

“Here comes Yantao Zhou, from China! You are an Ironman! (来自中国的周彦滔,你是一名超级铁人!)”在刚过去不久的马来西亚兰卡威超级铁人三项赛里,周彦滔用12小时22分钟获得20岁-30岁组第8名,第一次让湖南人的名字在这项难度排名世界前三的铁人三项赛事终点响起。

本届赛事,中国选手共有近50人参赛,个个都是国内顶尖高手,有的人从事铁三运动已经超过30年。但是,最终完赛的选手却只有将近五成,今年28岁的周彦滔完赛成绩排名他所在年龄组别的世界第8。令人咋舌的是,做到这一点,周彦滔仅仅花了一年时间。一年之前,他还只是一个抱着减肥目的开始运动的菜鸟。



周彦滔

只练一年,他就拿了超铁世界第八



A 为了参赛,差点辞职搞训练

周彦滔现在的工作是湖南广电的编剧,2015年9月份,正在北京出差的他原本以为在《我是歌手4》录制前会有足够的空闲时间准备比赛,便报名参加兰卡威超级铁三项赛。

让周彦滔意想不到的是,刚报名不久,他所在的项目组又临时接到了《全员加速中》的工作单。“我当时整个人是崩溃的,制订了很久的训练计划只能全部作废。”周彦滔说,“当时就想,实在不行就只能辞职搞训练了。而且我还真这么做了,辞职信都已经交了上去。”

领导与同事的劝说最终让周彦滔放弃了辞职的打算,“但我还是不能放弃参赛,没办法,只能见缝插针训练了。那段时间基本是在横店拍摄,有时候早上8点钟开会,那我就凌晨4点钟起床先跑3个小时,用长沙话说,真的是‘背命搞’。”周彦滔说。



周彦滔在比赛现场。



周彦滔完成了比赛。

B 参加兰卡威,属于自杀式报名

要在17个小时内,连续不间断完成3.8公里游泳(奥运会游泳项目最长1500米,就已经被称作泳池马拉松)、180公里公路自行车和42.195公里的全程马拉松(全长225.995公里),对于人类身体的考验简直都不能用变态来形容,这就是在找死。

“其实,去兰卡威,我纯粹属于自杀式报名。”周彦滔想起去年刚报名时的心情,就会笑得有些合不拢嘴。“报名之前,我都从未单独完成过超级铁三中的任意一项,虽然也参加过几场标准的铁人三项赛,但在比赛的距离与强度上,都与超铁根本没有可比性,当时心里根本没底。”

周彦滔报名参赛的理由超简单,“看到一个兰卡威完赛人员排行榜没有一个湖南人的名字,当时就很不爽,于是就报名了。”

D 冲过终点,那种荣誉感太棒了

当真正的终点就要出现在眼前时,周彦滔的内心却反而平静了下来,“当时就觉得心里不虚了,悬着的石头终于落下来了。”

“胯骨好像也没那么痛了,跑步居然还能加速了,最后几公里,被我赶超的人应该有10个以上。”

“我老婆在终点把国旗递给我,接过国旗大喊了一声,感觉这声大喊不是我大脑控制的,哇,那种荣耀的感觉真的是太棒了。”

“正当我在终点庆祝的时候,旁边医疗担架抬过去一位选手,全身痉挛,口吐白沫,我老婆吓了一跳说,‘还好你不是这样子回来的’。”

■华声在线记者 潘梁平



三湘都市报微信公号
“轻报纸”看E报。

E 比赛现场,上演铁三版《人在囧途》

当下长沙已经冷醉,但是在马来西亚依旧炎热难耐。“比赛当天的地面温度超过40℃。”周彦滔回忆。

但高温只是周彦滔比赛路上的无数敌人之一。

“游泳上岸后骑车,骑出去一会儿后想补充点能量,发现上车前准备的十多包能量条居然抖出去了一大半,那是我第一次在国外如此深刻的体会什么叫‘背时’。”

“跑步马拉松才开始,莫名其妙的胯骨附近就开始有类似足底经膜炎那样钻心的痛,每走一步就钻一下,当时眼泪一个劲地流。每次想放弃时,但又想,搞了这么久了还没死,不搞完实在是太浪费了。”

兰卡威世界铁人三项锦标赛简介

铁人三项世锦赛(Ironman World Championship)是当今铁人三项国际赛事中水平最高、距离最长的比赛,包含3.8公里公开水域游泳、180公里公路自行车和42.195公里的标准全程马拉松。“Ironman”的运动强度是“标铁”(奥林匹克标准距离)的近四倍,被誉为超级铁人赛事。

世界铁人公司(WTC)每年会在全球几十个国家举办“Ironman”级别的铁人三项分站赛事,参赛选手只有赢得分站赛名次,才能够最终跻身夏威夷Kano铁人三项世锦赛。

马来西亚兰卡威“Ironman”便是这几十个分站赛之一,但是热带气候的湿度与高温以及石灰岩岛屿的起伏地形,让众多铁三高手对兰卡威望而却步,每年参赛选手的完赛率很低。兰卡威“Ironman”已经是圈内公认的世界最难铁三赛道之一。