

# 曾樂騁

繁華台北，充滿無限希望！  
曾樂騁

## 臺北，踢出我不平凡的毅力

口述/曾樂騁（跆拳道選手） 採訪撰文/許凱森

「平凡的人做不平凡的事。」小學二年級時，因為哥哥的關係，我加入了學校的跆拳道社團，從此和跆拳道結下不解之緣。之後參加過東亞運、亞運、世錦賽等大型國際體育競賽，2007年11月，我曾在亞洲區比賽，為臺灣爭取到奧運資格，但卻在國手選拔賽中失敗，與2008年奧運門票擦身而過，廣州亞運時更意外遭到淘汰出局。在遭受到接連不斷失敗的挫折打擊後，讓我感到無力、沮喪，當然也曾萌生退意，還好我的身邊一直有教練、家人和朋友的不斷鼓勵、全力支持，更堅定了我的決心，終於迎接光榮時刻的來臨。

2011年，是我人生的轉捩點。改名曾樂騁後，重新整裝再出發。在奧運世界區資格賽中，連闖5關，奪得金牌，而後又在國手選拔賽中，一路過關斬將，取得參賽資格。2012年倫敦奧運，我在跆拳道女子57公斤級奪得銅牌，是臺灣參加奧運該量級以來第一位奪牌選手，也讓我在女子跆拳道57公斤級的積分「排名世

界第一」，帶給我更多自信和力量，也更加確信自己的堅持是對的，跆拳道已經成為我生活的一部分，練跆拳道就是我每天都要做的事。

今年，全國運動會在臺北登場，我很榮幸也很開心，受邀擔任全運會的代言人。在奧運奪銅之後，自然而然會被外界用高標準看待，所以今年的全運會，我一度感到莫大的心理壓力。但我發現，當初在倫敦奧運讓我吃敗仗，奪得金牌的英國選手Jade Jones最近參加比賽，也是敗北，連金牌Jones也有輸的時候，讓我體認到比賽就是有輸有贏，沒有非贏不可，自我調適後，讓我更有衝勁去迎接挑戰。

由於參訓，現在我幾乎都待在高雄，但是臺北叫得出名字的地方，我也幾乎沒有漏掉過，國中時期就常和同學到臺北

車站、西門町一帶，逛街、吃東西、看電影。如果有朋友來臺北請我當導遊，我一定會帶他到台北101的高樓層餐廳，美食配上臺北市夜景，是人生的一大享受。常民美食，我最推薦士林夜市的青蛙下蛋。

跆拳道其實是很好的全民運動，很多沒有接觸過的人會誤以為很危險，但現在有很多阿公阿嬤也都來練跆拳道，既可健身又可防身，不分男女老少，歡迎大家一起加入跆拳道的行列，也希望自己在今年的全運會中，以最好的身心狀態，獲得好成績。



曾樂騁最推薦士林觀光夜市的常民美食，對這裡的青蛙下蛋尤其讚不絕口。（王能佑攝）

繁華、科技、交通便利

許淑淨

# 許淑淨

(圖/聯合知識庫)



## 臺北，舉起我的必勝決心

口述/許淑淨（舉重選手） 採訪撰文/許凱森

「舉重是很孤單的運動，一舉一放在別人看來可能很無趣，但是成長就是由這點點滴滴累積起來，看著自己成長的歷程，很有成就感。」

小時候，其實我最愛的運動是打籃球，國小時曾加入籃球校隊，本以為就會這樣一路打下去，怎麼也想不到國二那年，獲得舉重教練吳奇宸的賞識後，我改練舉重，反而成為未來人生的最大目標。

因為我是家中唯一的女兒，小時候雖然很活潑好動，像個小男生，但是當爸媽知道我想要練舉重時，因為怕我長不高、變得不像女生，所以相當反對，為此，我甚至還跟爸爸冷戰了好久。但我真的很愛舉重，也不想放棄，後來寫信給爸媽，向他們表達我的決心，並承諾一定會好好接受訓練，拼出好成績，他們才轉而支持我。

從國二接觸舉重的那一刻起，我的目標就是希望有一天能在奧林匹克運動會上奪得獎牌。每天在左營國家運動選手訓練中心的

舉重室內，抓舉槓鈴練習，一舉一放，再舉再放，沉重的槓鈴撞擊地面發出極大的聲響，就在這不到三坪範圍的練習墊上，一次又一次地重複著別人眼中單調、乏味的動作。身上有傷、手上結繭、練習無聊都不算什麼，因為有目標，所以就會堅持。

2012年倫敦奧運，我參加女子53公斤級決賽，以抓舉96公斤、挺舉123公斤，總和成績219公斤，獲得銀牌，這也是2012年夏季奧林匹克運動會中華臺北代表團的第一面獎牌。由於舉重是個人項目，不管是練習還是比賽，一切都要靠自己，有時候難免會感到孤單寂寞，但舉重是我的興趣，也是我的夢想，所以總是讓我可以專心一意，盡全力去比賽，目標放在2014年的亞運以及2016年的巴西奧運。

舉重是結合力與美的運動，可以一再挑戰自己、突破自我，讓我獲得極大的成就感。很開心、也很榮幸能夠擔任今年全國運動會的代言人，因為訓練的關係，我大多時間都在高雄左訓中心，

這次全運會在臺北，除了希望比賽有好成績，也期待比賽結束之後，可以到臺北著名景點走走逛逛，嘗嘗慕名已久的美食；最想去台北101，感受臺北的現代化與繁榮景象。



許淑淨最想到台北101體驗臺北的現代化和繁榮景象。(王能佑攝)