

ADA TSANG

Fastest Woman to Conquer Mount Everest

LONDON
SPEAKER
BUREAU



Topics

- Adventure
- Asia
- Motivation
- Sports
- Women

2021年5月、44歳のAda Tsangは、25時間50分でエベレストに登る最速の女性となり、これまでの記録である39時間6分を12時間以上上回りました。登山者は通常、29,031フィートのピークに達する前に、さまざまなキャンプで数日を過ごし、さまざまな高度に慣れます。ツァンは午後1時20分にエベレストベースキャンプを出発し、ノンストップの登山に乗り出し、翌日の午後3時10分に頂上に到達しました。

エイダは、世界で最も高い山に登ろうとして他のチームに影響を与えたCOVID-19パンデミックの真っ只中にこれを達成しました。

エベレスト山の頂上に到達するための2014年と2015年の2回の失敗した試みの後、ツァンは2017年に中等学校での生活教育教師としての仕事を辞め、エベレスト山の頂上に到達する最初の香港の女性になるための探求を追求しました。彼女は最終的に2017年にフルタイムのトレーニングを行い、遠征をサポートするために専門的に資金を調達することでその目標を達成しました。

学生時代から熱心なアスリートであったツァンは、2010年に真剣に登山を始めました。彼女はエベレストを征服するという目標を設定し、登山の経験がない状態で始めました。彼女は何年にもわたる高強度のトレーニングを経て、氷や岩に登らなければなりません。彼女はまた、フィットネスレベルを上げるために長距離を走り始めました。以前の試みからの挫折にもかかわらず、彼女は目標を決してあきらめず、失敗した試みから教訓を得て、目標を達成するのを助けました。