



李浩庭正在攀登。

八千米雪山上应援 长沙队收到请回答

长沙男子速登世界第八高峰,在峰顶展示湘超长沙队队旗

本报记者彭皓泽 长沙报道

当地时间9月23日9时45分,长沙男子李

浩庭成功登顶世界第八高峰——马纳斯鲁峰(海拔8163米),并在峰顶展示了湘超长沙队队旗,用独特的方式为家乡球队加油。

本命年冲击海拔8000米级雪山

1989年出生的李浩庭在长沙开福区望麓园长大,今年是他的本命年。这次登顶是他登山生涯首次冲击海拔8000米级雪山,意义格外特殊。回忆起这次攀登的动力,他直言与湘超长沙队的表现密不可分,出发冲顶前,他还特意挤出时间收看了长沙队的揭幕战。他告诉记者:“作为一个长沙人,揭幕战长沙首战告捷,给了我很大的鼓舞。虽然上山之后就没能看比赛了,但我一直很关注家乡队伍的动态。”谈及冲顶过程,李浩庭记忆犹新。他从当

地时间9月22日中午12时出发,直到次日上午9时45分拍下成功登顶的照片,全程几乎没有合眼。“一开始我其实没打算速登。”他坦言,毕竟这是自己第一次挑战8000米级雪山,原本计划用无氧传统攀登的方式,稳扎稳打。“但考虑到母亲对我的担心和挂念,同时又有‘长沙人,霸得蛮’的精神支撑,既想做有挑战的事,又要对母亲负责、保证自己的安全,最后才选择了速登这个模式。”

希望湘超给湖南带来更大流量

谈及登顶时的心情,李浩庭难掩激动:“觉得自己一步步完成了海拔的突破,特别有成就感。”他说,作为长沙人,很希望湘超能给湖南带来更大的流量,带着队旗上去也是想给长沙球队带来力量。“希望长沙队越战越勇,每次比赛都能取得更大的突破。”对于李浩庭的这次速登,湖南登顶珠峰第一人徐江雷也给出了高度评价:“速登8000米级雪山对运动员的体能和抗高反能力有极高要求,非常不容易,尤其浩庭还是第一次冲顶

8000米级高峰。感谢浩庭的拼搏,也感恩天公作美!”同时,徐江雷还透露,他的女儿、中国南坡登顶珠峰最年轻的女运动员、长沙妹子徐卓媛,此时也在世界第六高峰、海拔8201米的卓奥友峰全力攀登,并且同样携带了湘超元素的旗帜,预计9月29日冲顶。“两人携带的旗帜都是在湘超开赛前(8月31日)就完成设计的,准备阶段就计划好要带上山顶,就是想通过这种方式传播湘超足球文化。”徐江雷说。



这是李浩庭首次冲击海拔8000米级雪山。

链接

去湘潭看湘超 回长沙更便利

本报综合 28日,湘超湘潭队将在湘潭市体育中心迎战长沙队。近日,不少球迷求助“能否加开球赛后返回长沙的车次”?对此,株洲车站管辖的长株潭城际铁路湘潭站将加开S6978次返程专列,球迷们可以从湘潭站、板塘站上车。具体停靠时间如下:湘潭站22:52开,板塘站22:58到、23:10开,先锋站23:26到、23:28开,湘府路站23:33到、23:35开,树木岭站23:40到、23:42开,长沙站23:47到。球迷可通过12306网站(含App)自主查询、购票,提前锁定返程席位。

失去双臂32年 她收获人生的冠军

本报记者段颖琪 长沙报道

9月12日,全国第十二届残疾人运动会赛场内,随着比赛终止铃响,广播向全场播报:祝贺易江红获得跆拳道女子组K41(级别)65公斤以上级冠军。近日,记者见到了现年52岁、来自株洲的易江红。她回忆,站在领奖台上,获得

金牌的喜悦令她脑海一片空白——3年前,她还是个从未接触过跆拳道的“小白”。曾经,她的人生除了失去双臂的痛苦,几乎没有值得骄傲的回忆。易江红说,她真正开始找回自己的人生,是她46岁那年成为一名电商客服时,听到客户说“谢谢”时,她才发觉自己是个“特别有用的人”。



比赛现场。图/受访者提供

意外失去双臂,担心父母难过独自住进工厂宿舍

一切源于1993年的一场意外。易江红很清楚地记得,那天是1993年3月18日,她在一家造纸厂工作时,发现造纸机浮辊上有一小团纸浆没有被展平,她试图干预。“后面就不知道了,是我同事告诉我,我用铁棍去戳那坨纸浆,然后人就被搅进去了。”从医院醒来时,因为脖子也受伤了,易江红只觉得身上疼,动不了。她的同事、主管和父母都不敢告诉她双臂没有了,“我是将近一个月后才知道的”。“反正发现的时候是接受不了的。”易江红说,由于一时无法适应没有双臂的日子,她24小时都需要人照顾。其间,有很多朋友到医院看望,想办法开导她,但她内心仍接受不了不再健全的自己。“那个时候脾气非常暴躁,我觉得任何人都是我发泄的对象。”心疼不已的父母想办法联系上了易江

红儿时的一位同龄玩伴,试图用一切可行的方式让她尽快走出来。由于不想父母继续难过,易江红独自住进了工厂的宿舍。“我不想麻烦我家人了,我妈帮我洗澡就会哭,包括我妹妹也是,我不想让她们看到我就伤心。”独居后,工厂有阿姨偶尔会去照顾易江红,那段时间,她学会了自己穿衣裤、吃饭、上厕所,之后还学会了用脚写字。她告诉记者:“我让我同事在门口墙上钉了颗钉子,我用钉子辅助穿裤子,一开始掌握不好力度,腰被划伤,裤子都刮破了好多条。”刚尝试自己使用勺子时,她去舀碗里的煎蛋,却把蛋甩到了床上。“我用勺子在床上舀了半天也没把鸡蛋舀起来,最后是拿脚夹起来又丢回碗里的。”24岁时,易江红的儿子出生,她也无心社交,“后面20多年基本是没有社交的,就自己待在家里”。

46岁面试电商客服成功,激动地告诉邻居“我上班了”

2018年,易江红决定参加一期湖南省残疾人联合会、株洲市残疾人联合会举办的培训班,学习电脑的相关知识。2019年,培训班老师询问她是否想做居家办公的京东客服的工作,“我说‘我46岁了还能报名吗?’他说‘试一下呗’,我当时就答应了。”由于之前没有任何面试经验,易江红紧张地把自己自我介绍反复复练了很多遍。很快,她收到通知,面试成功了。“我46岁还能面试成功,当时特别激动。”参加了电话客服培训后,易江红更加努力学习使用脚操作鼠标,用脚在键盘上打字,从偶尔敲错键盘,到后来能准确快速地打字,“包括接线开头时的问候语,我练到非常熟悉了才敢上线。”

找到工作后,易江红的人生仿佛从黑白开始有了颜色。“以前别人问我在家里做什么,我说不就睡睡觉看看电视,现在我出去,邻居说‘好久没看到你了,现在在干什么呢’,我说‘我工作呢,上班呢’,他们问‘上什么班’,我说‘我做客服呀’,我觉得我特别有自信了。”在易江红心里,她认为自己是46岁后,才感受到自己的人生有意义、有价值。“因为我是个重度残疾,但我能帮别人解决问题,原来我也有被人需要的时候,尤其是客户说‘谢谢你’,我觉得非常自豪。”在做京东客服的几年里,内心生发的自信逐渐把她从自卑的情绪里拉出。她开始参加一些残疾人的分享会,讲述自己的经历,不少残疾人也受到她的鼓舞。

49岁因工作照被教练发现,瞒着儿子学跆拳道

易江红49岁时,一位跆拳道教练联系上她,希望她能够加入残疾人跆拳道队。她介绍:“他(教练)看到了一张我坐在床上的照片,我两条腿显得特别粗。”易江红很快投入到跆拳道的训练中,但没有提前告诉儿子。“我是2022年2月开始训练的,7月,我儿子知道了,他让我注意安全,不要受伤,我的家人都很支持我。”作为一项对抗性运动,跆拳道对平衡性的要求较高,这给没有双臂的易江红带来了不小的挑战。“我第一个月就受了两次伤。第一次是膝盖受伤了,休息了一周,我就练一些简单的动作。第二次是膝盖刚好就又练踢,伤得比较严重。”2025年初,教练再次邀约易江红参与全国残疾人运动会的跆拳道训练。由于有好几个队友才六七岁,她心里有些打退堂鼓:“我觉得他们年轻,速度快、力度大,

主要是反应能力比我快。”但教练非常看好易江红,“我们教练会从技术动作和心态方面给我加油,让我感觉我一定行。”6月的集训中,易江红忘却了与队友的年龄差距,“他们练我也一样练,没有年龄之分。我觉得我的力度是最轻的,抗击打训练中我被我们队友踢,80公斤的男孩子的腿踢到身上,你能想象是多重?”集训中,易江红也与队友结下了忘年的友谊。“每个人都陪着我练,每个人都给我鼓励,他们平常的时候,我们下训练的时候会叫我红妈,但是在训练馆的时候都会叫我红姐。”记者问及是否之后还会参与更多的跆拳道赛事,易江红表示:“2029年的全国残疾人运动会在长沙举办,如果我身体允许的情况下,我还是想参加。”



李浩庭带着湘超元素旗帜登顶马纳斯鲁峰。组图/受访者提供