

英语不好就不能环游世界? 没存款就不能去旅行? 体育差就没法运动?

# 杭州80后美女设计师, 连答三个“不”

本报记者 李颖 王琼 通讯员 王萍琴

英语不好就不能环游世界? 没有存款就不能去旅行? 体育很差就没法登山、潜水、跑马拉松?

杭州80后美女室内设计师章芝君, 用她的故事, 给了这三个问题答案。



让运动流行起来  
这里是杭州  
最好玩最专业的  
运动平台  
扫一扫  
上面的二维码  
即刻加入  
帮帮大家庭

## 曾是全班倒数第一的体育渣 如今徒步穿越、爬雪山、跑马拉松

1984年出生的章芝君是杭州的一名室内设计师, 外表看起来就是一个文艺范儿十足的漂亮姑娘。

章芝君毕业于浙江科技学院, 从2005年开始就喜欢上了独自背包长途旅行。“已经走遍了所有省份。2009年开始往国外走, 现在已经去过60多个国家、300多个城市。”章芝君告诉钱报记者, 在骨子里, 她就是个爱折腾的人。

登顶雪山、下潜深海、跑马拉松、搭车徒步无人区……章芝君可谓把生活“折腾”到了极致。

记者联系到这个爱折腾的姑娘的时候, 她正在去往长沙的高铁上。“趁着周末去长沙玩两天。”章芝君说, “现在交通方便, 第二天就回来, 人生就在于折腾嘛。”而前不久的元旦小长假, 她刚刚和朋友一起到长白山以滑雪的方式跨年。

“很多人都说没有时间出去玩, 时间其实都是挤出来的呀。年假、调休, 甚至周末两天, 都足够来一场说走就走的旅行。当然请假也是有的, 毕竟那是你想去做的事, 之后的加班就得承受。”章芝君说, 有时候她和朋友聊天, 说起一个地方特别美, 不是特别远, 她们当时就直接出发。

徒步穿越、爬雪山、跑马拉松……谁想不到, 章芝君以前是一个“体育渣”, “从小到大, 体育从来没有及格过, 一直都是班里倒数第一。”

大三暑假, 章芝君和同学一起采风, 让她从此对徒步旅行一发不可收, “我耐力不错, 走多了, 连马拉松都能跑了, 不过不求成绩只求完成。”北京马拉松、杭州马拉松、上海马拉松……都被这个曾经的“体育渣”跑了个遍, “哪有什么奇迹, 努力才会有结果。很多在说不可能的人, 其实问题就在于从来没过。”

## 搭车前行、做沙发客 足迹走遍全球60多个国家

有钱才能环游世界?

章芝君说: “睡沙发也能环球旅行, 我的世界没有陌生人。”

“我其实是一个很草根的旅行者, 大多数时候都是穷游。”章芝君告诉记者, “每一次徒步穿越或者搭车前行, 都应该做好攻略, 安全非常重要。”

2011年, 从拉萨到阿里, 1000多公里的路程, 章芝君走了20天, 只花费了差不多800元, “当时在拉孜, 住的是15元/人的招待所。”

一路上, 几乎都是搭车前行, “我人生的第一次搭车就是藏民的拖拉机, 当时我看见



曾经的“体育渣”, 如今徒步、马拉松、潜水无所不能。图片由本人提供



一对藏族夫妻开的拖拉机停在路边, 上去询问发现他们听不懂汉语。我指向219国道的方向, 解释了很久, 他们才终于理解了我的意思。”

去了60多个国家, 章芝君说, 其实语言也不是问题。

“我的英语并不好, 但是谁会全世界的语言呢?” 章芝君说, “很多时候我听不懂人家在说什么, 交流真的基本就要靠手舞足蹈地比划。我唯一精通的国际语言就是sweet smile, 微笑着行走! 我身上会带一个本子, 提前用当地的文字把要去的地方写上面, 需要的时候就给当地人和司机看。”

习惯用文字和图片记录行程, 章芝君还出版了《阳光下的清走》, 她在书中提出了“清走”的概念: “不要在自己的旅途中附加太多, 不为名利, 拒绝艳遇, 一路修炼, 一路思考, 这就是清走。”

“数了数, 2017年居然去了西班牙、摩洛哥、芬兰、希腊等十个国家, 还登上了海拔5396米的哈巴雪山, 拿到了国际开放水域的潜水员证书……”一直在行走的章芝君说, “什么时候开始都不晚。如果我可以, 你们也一定可以。”

## 跑马热

### 横店马拉松 线路延长报名费不涨

本报讯 随着国内跑者水平的提升, 越来越多的国内马拉松赛事在项目上精简, 但浙江最穿越的马拉松——横店马拉松, 却反其道而行。昨天开始报名的2018年横店马拉松, 总人数规模25000人, 这里头, 情侣跑、穿越跑、亲子跑名额有8000个, 而且这三个项目的线路全部延长, 最多的甚至到了去年的两倍多。

今年的全程马拉松途经的景区, 从去年的4个, 升级到了5个, 秦王宫、清明上河图、圆明新园春苑、圆明新园夏苑和明清宫苑五个景区, 一次就能跑完。

据工作人员介绍, 今年全部五个项目的报名费和去年持平, 但穿越跑从去年的6公里延长到了8公里, 情侣跑、亲子跑的距离也从原来的2.8公里延长到了5.6公里, 让跑友可以一次跑个爽。

2018横店马拉松将于4月1日开跑, 报名首日, 截至下午5点(上午9点开始), 已经有超过3000人报名了今年的横店马拉松。

本报记者 王琼

### 武汉马拉松 全程报名人数猛增43%

本报讯 口碑爆棚的2018武汉马拉松报名阶段昨天上午10时结束, 据官方消息, 今年的报名人数创了新高, 达到136311人, 而中签率也再创新低。

相比2017年, 2018年的武汉马拉松报名人数增长了11%, 其中, 全程报名人数达到52640人, 半程46896人报名, 13公里跑36775人报名, 在这三项中, 半程和13公里跑选手与去年基本持平。最凶残的居然是对选手能力要求最高的全程马拉松, 全马的报名选手相比去年增加了43%, 在不计算各种赞助商名额的前提下, 武汉马拉松的全程项目中中签率只有15%。

本报记者 李颖