



相遇重庆向上跑

红岩地铁垂马 全球首赛

重庆轨道交通9号线红岩村站
9月28日

倒计时 2天

垂直高差
141米

向上台阶
860级



一往无前

青春就是轰轰烈烈

程斯

年龄:31岁

职业:咨询业

“路跑”荣誉:2023年奉节半程马拉松女子第四、2023铜梁马拉松女子第七,半程马拉松成绩1小时29分,全程马拉松成绩3小时7分。

我是重庆万州人,来到重庆中心城区生活了10年。虽然每次到红岩村地铁站都是坐车路过,但我对这座车站及其周边的“红色”文化氛围、独特的地形印象很深刻。“红岩地铁垂马”结合重庆独特的地形,可以更好地向外地游客展示重庆8D魔幻城市的魅力。

最近,我身边有许多跑友体验过“红岩地铁垂马”,但我还没有真正去体验过。听跑友们讲,141米的垂直高差、860级台阶,跑起很酸爽,这样短距离大爬升可以最大程度激活心肺能力。

我跑过很多马拉松,也多次跑过垂马。在我看来,相比一般的马拉松,跑“红岩地铁垂马”,速度和爬升能力要求更大,个人的心肺能力要求更高,爆发力要求更强。它与一般的多层登楼比赛也有区别,需要更快、超快,简直就是速度与激情的完美体现。

这次我成功报名了“红岩地铁垂马”,我的爬坡能力不是很强,在赛前的这段时间里,我准备先练一下爬坡能力。也希望广大跑友们做好赛前准备,有序参赛,突破自己,安全完赛。

重庆晚报-相遇记者 张春莲