

## 英两高龄健身达人 体形不输年轻人

在英国西萨塞克斯郡,75岁的泰德·波拉德和81岁的约翰·巴布是当地的健身达人。两人相识于1967年的“宇宙先生”大赛,如今仍结伴健身。

约翰可以在承受机器最大重力的情况下来做深蹲,而泰德至今还保持着芭蕾舞者的柔韧度。做起俯卧撑和引体向上来,两人也毫不含糊,动作难度之大,足以让绝大多数健身爱好者羡慕嫉妒。

同时,两位资深健身者都想与年轻人分享一下关于健身的智慧。

泰德曾经出过一本名为《终极健身技巧》的书。他说道:“健身房里用来练习伸展的地方,常常都是空的。每个人都急着进行力量训练,却不知道这样很难培养持久力和灵活性。我建议将训练集中在自由动作和灵活性上,再进行其他的训练。”

约翰补充道:“从最基本的训练开始,不能想着走捷径。将健身培养成习惯很重要,不坚持不可能取得成效。” 据环球网

## 新郎花重金 请猪陪新娘走红毯

英国一位新郎花费重金规划了一场特别的婚礼,地点选在猪农场,请来50头猪陪新娘走红毯,并要求伴娘穿上粉红色的连身小猪装。

盛装出席的宾客被一群在泥地里打滚,完全不受控制的猪包围,哭笑不得。

消防员比利迎娶新娘斯蒂芙,由于他私下昵称新娘为“小猪猪”,为了搭配这个可爱的绰号,他突发奇想,花了14000英镑在猪农场举办婚礼,让50头猪陪新娘走红毯。

为了给新娘一个惊喜,事前完全保密,穿着白纱礼服的斯蒂芙既错愕又傻眼,整场婚礼都不愿意和新郎讲话,最后还泪洒现场。

斯蒂芙的妈妈表示很不高兴:“这是我头一回嫁女儿,谁会想要这样的婚礼?”

幸好,最后斯蒂芙还是原谅了创意用错地方的另一半,称赞他很用心。比利乐得大喊,他娶到了梦中情人。

据中国新闻网

## 美父亲为女儿建世界首座无障碍乐园

美国得克萨斯州一名父亲哈特曼,因为多年前看见患有自闭症的爱女遭其他同龄小朋友歧视,于2005年毅然决定放弃自己的生意,斥资近3400万美元在得克萨斯州圣安东尼奥兴建了一个无障碍主题乐园。这也是全球首个无障碍乐园。

哈特曼以女儿的名字“摩根”命名主题乐园。

摩根患有自闭症,心智如同一名5岁小朋友。哈特曼忆述,在摩根12岁时,曾带她到儿童泳池玩耍,当摩根走向其他

人,希望结识他们时,原本在泳池内的小朋友都连忙离开。

哈特曼推断,小朋友避开摩根,是因为他们不懂如何与有残疾的人相处。2005年,从事地产的哈特曼决定卖出自己的公司,成立“哥顿哈特曼家庭基金会”。“摩根仙境主题乐园”兴建于2007年,是一个可供残障人士游玩的游乐场,一个不论是否有特殊需要的人都能一起玩的乐园。

报道称,园内有包括摩天轮、冒险游乐场、小火车及旋转木马等设施,有不少游客向

哈特曼表示,这是他们第一次体验这些游乐设施。

“摩根仙境主题乐园”内三分之一的员工都是残障人士,开幕至今已有超过100万名、来自67个国家的游客前往游玩。乐园门票费用全免,尽管每年亏损逾100万美元,但仍通过筹款及业务合作来保持运作。

哈特曼表示,乐园有75%的游客不是残障人士,他称这达到了他的初衷,希望健全人士能与残疾人士共处,“明白到我们都是是一样的”。据中国新闻网

英国一名男子有一套自己的饮食习惯——每周吃逾150根香蕉。虽然营养师和医生都曾劝阻,但他仍坚持己见,深信自己的方法非常有效。

据悉,身高1米8,体重79公斤的纳什表示,自己于2年前曾

## 英国小伙每周吃逾150根香蕉

满脸都是青春痘,于是决定从饮食习惯开始调整。

他每天早上会用12根香蕉做成冰沙饮料充饥,其后会适时食用另外10根香蕉和2磅菠菜,以补充一天所需的能量。

据悉,纳什每月用于食物的花费约为160英镑(约合人民币1403元)。

纳什认为,“这种饮食习惯助我控制自己的健康水平,感觉自己比以前健康的多”。不过,纳什并不建议其他人尝试这种饮食习惯。 据中国新闻网



## 英国工程师发明可折叠房屋

英国工程师大卫·马丁和他的团队发明了一种可折叠房屋,这种房屋可以在10分钟内展开,而且,仅售10万英镑(约合人民币88万元)。

这种被称为 Ten Fold 的房屋时尚、美观、设计巧妙,可以用货车拉着走,也可以说是更加新潮时髦的房车。它还可以被用作家庭住房、教室、营业商店、医院手术室和难民避难所。据说, Ten Fold 之所以能够展开,是因为它有着强有力的

折叠弹簧,并且,房屋可以安装太阳能电池板,连接到国家电网,这意味着房客可以拥有便宜电力。创始人希望能够发明可以自动打开和折叠的房子,而不是单纯依靠手摇。不过,发明的现实与这种完全智能化的愿景还有很大的距离。

大卫·马丁和另外四名工程师组成的团队花费了七年时间、耗资四百万英镑来开发和设计这个专利产品。

新华网

## 肯尼亚发现中国血缘人骨遗骸

由中国、美国和肯尼亚的考古学家组成的团队在肯尼亚的曼达岛挖掘出了拥有中国血缘的人骨遗骸。

据美国大学教授库辛巴说,这是第一次在东非发现这些遗骸。广州中山大学的考古学家朱铁权表示,岛上的挖掘工作始于2012年12月。

该研究小组说,这些骸骨总共有三个,它们的铲形门齿是东亚独有的,经过DNA分析后得出结论,这些骨骼与中国血缘有关。

其中一具骨骼所属时期

## 英女模特遭绑架 30万欧险被“拍卖”

前往米兰参加活动的英国模特克洛·艾林(Chloe Ayling)遭到罪犯绑架并被注射药物,然后以30万欧元在暗网上“拍卖”。

米兰警方称,克洛·艾林于7月11日来米兰拍照。她来到摄影棚后,先是被劫持,并被注射了麻醉药。然后手脚遭捆绑装入袋中。罪犯将克洛·艾林在暗网上拍卖,标出相当于30万欧元的比特币价格。

克洛·艾林被羁押了一周时间。她的经纪人报了警。7月17日,当劫犯了解到克洛·艾林是两个孩子的母亲时,决定将其放掉。因为出售孩子妈妈不是“他的规则”。

为此,他将克洛·艾林带到了英国领事馆,警方将其抓获,罪犯供认不讳。而其电脑和手机中发现的生物材料和罪证,也表明他就是劫持犯。

据环球网

## 老翁连赢六合彩56张中奖彩券送人

美国缅因州一名男子在今年内连续第二次赢得当地博彩彩券,他决定把这份幸运与餐厅食客员工,甚至陌生人分享。

据悉,这名运气超好的男子贺尔现年77岁。今年4月,贺尔在博彩中赢得200万美元,除税后获得近140万美元的奖金。

月前,贺尔再以每张5美元的价钱,购买56张彩券,每张彩券所填写的数字均相同,结果

再次中奖,每张彩券赢得420美元奖金,共值约2.3万美元。

再次赢得奖金,贺尔决定将奖金与他人分享,他走到光顾多年的餐厅、杂货店、加油站等,向员工、食客,甚至陌生人分发彩券。贺尔表示,即使他的行为有机会让他破产,但他将会继续购买彩券,如果再次获得奖金,也会继续将彩券向其他人分享。 据中国新闻网

参考消息网

## 美真人秀选手黑暗洞穴中生存6天

近日,美国探索频道播出了一档名为《暗夜》的探险类真人秀节目。在这档惊险刺激的节目中,每个参赛者只能领到极少的物资,他们必须发挥各自的求生秘技,挑战极限,在完全黑暗又险象环生的山洞中度过6天,并试图逃生。

美国密苏里州的卡梅伦洞穴以险著称。每周,节目组会安排三位互不相识的参赛者从卡梅伦洞穴深处的不同方位出发,在黑暗中寻找其余的同伴,并设法逃山洞。

因为探险时没有灯光指引,这档节目最大的看点就是参赛者如何克服自身对黑暗的恐惧,不让自己掉进90英尺(约27米)的“死亡鸿沟”。此外,他们必须克服黑

暗带来的幻觉和低温危险,并避开尖锐的岩石。难上加难的是,探险者们只配备了一个头盔、一个背包、一条绳索,以及极少的水和能量补给棒。因此他们必须在山洞里寻找食物以维持生命。

不过,每个探险者都配有一个小型应急无线电设备,在紧急情况下可以联系外界。参赛者身边还有节目组人员和摄像师陪同,但他们被禁止和参赛者说话。

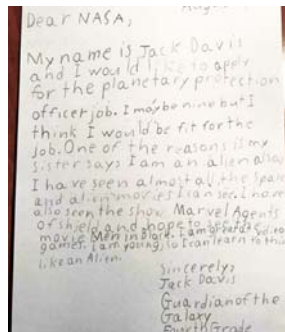
据悉,此档节目并未安排奖项和奖金,探险者们只是为了证明自己。参加节目的有消防员、突击队员、海军陆战队军人、经验丰富的洞穴探索者和求生大师。参赛者在接受采访时,普遍表示只是想要证明自己的实力,挑战自己的极限。 环球网

## 9岁男孩向NASA申请“行星保卫官”

美国太空总署(NASA)日前发布的“行星保卫官”招聘信息启发了一位九岁男孩,他给NASA写信,表示希望成为下一任保护地球免遭外星生物侵袭的守护者。

来自美国新泽西州的四年级学生戴维斯自称“银河保卫者”,他在写给NASA的信中说,他对这份工作很感兴趣,并认为自己的年龄不是一个障碍。

这名男孩在求职信中写道:“亲爱的NASA,我叫戴维斯,我想要申请保护地球的工作。也许我只有九岁,但是我认为我很适合这份工作。其中一个原因是我的姐姐说我是个外星人,而且,我基本上看完了所有我能看的大空和外星人电影。我不仅看过《神盾局特工》,还看过电影《黑



衣人》。我超级擅长打电子游戏,我正年轻,所以我可以学习以外星人的身份思考。敬上,戴维斯,银河护卫者,四年级”

虽然,年仅9岁的戴维斯并不具备这个职位所需的专业知识,但是从信件可以看出,小家伙对这份工作极其感兴趣。

看到戴维斯的信件,NASA的行星研究主任乔纳森·拉尔给他打了通电话,对他表示感谢和鼓励。此外,求职信也吸引了NASA的行星科学主任吉姆·格林的注意,他给戴维斯回了一封信,感谢戴维斯的热情。格林在信中写道:“我们一直在寻找聪明的未来科学家和工程师来帮助我们,所以我希望你能在学校好好学习取得优异成绩,希望我们有一天能在NASA见到你。”

早前有报道称,NASA发布了一则新信息,要面向全美国市民招聘一位“行星保卫官”,年薪在12.5万美元(约83万人民币)与18.7万美元(约125万人民币)之间,而且还将不时到太空站和其它星球“出差”。NASA提供的合约期为3年,并有可能续约2年。 据海外网