

“让世界看到河北人的精气神”

石家庄 33 岁男子栾钰堃三登珠峰并成功挑战“珠洛连攀”

□本报首席记者 刘琛敏

2026年5月20日11时33分,河北石家庄“90后”男子栾钰堃成功登顶世界第一高峰珠穆朗玛峰。5月22日11时31分,他又登顶世界第四高峰洛子峰,完成了在48个小时内,珠穆朗玛峰、洛子峰连攀的极限挑战。“祝祖国繁荣昌盛,美丽富饶,共同见证突破中国登山历史新时刻。”挑战成功的这一刻,栾钰堃举着国旗激动地说。栾钰堃成为中国登山史上首位实现珠穆朗玛峰南坡、北坡双向登顶及珠穆朗玛峰、洛子峰连续攀登,以及三次登顶珠峰的登山运动员。

48 个小时内完成“珠洛连攀”壮举

5月26日中午,当记者联系上栾钰堃时,他正在一家医院治疗手脚的冻伤。手指开裂、脸有些脱皮的栾钰堃说,对于登山爱好者及登山运动员而言,“珠洛连攀”是极限挑战之一。冲顶珠峰当天,当栾钰堃行进至海拔8700米的陡峭冰岩混合段时,氧气面罩进气阀损毁。“那么高的海拔,空气极度稀薄,氧气面罩要是坏了,基本寸步难行。当时,我只能先反复摘下氧气面罩换气。”栾钰堃说,他赶紧呼叫支援,才辗转调换到一款老旧的氧气面罩,打过了这次危机。

登顶珠峰进行短暂休整后,栾钰堃立刻转战洛子峰进行冲顶。距离洛子峰峰顶约百米时,一块冰石突然松动,砸向他的大腿。“冰石把我的连体羽绒服砸出一道裂口,羽绒还不停往外飘散。”栾钰堃强忍疼痛,依靠多年登山经验和登山技术及时避险。就这样,他咬牙完成了最后冲刺,成功登顶洛子峰,完成48个小时内“珠洛连攀”的极限挑战。这一刻,栾钰堃展示了印有“千年古韵 活力之城 石家庄欢迎您”字样的手拉旗,为家乡打call。

“让世界看到河北人的精气神”

栾钰堃,1993年出生,老家在石家庄市井陘县南峪镇常坪村。小学就读于井陘县职工子弟学校。2011年,栾钰堃从石家庄市第四十二中学高中毕业。之后,他参军入伍,2016年退役。2018年,他从河北经贸大学法学专业本科毕业。在两年的军旅生涯中,栾钰堃磨砺出的坚强意志让他有了克服一切困难的勇气。部队的优良作风,也让栾钰堃身上有了一股子敢打敢拼、不畏艰险的劲头。他不断挑战自己,创业之余开始尝试登山运动并

乐此不疲。

他的“珠峰梦”起源于2014年的一次西藏旅行。当时的他,第一次远眺珠峰时,热泪盈眶、激动不已,登上世界之巅也就成了他的梦想。为此,栾钰堃加强锻炼并历经多次专业训练,克服了诸多困难,不断突破身体极限,练就了一身登山本领。

因通讯信号问题及休整和治疗等事宜,在对栾钰堃只言片语式的有限采访中,他对记者说得最多的就是:“中国人,爱国爱家不忘本,希望用把家乡名字带上峰顶的方式,表达对家乡的热爱。希望通过这种极限挑战,让世界看到河北人的精气神。”

“争取将家乡的名字带往更多地方”

2017年8月,栾钰堃登顶乞力马扎罗山(非洲最高峰),海拔5895米;

2018年6月,栾钰堃登顶厄尔布鲁士山(欧洲最高峰),海拔5642米;

2021年10月,栾钰堃登顶玉珠峰,海拔6178米;

2022年7月,栾钰堃登顶慕士塔格峰,海拔7546米;

2023年3月,栾钰堃登顶哈巴雪山,海拔5396米;

2023年4月,栾钰堃登顶罗布切峰,海拔6119米;

2023年5月,栾钰堃从尼泊尔南坡登顶珠穆朗玛峰,海拔8848.86米;

2023年8月,栾钰堃登陆北极点;

2024年5月,栾钰堃从中国西藏北坡登顶珠穆朗玛峰,海拔8848.86米;

2026年5月20日11时33分,栾钰堃第三次登顶珠穆朗玛峰;

2026年5月22日11时31分,栾钰堃登顶洛子峰,海拔8516米。

“山再高,往上攀,总能登顶;路再长,走下去,定能到达。”回溯近9年的攀登、奋进之路,栾钰堃笃定地对记者说:“如果自身允许,我会继续攀登下去,将家乡的名字带到更多地方。”

作为国家级登山运动健将,栾钰堃提醒广大登山爱好者:进行极限运动需要谨慎,要有科学、专业的训练作为前提,不能盲目效仿。



扫一扫观看视频。



■2023年5月18日,栾钰堃从尼泊尔南坡登顶珠峰。



■2024年5月21日,栾钰堃从中国西藏北坡登顶珠峰。



■2026年5月22日,栾钰堃登上洛子峰。



■正在登山中的栾钰堃。

■栾钰堃正在拉练下撤途中。(受访者供图)