

永康小伙历时428天,累计骑行22016公里 “我要在祖国大地上骑出一只雄鸡”



融媒记者 程明星 李方亮在219国道上留影

祖国这么美,我想去看看。骑着一辆山地自行车,带着一顶帐篷、一只装着生活用品和维修工具的驼包,去年6月25日,我市90后小伙李方亮就这样说走就走,开始沿边疆省份骑行。

428天后,累计骑行22016公里,李方亮回到永康。看着自己的行动轨迹,他惊喜地发现自己几乎绕了中国大陆边界一圈。

两次2000多公里旅程 让他爱上骑行

李方亮,是城西新区李店一村人,今年29岁。初见他时,只觉他的脸庞比抖音短视频里瘦了好几圈,还留着长辫发型,黝黑的皮肤包裹着结实有力的肌肉。

说起他何时对骑行产生兴趣,这得回到2013年。当时,李方亮偶然在网上看到一些旅游博主发布的骑行短视频。这项很酷的运动,一下子就牢牢吸引了才22岁的他。

趁年轻,就该去疯狂一次。心痒难耐了一年,2014年6月,李方亮终于首次为梦想起航。

前一天才买下心仪的自行车,李方亮第二天就骑车出发了,目的地是海南省三亚市。他说,毕竟是第一次,担心自己越拖越犹豫,当即就出发了。就这样,李方亮从永康出发,途经丽水市、温州市,南下穿过福建省、广东省,历时约30天,骑行2486公里,终于抵达了海南省三亚市。

顺利完成首次骑行,沿路的感受让李方亮爱上了骑行运动。两年后,怀揣着对川藏线和拉萨的向往,李方亮先是坐上了前往四川成都的火车,再从成都骑车出发,先后经过雅安、康定、理塘、芒康、波密、林芝,最终到达了拉萨。

这样一条充满了挑战和意外的骑行线路,让李方亮内心无限火热和激动。历时31天,累计骑行2122公里,经过10多座海拔超过4000米的高山,一路上有惊无险,李方亮抵达了拉萨,完成了第二次骑行。这次经历也为他后来沿边疆省份骑行增强了信心。

为党庆生 用428天骑行中国

完成两次2000多公里的长距离骑行后,李方亮没有选择继续,而是休息了几年。直到2020年,即将步入而立之年的他,再次长距离骑行的心蠢蠢欲动。

当时,李方亮做了一个疯狂的决定。因为2021年是中国共产党成立100周年,他打算去骑行,在祖国大地上骑出一只雄鸡。

我们这一代人向往说走就走的旅途,感受大好河山的同时,还能增长见闻见识。李方亮说,朝九晚五的上班生活有些枯燥,趁着还没到30岁,就想着再去闯一闯、突破自己。

2020年6月25日,李方亮背上一个大大的行囊,骑着自行车从永康出发,踏上了沿边疆省份骑行的征途,去完成自己的梦想。

对于这次旅行,李方亮没有做过太多攻略。离开永康后,他就顺着228国道、331国道、219国道骑行。每到



红圈为李方亮骑行轨迹图

到一个陌生的城市,他就询问当地人有哪些地方值得一去。

由于路途漫漫,除了吃饭、睡觉,李方亮大部分时间都用在骑行上。我一般根据下一个补给站的距离

是不是在体力范围内,来安排骑行距离。骑行时,一天最多骑200多公里,大多在150公里左右。李方亮说,一年多的时间里,他用坏了七八个轮胎,扎胎意外不计其数。

由于长时间骑在自行车上,李方亮的臀部位置经常会磨破,甚至发炎,十分疼痛。不过,到了晚上,他就可以倒在帐篷里,啥都不去想,让灵魂和身体都得到休息。这是他觉得最幸福的一件事。

从永康出发,经过福建、广东、海南、广西、云南、西藏、新疆、内蒙古、黑龙江、吉林、辽宁、天津、河北、山东、江苏、上海,最后回到永康,李方亮用了428天,累计骑行22016公里。看着自己的行动轨迹,他惊喜地发现自己几乎绕了中国大陆边界一圈。



李方亮骑行在内蒙古满洲里草原上

Q&A

Q:最让你留恋的地方是哪里?



A:骑行中,我领略过丹霞地貌层理交错、造型奇特、色彩斑斓的美景;也在湛蓝的天空下,只身穿越荒芜的沙漠和胡杨林;还去过被文人墨客吟唱的敦煌阳关古城、玉门关。

但最让我迷恋的还是被称为万山之祖、百川之源的阿里地区。因为在阿里地区察瓦龙乡甲印村,我结识了一位自驾游的朋友。在他的带领下,我们登上了高峰,在到处是牛羊的草原上,我们煮着茶,听着民谣,吃着牛羊肉,欣赏着雪山以及日出日落。到了夜晚,耀眼的星空下,我仿佛手可摘星辰。

Q:最刺激的经历是怎样的?



A:最刺激的经历还是发生在阿里地区。当时接近冬季,穿越高山时,我仿佛一天穿越了一年四季。当天空下起鹅毛大雪时,我穿着三四件厚衣服,还是感觉非常冷。尽管我一直在运动,但骑自行车时,冷冷的冰雨打在脸上,十分难受。

后来,受当地恶劣雨雪天气和疫情管控的影响,我只能从阿里地区返回拉萨等候时机出发。没想到,这次我在拉萨整整住了4个月。最后一个月,考虑到后面还要去甘肃和青海等这些高冷的省份,我就开始疯狂增肥10公斤,存储脂肪。幸好,后面的行程十分顺利。

Q:这次骑行最大收获是什么?



A:肉眼看到的收获就是我瘦了。出发前我是82.5公斤,现在只有65公斤。你看我的手臂、小腿轻微一用力,就能看到明显的肌肉轮廓,身体变得更结实了。不过,如此高强度长时间骑自行车对膝盖的损伤确实比较大。

还有一种收获是,我对祖国有了更深入了解。我收获了绝美的风景,各地的风土人情,开阔了眼界和见闻,磨炼了自己的意志,结交了很多有趣的人,也让我更加的坚强和懂得感恩。以后有机会的话,我还要去骑行,去台湾骑行。

永康市人民政府征兵

永康市融媒体中心

宣