

Headline	The Body Has Smoke		
MediaTitle	Nanyang Siang Pau		
Date	19 Feb 2016	Color	Full Color
Section	Supplement	Circulation	27,667
Page No	C1,C7	Readership	83,000
Language	Chinese	ArticleSize	875 cm ²
Journalist	N/A	AdValue	RM 11,006
Frequency	Daily	PR Value	RM 33,019



一段一段往上爬 身体冒烟了

C07



南洋商报 副刊

2016年2月19日 (星期五)

编辑: 范深栗

C07 幸福骑行

本地单车爱好者邓德兴一呼百应, 汇集全球单车慢骑的作者, 分享幸福单车行。

今日达人:
黄详融



一段一段往上爬 身体冒烟了!

2008年开始接触单车, 开始时的单车还是向朋友借的。一年后才决定买了人生中的第一辆! 因为住得靠近 FRIM 更是近水楼台了!

FRIM 落在吉隆坡甲洞区的国家森林研究所 (FRIM) 对吉隆坡人来说一点也不陌生吧! 对于我这个土生土长的甲洞人来说就更加熟悉了。由于它就在我家附近, 自小学起它便是我与朋友们的游乐园了。

国家森林研究所始于1929年, 在2012年列入国家天然文化遗产内。它占地约600公顷, 包含植物种类超过1万5000种。所以, 它绝对是大人和小孩都会喜欢到来活动的地方。由于近几年的单车运动逐渐流行, 几乎每个周末或假期的大清早就会有一大班单车骑士在这里奔驰。

树木泥土的味道

在大门付了门票后, 接下来的几公里都是泊油路。有上下坡和平路, 当是热身吧! 沿途还会经过研究所的博物馆, 养着巨龙鱼的池塘, 当然还有绿绿的草地。

过了 Perah Campsite 的一段上坡路后, 就正式的进入山路了。沿着这段路奔驰, 你会感觉到大自然里清新的空气, 那种树木和泥土的味道会让你精神饱满。经过了一轮的上上下下

之后, 会来到鼎鼎大名的 Steroid Hill 或叫 Tongkat Ali Trail 的山脚。通常大家都会在这里稍作休息, 因为接下来的上坡路段可不是开玩笑的! 由于这里的空气比较凉快, 所以你会看到流汗的身体在冒烟呢。

传说中的少林寺

Steroid Hill 的长度约1公里, 说长不长, 但是就是那种一直要往上爬的坡! 以为爬到上面就完了吗? 还不止呢……再来一段的 Pinus Peak Trail 是给你喘口气的, 而且在这段路你开始可以觉得望出去的建筑物已在你脚下了。

由于路途潮湿, 腐叶的味道也会较重。最后就是那个传说中的 Bukit Hari “少林寺”了。这也是一段长长的上坡路, 不同的是这里的树根较多, 需要一定的功夫和耐力。清爽的气候加上满山的松树犹如身在国外。站在这里, 就是那种大地在我脚下的感觉了啦, 那种征服了它的满足感不是文字可以形容的。如果遇到对的季节, 还会有满山的红毛丹挂在树上让你品尝。

这是一段启动心灵与大自然连接的旅程, 一份最原始的连接。

