

第 75 期 山最高处人为峰

超越自我，追求卓越
——交大野协与你一同前行

主题：攀岩运动讲座
时间：5.18下午4:00
地点：新图书馆E318会议室
主讲人：侯怡卿、陈震昊

上海交通大学图书馆学生管理委员会
Student Committee of Library Management

嘉宾：侯怡卿、陈震昊

攀岩的感受不是用“刺激”这两个字就可以形容的，
那是成就与自由的组合。它把人带入一个近乎于完美的精神境界
谁最乐在其中，谁就最棒！

来自交大野协的两位攀岩运动资深发烧友——侯怡卿，陈震昊同学，

加盟 75 期鲜悦讲座，带大家走近惊险刺激的攀岩运动

一起来会当凌绝顶吧！

此外，参与鲜悦活动的同学们可以拿到素质拓展凭证哦！

山最高处人为峰——第 75 期鲜悦（Living Library）在图书馆成功举办

5月18日下午，第75期鲜悦（Living Library）“山最高处人为峰——攀岩登山知识分享”在主馆 E318 顺利举行，来自上海交通大学野外生存协会的侯怡卿、陈震昊受邀作为本期鲜悦的主讲人，为户外运动爱好者们分享了攀岩登山的必备知识技巧和丰富有趣的攀登经历。

鲜悦正式开始，拥有丰富登山经历的户外运动发烧友——主讲人侯怡卿就野外生存协会的构成和协会活动内容作了详细介绍，并且解答了现场观众们提出的关于野外徒步线路以及配备装备的疑问。“攀岩是一项考验爆发力及耐力的运动”，她说，“登顶的过程让人乐在其中”。在讲述了协会的几次有趣的户外登山经历后，她表示希望更多的同学能够参与到攀岩这项运动中，并指出校内定期免费开放的攀岩场所是发烧友们练习攀岩的最佳地点。



同样酷爱户外运动的主讲人陈震昊则回望了他从最初接触户外运动到加入野协最后成功登上雪山的历程。他讲述第一次来到森林的时候迷路了，“当时天快黑了，向导也不知去哪了，心里就无法抑制地产生了对周围环境的恐惧。”然而这也正激发了他要从事户外运动的决心。陈震昊表示，登山是对团队协作精神的考验，登山时联系着每位成员的长绳意味着每一个成员的动作牵系着整个团队的安危，“我们最后登上峰顶与伙伴们之间由衷的相互信任是分不开的！”

活动最后，两位主讲人与现场观众们合影留念，他们表示希望通过本期鲜悦能让更多的在校大学生体会到户外运动的魅力，丰富他们的业余生活并不断磨练坚韧的意志。