

如此牛人

跑!跑!越远越好

现实版“阿甘”相当于绕地球跑了4圈

好莱坞经典影片《阿甘正传》中塑造的主角“阿甘”智商虽不高,却拥有惊人毅力,以他的单纯和倔强跑遍美国。别以为这样的人只能在虚构的电影中出现,现实中还真有这么一位“阿甘”式奔跑者——美国男子迪恩·卡纳斯。迄今为止,卡纳斯跑过的路程总和超过16万公里,足以环绕地球4圈。



卡纳斯在智利沙漠上奔跑

永不停步

现年45岁的卡纳斯每天只睡4个小时,其余时间几乎全在跑步中度过。他每年要穿坏30到40双鞋。

1992年,卡纳斯在庆祝完自己30岁生日后,借着酒劲,一口气跑了48公里。从此,他一发不可收拾,奔跑的脚步再也无法停下。

如今,卡纳斯已参加过数百场马拉松赛事,其它长长短短距离的赛事更是不计其数。

卡纳斯曾在80小时内不间断跑完560公里。2006年,他在50天内分别在美国50个州连续参加50场马拉松赛事。完成最后一项赛事后,他又用1个月时间跑了2080公里回家。

不久前,卡纳斯又赢得一项250公里耐力赛冠军。这项赛事在智利极度干旱的阿塔卡马沙漠进行。

“没有比那里条件更恶劣的了,不仅仅是海拔高,它简直汇集了所有不利因素,而且你必须携带所有装备跑步。”他说。出发时,他携带的装备超过13公斤。

“在那样的环境,身体极度缺水。”卡纳斯回忆说。他每天需要补充5至7升水,双脚也起满水泡,以致最后都无法包扎。

奔跑人生

谈及为何不停地奔跑,卡纳斯21日对路透社记者说:“我想知道人类的极限是什么,我想把这个极限推得越远越好,这就是原因。”

作为第二代希腊裔美国人,卡纳斯说奔跑存在于他的基因之中,“我的祖先与非力皮得斯来自同一个村庄。”非力皮得斯是古希腊传奇英雄,为把胜利消息尽快传回雅典,他一口气跑了42公里,抵达后力竭而死。后人创办马拉松赛事以纪念这位勇士。

卡纳斯说,随着奔跑里程的增多,他的耐力也在不断提升。X光片显示,他的膝盖骨与18岁少年的强壮程度无异。

卡纳斯今年打算到中国的戈壁滩、非洲的撒哈拉沙漠和南极洲等地跑步,并计划未来跑步环游世界。

周璇(新华社供本报特稿)

超越极限

参与一些赛事的艰辛历程,卡纳斯至今依然记忆深刻。

例如2006年,卡纳斯赢得216公里长的恶水超级马拉松赛事冠军。这项赛事在美国加利福尼亚州与内华达州交界处死亡谷的恶水举办,被誉为世界上最艰辛的比赛。卡纳斯第一次参加这项赛事时,身体极度脱水,最后出现幻觉,晕倒在跑道上。

然而死亡谷赛事还不是最可怕的。卡纳斯回忆说,最艰难的还属不久前横穿阿塔卡马沙漠的比赛。那里是世界上最干旱的沙漠之一。

走!走!走遍全球

8旬翁16年徒步漫游世界66个国家

生于美国印第安纳州的80岁美国老翁哈里·利·麦吉尼斯堪称是一则“行走的传奇”,他从16年前开始了徒步漫游世界的旅程,至今他已经走遍了欧洲、非洲、亚洲和南美洲的66个国家,总行程长达8万英里(约12.8万公里)!哈里希望在自己82岁生日左右走回美国。



走遍全球66个国家的哈里

4年走遍美国

据报道,哈里出生于美国印第安纳州,在他还没有上学前,他的祖父就通过图文并茂的《国家地理杂志》教哈里识字,《国家地理杂志》上风景各异的外国照片让哈里从小就对世界各国充满了浓厚的兴趣和美妙的遐想。

1983年8月,55岁的哈里辞掉了工作,开始了他的第一次探险之旅,哈里花4年时间徒步走遍了美国大陆50个州。

16年徒步全球

从1992年3月16日起,64岁的哈里再次背起一个45公斤重的行囊,独自开始了徒步漫游世界的行程。他首先乘飞机飞往了爱尔兰首都都柏林市,然后从都柏林出发,徒步走过了几乎所有欧洲国家,接着他又徒步走向了非洲和亚洲,最后哈里从新西兰搭机飞往南美

洲,继续走过了阿根廷、智利、秘鲁、哥伦比亚等南美洲国家。在过去16年时间里,哈里已徒步走遍了全球66个国家,总行程长达8万英里!

哈里如今已经走到了中美洲国家巴拿马,他接受记者采访时说:“我除了在必须的时候乘坐了7到8次飞机外,其他时候都是步行的。”

哈里晚上的露宿之处可以是任何地方,包括马路边、教堂大厅、公园、村庄、丛林或者由异国粉丝们提供的舒适的大床上。为了在路上保护自己,哈里随身还携带着一根近2米长的木棍。

路上多次遇险

哈里拥有自己的网站,他在网站上描述了自己如何搭建帐篷,如何在路边野炊,以及自己在北非旅游时,和持刀劫匪搏斗的故事。

当哈里经过阿尔及利亚时,他遭到了两名持刀匪徒的袭击,不过哈里幸运地击退了他们。然而在埃及他却被打倒在地,陷入了昏迷,所幸埃及士兵及时赶到,救了他的命。

不过,哈里一路上也交到了许多朋友,他在世界各地都拥有崇拜他的粉丝。

和5任妻子离婚

哈里对记者称,他认为健康的奥秘就是不断地运动,而徒步环游世界让他80岁的身体就像年轻人一样健康。

据悉,哈里一辈子结过5次婚,但5任妻子都和他离了婚,最后一任妻子是在他徒步环游美国时认识的,他们在一起生活了5年,哈里曾希望她能和他一起环游世界,但却遭到了拒绝,最后他们的婚姻仍以破裂而告终。

哈里现在计划徒步穿过中美洲和墨西哥,然后走回美国,结束近20年的徒步环球旅行。据悉,哈里有望在2010年左右抵达美国得克萨斯州。 兰西

光明
畅优TM
B+100[®] 活性益生菌

畅优 Challenge 天天挑战

光明畅优优酪乳等待你的考验!

光明畅优优酪乳富含100亿个独特的B+100活性益生菌,每天一杯,舒畅轻松,自然呈现健康光彩。

每天一杯光明畅优B+100优酪乳,连续七天,如果你没有感受到舒畅轻松,我们免费送你七杯光明优酪乳。

活动细则:

2008年4月10日到6月15日,连续七天饮用畅优产品,每天一杯,如你没有感受到舒畅轻松,可拨打畅优热线,凭七个光明畅优产品的完整杯盖或瓶盖,以及本人身份证,收银条在规定时间内及指定地点领取相应光明产品(限光明汉方草本100g系列产品),每人限领一次。

活动时间: 2008年4月10日~6月15日 (指定时段14:00-16:00, 18:00-21:00)

换领地点: 南京市部分 **SO 苏果** 苏果便利店

换领方法:

1. 换领前,请拨打畅优热线预约,客服人员将会具体安排换领的时间及地点。
2. 请按预约时间到指定便利店,携带以上资料,即可获得换领产品。

(请按预约时间及地点换领,过期无效。)

畅优热线: 400-720-0703 (免费) 021-51001703 (工作时间为9:00-21:00)

活动范围: 限南京市

如对本次活动及当日换领有任何疑问,请拨打畅优热线咨询。

全新升级的畅优优酪乳,富含独特的B+100益生菌,连续七天,舒畅轻松,你可以感受得到!

天天畅优,舒畅轻松!

本次活动的最终解释权归光明乳业股份有限公司所有