

乐活达人

□ 记者 冯莹雅

每年的7月至9月是登山爱好者们攀登雪山的黄金时间,你是否有勇气和胆量挑战雪山?有4名驴友就征服了雪山!

四姑娘山,我们来了!



达人代表:月亮、神话、陶子、霞客
乐活感言:征服雪山,征服自己。

你喜欢登山吗?如果是海拔600米的山丘,大家应该都敢尝试,但是1000米呢?抑或是3000米、5000米呢?你还敢尝试吗?

海拔接近6000米,还是雪山,你是否想过自己能在有生之年的某一天,向它发起挑战?

你不敢想、不敢做的,有人做到了,他们就是我市4名资深驴友月亮、神话、陶子和霞客。近日,他们成功登顶四姑娘山三峰,胜利归来。刚刚走出洛阳火车站的他们,欣然接受了小记的专访。

“东方阿尔卑斯山”——四姑娘山

或许大家都想问,为什么他们要选择千里之外的四姑娘山?

四姑娘山位于四川省阿坝藏族羌族自治州小金县日隆镇,它由4座长年被冰雪覆盖的山峰组成,如同头披白纱、姿容俊俏的4位少女,近年来已成为中外登山者常往的旅游胜地。四姑娘山也以峻拔闻名,山体陡峭,直指蓝天,冰雪覆盖,银光照人,它又被称为“东方的阿尔卑斯山”。

洛阳的4名资深驴友决定挑战海拔5664米的四姑娘山三峰。在一个晴朗的下午,他们一行四人乘坐从洛阳开往成都的火车,然后转乘汽车到达了四姑娘山所在地,开始了奇妙的雪山之旅,正式向四姑娘山三峰发起挑战。

营地一宿,他们成环保天使

4人中,月亮是唯一的女性,也是位漂

亮的姑娘,她性格活泼,热爱大自然。他们一行到达日隆镇后,要休整一下,做一些登山前的准备工作,包括聘请高山向导、高山厨师、高山协助以及租马匹等。

他们于第二天上午10时左右出发,向四姑娘山挺进。日隆镇海拔3200米,他们需要在当天天黑之前赶到位于海拔4300米处的营地,在那儿休息并补充能量,以待第三日登顶。

经过8个小时的翻山越岭、艰苦跋涉,他们终于到达了营地。月亮体力充沛,闲不住的她,在营地附近闲逛,在被美景吸引的同时,她突然发现如此秀丽的世外桃源居然堆满了游客丢弃的各种垃圾。

月亮立即倡议“环保”行动,并得到了大家的积极响应。他们拾起垃圾,堆成堆,进行焚烧、分解。他们的举动得到了向导、协助、厨师等当地人的赞赏。

赶在中午12时之前登顶

为了保证安全,避免雪崩、泥石流等自然灾害可能带来的危险,攀登者必须赶在中午12时之前登顶,然后下山。

不幸的是,43岁的霞客自打到了日隆镇就出现高原反应,一直高烧不退,全身酸疼无力。这可怎么办?霞客苦苦坚持到营地,可是更艰巨的登顶任务如何完成?

他最终选择坚持。于是,他靠吃药和超常的毅力坚持前行。

夜里3点,大山里寂静得有些可怕,只能听到远处传来的风声和断断续续的动物叫声。就在这时,登山队伍必须起身收拾行李,向雪山顶部冲刺。

霞客拖着沉重的双腿,跟着队伍走上了登顶之路,他们身穿几公斤重的防水羽绒服和冲锋衣,把自己裹得严严实实地向

山顶进发。

在黑夜里,他们一字排开,借助头灯爬行在雪山之中。经过近9个小时的风吹雪打,他们终于到达了山顶。站在雪山之巅,他们个个异常兴奋,有的大声叫,有的大声吼,统统忘掉了登山途中那痛苦的折磨。

中午12时刚过,他们开始下山。俗话说,上山容易下山难,下雪山更是难上加难。他们利用绳索,进行速降。在向导和协助的帮助下,顺利下山,完成了一次挑战勇气与胆量的完美行动。

挑战雪山,你需要做好这些准备

挑战雪山,不是人人都能轻而易举地完成的,需提前1个月做好身体和装备的各项准备工作。

为了此次雪山之行,霞客提前1个月进行体能训练,包括游泳、骑单车等。不过,霞客忘记提前吃一些预防高原反应的药物了。

攀登雪山的装备尤其重要,一双质量好的防水登山鞋,还有防水的登山厚手套、防水羽绒服、冲锋衣裤、雪镜、安全帽、头巾、羽绒睡袋等,这些都是必需的,还要准备一些去火消炎、治疗跌打损伤的药品。高倍数的防晒用品也是必需的,别忘了再为自己买一份海拔在3500米以上的高山保险。

至于技术装备,则需要上升器、安全带、8字环、主锁、快挂、绳子等。

这一次登山之行花费在2000元~3000元,这4位资深驴友建议驴友们最好不要单独前往,应结伴而行,如果条件允许,尽量聘请高山厨师、向导、协助,租用马匹,让自己轻装上阵,但要随身携带足够的能量棒、水、巧克力和硬糖。

潮人 潮物

创意U盘



随着U盘制作技术的不断成熟,容量不断加大,其外型更是朝着多样化发展。各种造型奇特、不断冲击消费者的眼球,给人

带来极大的视觉享受。

2010年南非世界杯成了目前最热的体育赛事,这款球星造型的U盘一定会吸引广大球迷的目光。这款U盘容量有1G,同时有5个国家球队的造型可以选择,也许其中就有你喜欢的球队造型,当然得支持一下吧。



《出水芙蓉》:青春撞上无厘头

“我嫌这个角色不够丑,希望以后的角色再丑一点。”在日前举行的电影《出水芙蓉》首映礼上,阿娇这样表示。这部影片已于7月6日在新都汇奥斯卡影城上映。

从《大话西游》、《情癫大圣》到《越光宝盒》,刘镇伟的“无厘头”都是穿越时空的古装戏。《出水芙蓉》则是他首次将“无厘头”运用到时装戏中,片中如方力申被装进行李箱、冯德伦反串女生等情节也延续了“刘氏无厘头”的风格,刘镇伟形容该影片是“青春撞上无厘头”。

这部影片是阿娇3年前拍摄的,也是她和刘镇伟的首度合作。这部戏讲的是少女罗娇(阿娇饰)遭遇男友变心,为了向情敌复仇,她决定学习游泳,于是将“飞鱼王子”郭志远(方力申饰)绑架到长洲充当教练。最终这对师徒从冤家成了情侣。导演刘镇伟说:“我觉得这部电影就像是阿娇这两三年生活的纪录片。”

奥斯卡上周电影排行榜

奥斯卡影城
地址:洛阳新都汇购物广场4层
团购热线:15136370108
影讯热线:0379-63106788

- 第一名 《决战刹马镇》
- 第二名 《功夫梦》
- 第三名 《枪王之王》

宠物宝贝

寿星金金

□ 彭佩

“金金真的老了!”当金金踏着夕阳的余晖动作迟缓地向家的方向走去的时候,岳父不免有些哀伤地叹着气。

金金是岳父的爱犬,一只有着14岁高龄的金毛犬,换算成人的年龄差不多有80多岁了。一只狗能够活如此大的岁数,实在罕见。因此,管金金叫寿星,名副其实。

听岳父说,金金年轻的时候勇猛异常,经常跟着他到山上去追野兔,每每回家的时候总是收获颇丰。不仅如此,金金还曾经冒着生命危险帮助岳父制服了一个跑到家里来盗窃的小偷。

金金的身上有一种难以用言语来诠释

的灵性。记得我刚和老婆谈恋爱的时候,第一次去她家做客。那次,一向对陌生人保持着高度警惕的金金居然跑到门口对我摇头晃脑,围着我不停地绕圈儿,既没有对我又叫又叫,也没有表现出半点敌意。直乐得坐在沙发上的岳母合不拢嘴,兴高采烈地说我一定会成为她的女婿,要不然金金怎么就没把我当成外人呢!结果真的灵验了,我和老婆很快步入了婚姻的殿堂。

岳父和金金的感情很深,无论吃什么好吃的,他总会给金金留一份。蔬菜水果、鸡鱼鸭蛋、生猛海鲜……只要他觉得好吃

的东西,金金就可以跟着大饱口福。尽管我们对于岳父这种过分的宠爱颇有微词,可岳父却不以为然:“咱们家金金这么乖,吃东西一点儿也不挑食,我喂它吃什么它就吃什么,从来没有闹过意见!”金金吃的全都是让人垂涎欲滴的美味佳肴,它当然不会有意见啦!岳父的这个逻辑真让人有些忍俊不禁。

的确,岳父没有白疼金金。每天早上到了该起床的时候,金金便像一个活闹钟似的跑到岳父的床前对着他叫,意思是:该起床了!到了岳父离家上班的时间,金金会一直把他送到门口,而一到了下班



时间,金金又会守在门口,远远地听到了岳父的脚步声,它便会扯开嗓门狂叫不止,或许这便是它的欢迎仪式了。

现在,金金老了,当岳父看着金金蹒跚的步履发着感叹的时候,我们的心里都有些酸酸的感觉。我们现在只能尽量给予高寿的金金更多的关爱,让它安度“晚年”。