

不一样的暑期生活

14天徒步 征服乔戈里峰！

85后女教师将校旗带上 徒步难度世界前三的高峰

两个月的暑期，是教师行业最令人羡慕的福利。尽管培训任务繁重，但挤一挤，总能腾出时间和精力，来一场舒坦又潇洒的旅行。

而宁波市职教中心学校的李园梅老师却选择了一条令人肾上腺素飙升的徒步线：经历14天的跋涉，她将鹅黄色的校旗带上了乔戈里峰大本营。昨日，李园梅老师接受记者采访时形容此次经历：身在地狱，眼在天堂。

涉足户外运动 走上一条“不归路”

李园梅老师是一名85后，早在2011年，她就涉足户外运动，常年都保持着一定强度的体能训练。

9年前毕业后，小梅老师在台州黄岩短暂工作，受朋友影响，她喜欢上了户外骑行。“入坑”没多久，就到杭州、南京等城市的知名骑行线“打卡”，不断挑战自己的极限。

除了骑行青海湖、海南岛等常规线路外，2018年春节，小梅老师还完成了台湾的环岛骑行，又在自己的骑行地图上插上了一面“小红旗”。

在宁波工作，她加入了一个户外俱乐部，除了骑行，还接触到了更多类型的户外运动，如爬山、徒步、马拉松，甚至浆板、滑雪。

走爆一双新鞋 无数次对自己“灵魂拷问”

今年4月起，小梅老师就开始了前往巴基斯坦徒步攀登乔戈里峰的各项准备，签证、进山证、出国所需相关材料，当然还有身体方面。

“没有想太多，就报名了，不料之后心理上却受到了无数次‘拷问’。”小梅老师说，一直到了现场，她才从两次攀登珠穆朗玛峰的“大神”队友口中得知，乔戈里峰(K2)徒步线难度在全世界排名前三。

依照计划，7月底，一行10名队员及40多名当地职业“背夫”从巴基斯坦北部的斯卡杜出发，徒步14天，总路程268公里，抵达4座海拔8000米以上雪山的大本营(K2、布洛阿特、加舒布鲁姆一峰、二峰)，横穿巴尔托洛冰川，最终翻越5620米的Gondogoro La垭口。出发地的山脚海拔2000多米，几个大本营的“打卡点”海拔5000多米。一路上，根本没有“路”，能走的地方都是大大小小裸露的石块。小梅老师一双崭新的登山鞋，一趟徒步直接报废。

算不上负重前行，背的不过是少量淡水、衣服、相机等，但在高海拔区域每日坚持徒步20-25公里，光走完全程就已经很厉害了。加之山上气候不佳，路途险峻，整个过程对身体而言就一个字：虐。

“我是谁，我在哪儿，我在干什么？”小梅老师开玩笑说，自己和队友们不止一次发出“灵魂拷问”，为什么要花在五星级酒店住一个月的大价钱，跑到这个人迹罕至的地方来受苦？吃不香，住帐篷，躺睡袋，有“烤”验，还有冰冻，为什么？



李园梅老师举校旗在乔戈里峰大本营留影。

受访者供图

不过每次，当小梅老师又一次突破自己的极限，坚持下来时；抵达一个营地，住到山顶360度“全景”帐篷屋时；看到干净剔透，随意按手机都能拍出明信片效果的风景时，她觉得这一切都是值得的。

带着校旗上K2大本营 希望学生多运动

撇开户外运动达人的身份，小梅老师还是一名优秀的中职教师。她教汽修专业，担任班主任。平日里，她会利用课余时间，给同学们讲述自己参与户外活动时的见闻，比如常规旅游很少会去的国家巴基斯坦、印度、尼泊尔等。

这一次，是小梅老师首次将校旗带上高峰“打卡”，举着带有鹅掌楸LOGO的校旗，她在乔戈里峰大本营留下了唯一的一张正面照。这张照片，后经学校领导及老师们的朋友圈转发，成了大家的骄傲。

“以前听过一个故事，说是一名家长登珠穆朗玛峰，带上了全班孩子的签名合影，当时我觉得特别有意义。”小梅老师说，此次带上了校旗，也算异曲同工。小梅老师在乔戈里峰大本营拿出校旗时，还引起不少人的围观，很多人都称赞校旗漂亮、独特。

小梅老师认为，相对普高学生，职高学生的空余时间多在技能实践。像汽修专业的学生，即便是暑假里，一站、一坐也都是老半天。但劳动与运动毕竟不同，孩子们的体能还是偏弱的，生龙活虎的年龄，就连普通的5公里徒步爬山都会感到吃力。“身体是一切的本钱，再忙也希望学生们多多运动。”

记者 徐叶 通讯员 张玉菲

宁波晚报 | 公益广告

诚信 是无形之财

