

云阳登云梯登高赛10月2日开赛在即 他们是2000名选手 热血逐梦的缩影

1999级台阶垂直攀升,2000名攀登者即将决战“万里长江第一梯”!10月2日,云阳登云梯登高赛将在“梯城”震撼启幕。

决战在即,重庆晚报记者专访了多位选手。他们,是2000名选手的热血逐梦缩影——虽目标各异,却同样心怀热爱,即将在这条世界最长的城市人字梯上,用脚步书写自己的攀登故事。

对话选手

“敢于出发、敢于突破自己”



冯丹
25岁

■重庆晚报健康运动推广大使、重庆籍女子全程马拉松纪录(2小时34分7秒)保持者

我之前没有去过云阳,但很早为这次登高赛做起了功课。云阳登云梯,垂直高差200多米,共1999级台阶,被誉为“万里长江第一梯”,比之前我挑战过的重庆红岩地铁垂马(860级)还要多一千多级,难度确实不小。

目前我的身体状态良好,对这场比赛非常期待。成绩固然重要,但我更在乎的是体验和挑战的过程。保持那一份“向上”的姿态,敢于出发、敢于突破自己,不断挑战极限,才是我的初衷。

“全力以赴,力争冲进前三”



代芳
24岁

■大学毕业生,第二届重庆红岩地铁垂马全球精英挑战赛女子组冠军(5分42秒)

对即将到来的云阳登云梯登高赛,我满心期待。为了在赛场上拿出最佳状态,开赛前夕,我正计划通过爬楼训练提升自身能力,全力打磨耐力与速度,做好充分准备。

我为自己定下了明确目标——全力以赴,力争冲进前三。

我是重庆酉阳人,这次将是我第一次前往云阳。对我而言,这次比赛不仅是一场竞技较量,更是一次打卡云阳美景、品味当地美食的美好旅程。

“期待比赛,更为美食美景而来”



严守鹏
35岁

■跑步爱好者,全马跑进4小时,半马跑进1小时30分

作为一名来自四川南充仪陇、居住在成都的跑者,我对即将开启的云阳登云梯登高赛满是期待:既期待比赛,更为美食美景而来。平日里,我每周跑步5天,每次至少10公里,还会在四川境内参加马拉松,偶尔也会通过爬楼梯、爬山锻炼腿部力量。安全完赛,就是我这次的目标。

赛后,我计划先逛逛云阳的美景、品尝当地特色美食,再前往重庆中心城区感受山城魅力。早就听说重庆“红岩地铁垂马”很有特色,要是时间允许,也一定要去体验一番。

“望孩子在攀登中学会坚持”



黎建红、李沁岩母子
37岁、9岁

■跑步爱好者

我上学时专门训练过跑步,如今从事行政工作,也没丢下运动的习惯,还常带着孩子一起跑。寒暑假,我们会隔天一跑,平时一周跑步一次。孩子每次都能跑5公里,我则会跑21公里左右。我还带孩子一起参加过迷你马拉松,一起爬山,体能上并不担心。参加这次登高赛,我们从没想过争名次,只希望孩子能在攀登中学会坚持,磨砺意志。

我们是重庆开州人,家离云阳不远,这次借着参赛,正好带孩子到云阳周边好好玩儿两天。

“我家就在‘登云梯’旁边”



谢冰川
38岁

■云阳县市场监管局工作人员、越野跑爱好者

我从2018年开始跑马拉松,2019年接触越野跑,平均每年都会参加三四场大型比赛。

我家就在“登云梯”旁边。爬梯子是我日常锻炼的主要方式,一般每天一到两趟。这次在家门口的比赛,期待顺利完赛,更希望我们云阳的团队能取得好成绩。

在我的家乡云阳,龙脊岭公园贯穿全城,城市里就有“双井寨”“下岩寺”“三峡文物园”,江对面还有“张飞庙”。强烈推荐去龙缸感受雄奇山水,还可以到普安乡看看新发现的恐龙化石群。欢迎大家来云阳走一走!

密训冲刺

长跑协会配速员备战云阳登高赛



记者 郎建荣 摄

9月18日,重庆长跑协会配速员训练营红岩垂马登高赛热力集结,65名跑者相聚红岩村地铁站2号出入口。据悉,本次训练营选择红岩垂马赛道也是为了10月2日云阳登云梯登高赛做准备。部分配速员将会在国庆期间征战云阳赛道。

“控制好节奏,保持规律呼吸……”作为专业配速员队伍,沿途除了规律的换气声,还总传来一两句专业提醒。红岩地铁垂马总教练王虎兵表示,无论是今天的红岩地铁垂马还是国庆将要征战的云阳登云梯,本质都是攀登运动,极其考验参赛者的耐力,合理分配体能很重

要。“建议选手们穿戴专业的登山装备,有助于调整重心,更能取得好成绩”。

据介绍,本次训练赛以组为单位,取本小组最后到达终点选手成绩为团队成绩,最终配速员陈林、王洪副、康雪梅以7:06的成绩拔得头筹。

当天参加挑战红岩地铁垂马的部分跑者,即将在10月2日登上云阳之巅,迎接云阳登云梯的垂直挑战。10-11月重庆多场重要马拉松赛事中,他们将担任“移动计时器”,甘愿放弃突破个人纪录的机会,以精确到秒的配速引领跑者完赛。

CHONG QING
VERTICAL RUNNING GRAND SLAM
重庆登高大满贯

赛事速递

云阳登云梯登高赛10月2日开赛 赢大奖游云阳

“2025-2026重庆登高大满贯”系列赛第一站比赛——云阳登云梯登高赛,将于10月2日在云阳举行。届时,来自海内外的2000名健儿将在“万里长江第一梯”、位于云阳城区的“人”字梯上的1999级梯步上展开激烈竞速。

首赛云阳站比赛男女个人奖各取前12名,第一名奖金3000元;第二名奖金2000元;第三名奖金1000元;第四至第六名奖金分别为800元、700元、600元;第七至第十二名奖金均为300元。

同时,云阳赛特设团队奖,每个团队由10人组成,以净成绩最好的4名男子选手加2名女子选手的成绩作为团队成绩,取前三名。奖金分别为3000元、2000元、1000元。

为致敬每一位勇于攀登的选手,组委会还为大家准备了“惊喜大礼包”——选手凭本人身份证,在10月1日-10月8日期间可享受云阳龙缸、云阳恐龙化石遗址馆、张飞庙三个核心景区首次门票5折优惠。

还在等什么
赶紧扫码报名吧



重庆晚报-厢遇首席记者 王薇 记者 张春莲 陈娟 受访者供图

责编 侯琪琳 美编 张展 责校 杨雪