

花甲硬汉签“生死状”完赛珠峰极限越野

湛稼勤从49岁开始跑步,带动一大批身边人参与健身,还想爬上珠峰峰顶去看看



扫码看视频

从长沙马拉松、武汉马拉松,跑到潇湘100第二届崑山国际越野赛、武功山100公里,出生于岳阳,在长沙工作、退休的湛稼勤,用6天5夜,以130小时10分18秒,成为2024珠峰135英里(231.2公里)极限赛第9位,同时是赛事历史上第13位完赛的选手。值得一提的是,湛稼勤是一名60岁“高龄”的极限跑者。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 叶竹



湛稼勤用6天5夜,以130小时10分18秒完赛。受访者 供图



湛稼勤(左)在2024珠峰135英里(231.2公里)极限赛中。受访者 供图

挑战:签“生死状”越野“珠峰135”

珠峰135英里极限赛,是在珠峰地区举行的耐力跑挑战赛,此前2018年和2019年曾举办过两届,2024年是第三届。2024年的赛事总共14人参加,其中135英里组10人,100公里组4人,来自六个国家,参赛的都是各国的精英,有些还是国家队成员。

和其他选手一比,湛稼勤显得格格不入——因为他不仅是业余选手,而且还是所有选手中年纪最大的,但他参加的却是更难的135英里组(231.2公里)。

“参加这个比赛需要经过严格的审核,选手需要有足够丰富的越野跑经历,需要有7000米以上雪山攀登经验,到了尼泊尔后还要进行全面的身体检查,最后还要签生死状。”不夸张地说,湛稼勤能通过审核,参与到比赛中就已经是成功了。

珠峰135英里极限赛起点在尼泊尔吉日,终点在尼泊尔卢卡拉。线路涵盖了世界十大徒步线路之首的“EBC(Everest Base Camp,珠峰大本营)之路”,挑战者可以近距离观察到地球上海拔最高的昆布冰川,可以眺望地球上四座8000米以上的高峰。选手们需要在空气稀薄地带150小时内连续奔跑,承受从零上25摄氏度到零下20摄氏度的巨大温差,连续穿越4790米至5517米的近80公里的高海拔地带,这对体能、耐力和适应能力有着极高的要求。

湛稼勤说:“除了要克服高反、睡眠不足、寒冷失温等重重困难,还一定要保持路线的正确,我带了两块手表和一个手机用来导航,为此我还带了两块很大的充电宝,以防没电。”

在60岁的年纪挑战“珠峰135”越野比赛,在外人看来绝对是疯狂的行为,但湛稼勤不仅去参加了,而且还成功完赛了。

故事:从49岁开始跑步只为健身

湛稼勤出生在岳阳平江,20世纪80年代从同济大学毕业后,他在一家国企工作了19年。2004年,湛稼勤转战房地产企业,并成为湖南一家公司的总经理。

工作多年,湛稼勤的身体逐渐开始出现一些问题。在参加一次公司的户外活动时,他对自己糟糕的体能感到震惊,“心里想着,不能任由身体这样垮下

去了,没了健康,赚再多钱也没用。”

2013年,49岁的湛稼勤开始了自己的跑步之旅。行动力十足的他每天早上4点半起床,跑两个小时,洗漱完毕后再去公司上班。坚持跑步后,湛稼勤慢慢地感觉到自己的精神头更好了,身体也开始恢复活力,体检的各项数据显示他非常健康。

2016年,跑了3年步的湛稼勤参加了个人第一个全程马拉松(42.195公里)——2016长沙马拉松,“那一次起跑太猛,30公里后非常难受,但我还是咬牙坚持跑完了全程,最后的成绩是4小时47分钟。”

此后,从武汉到成都、上海到厦门,湛稼勤脚步不停,参与的马拉松比赛已超过20场,最好成绩是2020年上海马拉松完赛时的3小时23分12秒。

梦想:还想要爬到珠峰顶去看一看

2018年,湛稼勤开始迈进越野跑领域,不断挑战更长距离的越野赛。

2023年,湛稼勤不仅顺利完成了武功山100公里、江南之巅100公里以及江南100英里等比赛,还成功登顶青海玉珠峰(6178米)和新疆慕士塔格峰(7546米),成为了国家一级运动员。这一年,他在户外运动领域的综合能力得到了很大的提升,这也使得他有了勇气去珠峰脚下追一追。

“130小时10分18秒,除了一位退赛的选手,我是最后一个达到终点的选手。”在2024珠峰135英里(231.2公里)极限赛终点处,湛稼勤流下了热泪,“我不记得上次流泪是什么时候,但这次的眼泪一定会铭记终生。完成比赛我非常自豪,这是对我一路坚持和勇往直前的最好嘉奖。”

跑步11年来,湛稼勤带动了一批身边的人参与到跑步中,亲朋好友、公司员工,这其中就包括湛稼勤的妻子和女儿,一家三口还曾一起参加过腾冲马拉松。“无论年龄多大,只要眼里有目标、心中有梦想,只要全力以赴,就能够创造属于自己的奇迹。”湛稼勤说,希望能维持好现在的身体状态,同时带动更多的人跑起来,“现在,我已经跑到珠峰脚下了,我还想要爬到峰顶去看一看”。

交通违法未及时处理 长沙多名驾驶员被通报



扫码看视频

三湘都市报3月4日讯

近日,长沙交警发布多条公告,均与驾驶员没有及时处理交通违法相关,尤其是交警现场开出罚单的严重交通违法行为。3月4日,交警部门提醒,驾驶人请关注车辆交通违法及记分情况,及时进行处理。

3月3日,长沙公安交警网站发布了一则落款为长沙芙蓉交警的《关于送达公安交通管理行政处罚决定书的公告》。公告称,交通违法行为人实施了严重交通违法行为,未在规定时限内前往公安机关交通管理部门接受处理,依法公告送达公安交通管理行政处罚决定书,公告期为60日。

公告中通报了80多名驾驶员的姓名、违法号牌、违法时间地点、违法行为以及将受到的行政处罚等内容,所涉的交通违法包括非法改装、无证驾驶、饮酒后驾驶机动车、超载等。根据公告,如果当事人对处罚决定不服,可在60日内向长沙市芙蓉区人民政府申请行政复议,或者依法在6个月内向长沙铁路运输法院提起行政诉讼。

记者了解到,近期长沙公安交警网站发布了多则类似公告,如开福交警大队发布的《关于将依法作出公安交通管理行政处罚决定的公告》,由于交通违法行为人被公安交管部门现场查获后逾期未接受处理,经依法邮寄告知书、短信告知或电话告知后,交通违法行为人未在告知后规定期限内接受处理,采取公告方式告知拟作出行政处罚决定内容及事实、理由、依据,公告期为7日。公告期内,交通违法行为人可到长沙开福交警大队提出陈述和申辩、听证要求,逾期未提出的视为放弃权利,公告期届满后将依法作出行政处罚决定。公告中违法车辆涉及的违法行为包括货车“闯禁”、小车非法改装、逾期未年检、酒驾等。

■文/视频 全媒体记者 虢灿

注销公告

根据《民办非企业单位登记管理暂行条例》规定,邵阳市慧心残疾人辅助器具中心、邵阳市慧心居家托养服务中心,现予以公告,请债权人自见文件一周内,向我单位清算小组办理债权债务事宜。组织名称:邵阳市慧心残疾人辅助器具中心 统一社会信用代码:52430500341533446D 住所:邵阳市城步路残疾人康复中心大楼1栋 主管单位:邵阳市残疾人联合会 法定代表人:邓小辉 拟注销时间:2025年3月15日 组织名称:邵阳市慧心居家托养服务中心 统一社会信用代码:52430500M19906260W 住所:邵阳市城步路残疾人康复中心大楼1栋 主管单位:邵阳市残疾人联合会 法定代表人:邓小辉 拟注销时间:2025年3月15日 邵阳市慧心残疾人辅助器具中心 邵阳市慧心居家托养服务中心 2025年3月5日

湖南祥锦科技有限公司原公章 43021110009967 遗失,声明作废。 湖南康融医学研究院有限公司遗失公章,编码:43010510113977,声明作废。

公告

2025年2月26日,我局联合公安交警在宁乡市道林镇许广高速道林收费站出口方向100米一辆车牌为桂AX9N1N的厢式货车内,查获一批涉嫌无烟草专卖品准运证运输的烟草专卖品芙蓉(硬)、南京(软)等共计11个品种1338条(26.76万支)。我局依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起六十日内,到我局(地址:湖南省宁乡市宁乡大道三环路路口,联系电话:0731-87821470)接受调查处理。若逾期不來接受调查处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十二条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。 宁乡市烟草专卖局 2025年3月4日

汝城县九仙观遗失公章,编号43102610006393,声明作废。 汝城县道教协会遗失公章,编号43102610005136,声明作废。

公告

2025年2月25日,我局联合公安交警在宁乡市长张高速金洲收费站出口一辆车牌为湘GW8689的蓝色大通牌suv车内,查获一批涉嫌无烟草专卖品准运证运输的烟草专卖品白沙(软)、双喜(软)等共计81个品种589条(11.736)万支。我局依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起六十日内,到我局(地址:湖南省宁乡市宁乡大道三环路路口,联系电话:0731-87821470)接受调查处理。若逾期不來接受调查处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十二条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。 宁乡市烟草专卖局 2025年3月4日

永州市金吉园家庭农场遗失公章一枚,声明作废。 永州市金吉园家庭农场遗失公章,编号43102610006393,声明作废。

通知债权人申报债权的公告

湖南南长高俊达智能科技有限公司经本公司股东会决议清算注销本公司,已于2025年2月26日成立清算组。因决议解散拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人自公告之日起45日内向清算组申报债权。清算组负责人:唐毅,清算组联系电话:18670394835,清算组地址:湖南省长沙市岳麓区麓谷企业广场科技金融大厦20层2003室。 湖南南长高俊达智能科技有限公司 2025年3月5日

中国共产党衡南县委员会遗失银行开户许可证,开户行:建设银行衡南支行,核准号:J5540001803403,声明作废。 衡南县人民代表大会常务委员会遗失的发票,票号6158291,金额:4251.17元,声明作废。

声明

湖南岳岳林实业有限公司(统一社会信用代码91430400782854683P),特声明我单位公章(编号:4304079027325)一直妥善保管,并未发生遗失情况。任何以我单位名义发布的公告、通知、声明均为无效,不具备法律效力。对于冒用我单位名义进行虚假登记的行为,我单位将依法追究相关法律责任。 衡阳市人民检察院第五检察部 聘任制书记员张宇泉不候遗失工作证,证号:S430281030,声明作废。 益阳市誉扬投资咨询有限公司遗失公章、财务章、法人章(贾亮),发章章,统一社会信用代码:914309006223075X5,声明作废。

湖南南长高俊达智能科技有限公司经本公司股东会决议清算注销本公司,已于2025年2月26日成立清算组。因决议解散拟向公司登记机关申请注销登记,请债权人自公告之日起45日内向清算组申报债权。清算组负责人:唐毅,清算组联系电话:18670394835,清算组地址:湖南省长沙市岳麓区麓谷企业广场科技金融大厦20层2003室。 湖南南长高俊达智能科技有限公司 2025年3月5日

注销声明

衡阳高新经济技术开发区考托教育培训学校有限公司(统一社会信用代码:91430400MA4QH12B6D),办学许可证号:教民143040170001519。因公司经营主要行业变更,原办学许可证注销作废。特此声明。 郑凌云遗失湖南恒盛健康产业公司开具的养生谷一期20栋-2-1702003号房一张,发票代码:87349957,发票号码:043001900204,金额693429元,声明作废。 湖南昌基建设工程有限公司遗失公章,编号43012110057905,财务专用章,编号43012110057907,法人章申响军印,编号43012110057908,声明作废。

本人不慎遗失了案号为(2024)湘1322民初7049号案件的诉讼费用发票原件凭证,缴费金额为16500元。现特此声明该发票作废。声明人:雷超。

遗失声明

长沙时训教育科技有限公司遗失法人章(鲁方刚)声明作废。 郑子琪(父亲:郑辉煌,母亲:冯金燕)遗失医学出生证明,编号V430366918,声明作废。 李海榕(父亲:李秋,母亲:丁经)遗失医学出生证明,编号R430889880,声明作废。 周依依(父亲:周红,母亲:邓桂玉)遗失出生医学证明,编号T430558228,声明作废。 贺雨萱(父亲:贺小红,母亲:蒋月红)遗失湖南省出生医学证明,编号X430119826,声明作废。 喻喻(父亲:喻建平,母亲:曾霞)遗失出生医学证明,编号Q430320607,声明作废。

马曼斌(父亲:马毅霖,母亲:陈海妮)遗失出生证医学证明,编号:E430191987,声明作废。 岳阳楼区麓谷企业广场麓谷食品6020367909,声明作废。(父亲:刘波,母亲:杨柳)刘心阳遗失出生证明,出生证编号T430198192,声明作废。