



11月10日,在海之风广场旁边的自行车栈道旁,一位身高1.9米的小伙正驾驭自行车进行一项挑战:折返跳一根高达90厘米的横杆,每次都要保证后轮“定”在杆子数秒,看看一分钟内能完成多少次。戴上护具,他从容不迫开始了挑战,最终以14次上下跳跃成绩完成了“1分钟做最多次后轮定杆海豚跳”的挑战,并刷新了这项吉尼斯世界纪录。这位小伙便是中国著名攀爬自行车运动员张京坤,从2000年开始,10岁的张京坤开始接触攀爬自行车,青岛的海边栈道是他骑行的起点,坚持往返训练20多年后,他再次在这里打破世界纪录。这里是梦想的起点,也是博弈的开始,张京坤向世界展示了中国街攀自行车的“新高度”。



张京坤通过骑行的方式向粉丝们展示青岛各种各样的景点。

踏车逐风,攀爬天梯,用自行车“丈量”山海…… 青岛小伙“飞驰人生”冲进吉尼斯



张京坤向世界展示了中国街攀自行车的“新高度”。

骑车上学 他一路“撒把”飞驰

张京坤出生在烟台的一个军人家庭,从小长在部队大院,少有同龄玩伴,张京坤就跟着当兵的叔叔们跑步、运动,一岁多的时候,爸爸买了辆儿童自行车给他解闷,“其实我也不明白为啥我爸这么早就给我买了自行车,但我确实学得挺快。”三岁多,张京坤就可以把辅助轮卸下独立骑行了。

上学后,张京坤一家随部队搬回青岛,住在流亭附近,学校离家有十几公里,父母又一次买自行车作为他上下学的代步工具,“当时年纪小,买的是普通自行车,后来妈妈给我买了一辆山地自行车。”骑上后,张京坤立刻感受到“不一样的速度”,他一路撒把,手不沾车骑到了学校。

视频摸索 扛着车四处闯荡

如果说这个阶段,自行车还只是一种代步工具,之后张京坤偶遇的攀爬自行车队,则是他真正走上这条路的开端。“我记得那是2003年前后,在马路上遇到了一队车手,他们是专业的攀爬自行车爱好者,来青岛做表演。”他们在马路上骑着自行车,把车子抬起,只用后轮骑行,深深震撼到了张京坤。他去买车的车店和老板打听,得知这叫攀爬自行车,属于极限运动,“我也想试试!”张京坤当即下了决心。但当时父母并不同意给他买专业自行车,张京坤攒下零花钱,买了人生第一辆攀爬自行车。

当时的攀爬自行车在国内属于冷门爱好,玩的人不多,张京坤从视频网上跟着国外大神视频学习、摸索,琢磨一些基础动作、技巧方式,再后来,视频无法满足他,张京坤开始天南地北地闯荡,去西安、济南,哪里有比赛,有圈子,他就去找前辈们交流,当时还在上高中的他,背着自行车,坐着火车一个人到处闯。“父母都是军人,一直觉得男孩要有气魄,要出去闯荡。”这种豁达的家庭氛围无形中给了张京坤莫大的鼓励,他干劲十足,求知若渴。一直到2008年前后,张京坤的技术有了飞跃式的进步,用他自己的话叫“突然开悟了”,整理出技术逻辑,他一路“开挂”,在全国多项攀爬自行车赛中摘金夺银,在2013年的全国攀爬自行车侧跳中,成为攀爬自行车侧跳1米47高度的全国纪录保持者。

2015年,在中国张家界界牛天门山天梯速降国际精英赛中,张京坤作为国内唯一的选手受主办方邀请参加,并在雨天零失误完成山地车极限999阶天梯攀爬挑战的壮举,并挑战全程电视直播,产生巨大影响力。

脊椎摔伤 后背打钢板也不放弃

此时的张京坤,运动生涯如日中天,凭借优秀的实力和影响力,他参加了诸多圈内比赛,受邀上综艺节目,然而此时,命运却和他开了个玩笑。2016年4月,在一次挑战中,张京坤从四五米的高度头朝下扎到地上,胸椎一至五截断裂。“当时我入院两个月,躺在病床上一度以为自己站不起来了,更不要说再骑车了。”

但之后,张京坤凭借着强大的意志,开始积极进行康复训练,想要再一次恢复状态。随着椎管消肿,被压迫的神经一点点恢复正常,张京坤一点点找回状态,基本回到正常水平。

“一开始情绪确实不好,尤其是从众星捧月到一个人

躺在床上,这种落差也让我产生强烈担忧。”好在父母并没有因此唠叨、责备,而是一直照顾他,这种无声的支持给了张京坤强大的动力,凭借对这项运动的热爱与证明自己的渴求,张京坤再次站起来。这时候他接到了一个电话,央视《挑战不可能》节目邀请他参加,张京坤答应下来。此时他的背阔肌因为撕裂,后背放了一整块铁板,忍受着身体痛苦,咬着牙,他站上了挑战台,挑战成功!“我想给大家证明‘我又回来了’,我可以继续骑车,也想用自己的实际行动证明,不要轻言放弃!”

撰写教程 用纯粹热爱去运动

极限运动惊心动魄、精彩纷呈,背后往往是暗流涌动的危险。在过去的十几年中,张京坤因为练车受过的伤不下20处,但这一切都丝毫没有影响他的热情和纯粹。“我觉得从事极限运动,一定不能忘记最初的那份纯粹,只有纯粹的热爱才能没有负担,打破桎梏前行。”正是这份纯粹,让张京坤重返自行车攀爬赛场,2018年,作为彭于晏的替身,张京坤在《邪不压正》中进行了屋顶骑自行车的表演,这也让他“出圈”,让更多人认识。

其实早在此之前,张京坤已是圈里的名人,凭借强大的实力和优秀的技术,2008年前后,他已经占据优酷红人榜一席之地,2017年前后张京坤开始经营自媒体账号,从攀爬自行车科普、炫技到教学,为了把经验分享给更多志同道合者,张京坤撰写了国语第一部自行车系列教程视频,而《坤哥教你骑》的视频教程也在自行车圈形成了“张京坤效应”,成为了最权威、最系统的首个华语自行车教学教程。目前张京坤全网粉丝已经超过500万,“如今是互联网的时代,我突然意识到可以通过网络让更多的人了解自行车这项运动。”通过自媒体内容的影响力,张京坤把自身的价值无限扩大,也让更多人爱上自行车运动。

展示青岛 骑车“带货”最美景点

除了是一名攀爬自行车车手,张京坤还拥有山东省青年联合会常委、青岛市青年联合会委员以及青岛健康形象大使等多重社会身份,在他的社交媒体上可以看到,他通过骑行的方式向自己的粉丝们展示青岛各种各样的景点,从浮山到观象山,从网红墙到小鱼山,张京坤骑车穿越青岛的大街小巷,在他的镜头里,老城区的景点以另一种奇妙视角呈现,配合他接地气的“青普”,点赞往往破万。

“一提到青岛,很多人第一反应是青岛的地形不适合骑自行车,青岛人多数不会骑自行车。”但张京坤却认为,作为交通工具,自行车在青岛城区或许并不适合,但作为一项时尚体育,青岛有着依山傍海的独特环境,正是公路自行车发挥的好去处。他希望以这样的方式激励更多年轻人,保持热爱,追求自己喜欢的运动。

在张京坤的社交平台上,写着这样一句话:“活得真实,有模有样。专心骑车,用心做事。心存善意,不愧于天。”他一直走在极限人生的道路上,让体育为大家带来更多喜悦,为大家带来更多阳光的生活方式。

观海新闻/青岛晚报 记者 高静文



扫码看视频



在过去的十几年中,张京坤因为练车受过的伤不下20处,但这一切都丝毫没有影响他的热情和纯粹。