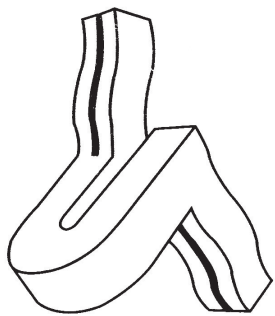




## 聯合書院傑出運動員訪談（上）



校園記者 / 胡庭璋

聯合書院人才輩出，許多學生在不同領域表現出色，當中不少是傑出運動員，在不同的賽場上都獲得非凡的成就。他們能夠踏上頒獎台上最高的台階也不是一朝一夕的事。在他們運動的生涯當中，也遇到不少困難，繼而把它們逐一克服，才可以去到更高的位置，甚至代表香港出戰國際賽，為港爭光！今期《光輝聯合人》為大家介紹其中三位傑出運動員。

**黎曉彤（Laitung）（體育運動科學三年級）**  
——香港中文大學和聯合書院女子游泳隊隊長



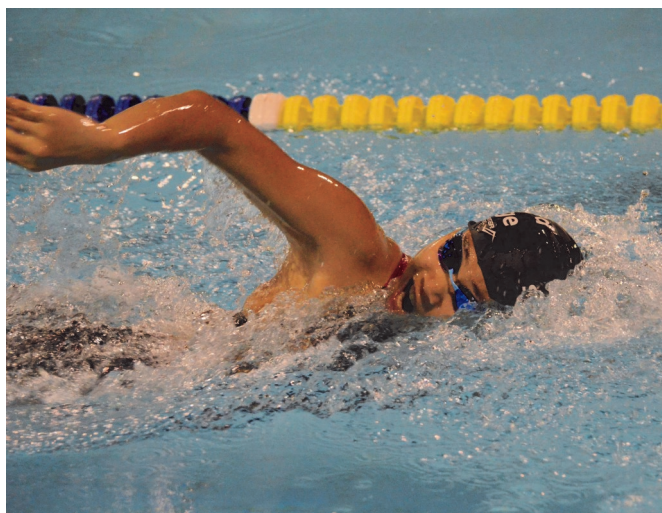
Laitung 可說是游水游到大，由小學一年級的學校游泳班，一直「力爭上游」，其後代表小學和中學的「水隊」，至今更成為中大的女飛魚。她的主項是短途自由泳和背泳，到目前為止，已為中大游泳隊在大專賽合共帶來六面獎牌，而她同時亦是中大拯溺隊成員。原來早在中學時期，Laitung 已經不只是游泳池的常客，更是學校田徑和越野跑的成員，可謂名副其實的運動健將。

Laitung 自小學至大學都是學校游泳隊成員，對於校際比賽也十分「熱血」，時刻都希望為自己所屬的學校游出最好成績。

「我其實也是受到姐姐的影響，當初選擇游泳也是因為在旁邊觀看姐姐訓練時，用浮板輔助練習，好像一條「鯊魚」在水面游一樣，覺得好「型」，於是便嚷著媽媽要學游水。」Laitung 笑言姐姐對於自己的運動員生涯影響最深。

談到運動員的噩耗——傷患，Laitung 指在她中五升中六的那年，原本是自己最「當 fit」的一年，惟自己在內地集訓時貪玩，赤腳跳繩。初時以為並無大礙，但回到香港後，便因痛楚難當而去看醫生，發現原來腳趾骨早已斷裂。即使遇到受傷，她還「撐住」不間斷進行訓練，幸而並沒有影響自己的狀態，也沒有影響她當時的目標——成為當屆中銀盃的最佳女運動員，結果憑著她堅毅的鬥志，克服傷患的困擾，她做到了！在游泳、田徑和越野跑三項運動也有出色的表現，最終成為了當屆中銀盃的最佳女運動員。

言談間，Laitung 笑指現時自己已經是三年級生，也可以算是「半退休」運動員，自己也希望留多點機會給較「fresh」的低年級運動員接班。她往後的目標就是成為一個更全面的運動員，在不久的將來更希望可以執起教鞭，擔任學校的體育科老師和游泳隊的教練。毫無疑問，十分愛校的 Laitung 當然也會繼續代表中文大學出席來年的大專賽，全力為學校爭取最好的成績。



蕭昌鴻（阿蕭）（健康與體育運動科學二年級）  
——香港排球代表隊成員



阿蕭擅長的運動是排球，自小學三年班開始，阿蕭笑指自己比起同齡的同學已長得較高大，身體質素的優勢早已把他「定性」為籃球或排球運動員。在小學時期就「無可避免」被老師「捉」去打排球。阿蕭身形魁梧，加上強勁的跳躍和騰空力，絕對是排球隊中「大槌手」的不二之選。阿蕭的拿手「絕技」就是以其驚人的跳躍力在三米線後起跳作出後排進攻，往往也能為球隊取得分數，更被隊友戲稱為「後排進攻將軍」。

阿蕭也同時是聯合書院的排球隊成員，在書院賽中阿蕭表示聯合書院是在剛過去的書院賽中成功締造兩年霸，而自己也開始把專注力和目標放在大專的賽事上。在去年的大專賽中，中大排在第四，僅僅與獎牌無緣。可喜的是，今年的排球隊有令人鼓舞的消息，在隊員調配方面，今年也比去年充裕。對於在一月展開的大專賽賽事，排球隊上下一心，希望可以衝擊金牌。

他也慶幸自己身為排球運動員，在運動生涯中也沒有「大傷」，但坦言自己在中四的時候，因為雙膝受傷而不能做出跳躍和急停等動作，斷斷續續，受傷又復出又再受傷，那段時間是亦令他短暫對排球運動萌生沮喪、放棄的念頭。幸而，在物理治療師的指導下，「聽話地」前後共休息了四個月時間，才在排球場上正式復出。

談到往後的目標，阿蕭滿懷自信指希望來年可以突破自己，在球技上有所進步，爭取出席來年仁川亞運會和2015年的世界大學生運動會，與歐洲的球員切磋球技。

許文玲（Manling）（運動科學與健康教育  
一年級）——香港女子田徑代表隊成員



▲ 女飛人Manling在2009年東亞運動會在「主场」出戰。

Manling 自小學比較活躍，經常在課堂間「出位」，又因為自己上課比較「好動」，結果被老師「捉」了去玩田徑。依記者的觀察，Manling 身形窈窕、輕盈，是一個典型的田徑運動員。早在中學時期，她已是學界中數一數二的短跑運動員。對她來說，不論是一百米、二百米甚至四百米的項目也難不到她。雖然在剛過去的書院賽中，她因為腳傷未癒而與獎牌擦身而過，但 Manling 表示自己是放眼3月的大專學界賽事，希望在她最擅長的一、二百米短跑項目中拿到好成績。



曾代表香港隊出戰廣州亞運和東亞運賽事的 Manling，更在2009年的東亞運動會奪得銅牌。在談到運動員最怕遇到的傷病的時候，她表示自己真的幾乎沒有因為受傷而停下來。但回想起在中學的時期的最後一年學界比賽，Manling 不禁垂下頭，指在完成該比賽後，自己卻因為休息不足而患上肺炎。「那次是一場重病，足足病了兩個月，不停咳嗽，期間舉行的香港田徑聯賽，只能勉強完成比賽，那一刻真的很『灰』。」原以為準備充足可以在田徑聯賽爭取獎牌，結果一場大病，令自己未能以最好的狀態出席比賽。Manling 表示那一刻失望也是無法形容。然而，因為 Manling 樂天的性格，也很快便重拾信心。現時的她，全已經力投入訓練，跑出自己的最佳時間，以備戰往後的比賽。