世界七大洲极限马拉松比赛之一，南极100公里极限马拉松只有奖牌，没有奖金，但光参赛费用就要10多万。而且气候极端严酷，赛事主办方甚至警告：不要让皮肤长时间裸露在室外，否则有冻伤甚至截肢的危险。

陈盆滨说，他这次的勇气来自于前六大洲极限马拉松赛的经验。这次出行他“武装”到了牙齿：全球定位系统GPS、防冻药品、反光镜、护目镜、冰钩冰斧、特制保温衣、特制防冻鞋都是必备品。

今年的100公里极限马拉松仅有6名选手参加，比赛是在一个10公里长的圈内进行的，选手们需要绕行10圈完赛。比赛开始后，备战已久的陈盆滨很快便取得领先，凭借超强的耐力，他在30公里后已经独占鳌头。零下30℃的低温，变幻莫测的强风，正常人连行走都十分困难，更何况是要跑100公里！最终，仅有两位选手完成了全程赛事，而冠军则是中国人陈盆滨。不过赛后，他却遗憾地表示，由于天气情况恶劣，风力较大，虽然自己成功赢得比赛冠军但没能实现赛前制定的打破赛会纪录的目标，对此他感到遗憾。

但是陈盆滨希望用自己的行动向全世界证明，中国人很强。“我相信中国参与和从事极限马拉松运动的人会越来越。” 信息

