

# 燃！消防员攀梯飞索狂飙体能



□ 特约通讯员 邓川 文/图

近日，区消防救援局东城消防救援站着眼实战要求，持续开展体技能训练，进一步强化基层骨干体能综合素质，磨砺坚强精神意志品质，做好春季练兵工作。

练就过硬本领、敢于赴汤蹈火，是确保消防员关键时刻能够“召之即来、来之能战、战之必胜”的重要基础。此次体技能训练，东城消防救援站合理制定计划，严密组织流程，坚持科学施训，开展包括负重登楼、拉梯逐级向上攀爬、绳索装备战术性能、基础绳结应用等基础体技能训练项目，不断增强消防员体能耐力和协调性。

训练场上，参训消防员如蛟龙出水般奋勇争先，在负重登楼中突破生理极限，在绳索攀爬中锤炼精准操控，在装备实操中磨砺战术素养。他们精神饱满、士气高昂、热情似火，他们相互较劲、你追我赶，耐力、毅力与体力的较量如火如荼。他们用实际行动诠释“不掉队、不服输、不落后”的拼搏精神，营造出科学施训、实战实训的浓厚氛围。

①消防员在开展挂钩梯上四楼训练。  
②消防员在开展二节拉梯登楼训练。  
③消防员在开展“绳索救援”实训。  
④演练后大汗淋漓的消防员在用水降温。  
⑤消防员在开展负重登楼训练。  
⑥消防员相互配合开展登楼训练。

