



邵阳日报社主管主办
国内统一连续出版物号 CN 43-0055

今日8版 零售1元 第5202期
2023年5月

19

星期五
农历癸卯年四月初一

SHAORYANG EVENING NEWS

邵阳晚报



云邵阳
移动新闻客户端

Email: syrbjb@163.com 邵阳新闻在线: www.shaoyangnews.net



▲登顶了，曾乖在珠峰南坡展示『你好，邵阳』横幅。

记者 蒋玲慧 通讯员 肖薇

本报讯 北京时间5月15日上午10时30分，来自新邵县寸石镇黄江村的26岁姑娘曾乖，带着“你好，邵阳”的横幅成功登顶珠穆朗玛峰南坡。

曾乖于5月14日尼泊尔时间20时从C4营地7950米出发，在经历了12小时的艰难跋涉后，于尼泊尔时间5月15日早上8时许（北京时间5月15日上午10时30分）成功登顶世界之巅珠穆朗玛峰。

为了能够成功登顶珠峰，曾乖平时坚持进行针对性的专业训练。有氧和无氧训练，主要是为了强大心脏和提高腿部肌肉的耐受力，包括负重爬楼、深蹲、靠墙静蹲、跑山、跑步等。她觉得，对登山最有用的训练，还是爬山。所以，她会不定期去雪山进行高海拔适应拉练。

“邵阳的山，奇峰突起，险峻极了。邵阳的山，重重叠叠，苍山如海。邵阳的山，莽莽苍苍，蔚林深秀。我极喜欢邵阳的山。”作为邵阳人的曾乖，血液就流淌着勇敢无畏的精神。去年7月，她成功登顶了7546米的慕士塔格峰。她希望拥抱更多的山，更广阔的天地。

今年是人类登顶珠峰70周年。据最新数据，目前已有来自65个国家和地区的478名登山者获得从南坡攀登珠峰的许可证，创下历史新高。

26岁新邵姑娘从世界之巅珠穆朗玛峰发回问候—— “你好，邵阳”



▲冲顶成功后，平安回到珠峰大本营，曾乖激动落泪。



▲登山途中。