

業務聯絡人：臺北市府教育局體育及衛生保健科
臺北市府教育局體育及衛生保健科
新聞聯絡人：臺北市府教育局綜合企劃科

黃一正科長 0935-389039
陳怡蓓股長 0978-216850
林奎宇研究員 0930-936532

【主題：活力中小運 躍昇臺北城-臺北市 109 學年度中小學聯合運動會選手締造佳績!】

【發稿日期：110 年 3 月 13 日】

【臺北報導】

臺北市 109 學年度中小學聯合運動會自 110 年 3 月 2 日至 110 年 3 月 12 日於臺北田徑場與天母詩欣館圓滿落幕。選手訓練一整年，終於到了挑戰自我，締造優秀成績，為校爭光的時刻。本次中等學校運動會田徑比賽，計有 12 項次 18 人次破大會紀錄。小學運動會田徑比賽，計有 6 項次 19 人次破大會紀錄、小學運動會游泳比賽則有 1 名學生破大會紀錄。

文化國小的黃靖雯選手在第一天的賽事以 4 米 77 獲得了跳遠金牌，也與隊友在 400 公尺接力賽合作無間，跑出了破大會紀錄的 53 秒 16。延續第一天的氣勢，靖雯憑藉優異的爆發力與充分的練習準備，在預賽、複賽與決賽一路過關斬將，同時也在決賽跑出當日最佳成績，在第二項個人項目稱霸。在女子個人組 100 公尺決賽，以 13 秒 49 的成績，勇奪本次賽事的第三面金牌！她在兩年中不斷地接受訓練，也透過各種的大小賽事累積經驗，在本次的賽事能有如此優異的表現，也要歸功於靖雯對訓練的自我要求以及師長的指導有方。

南港高中高一選手鍾佳妤，在高女 10000 公尺決賽中，以 40 分 38 秒 80 成績拿下冠軍，這是她第一年參與高女賽事。鍾佳妤回憶起訓練過程十分艱辛，一開始她還沒有確切的方向，曾試著練過 100、200 公尺，還比過擲鐵餅等，最後才在 10000 公尺項目確認目標，但練習過程仍挫折不斷。在漫長的 40 分鐘競賽過程，她不去管身上究竟是雨水還是汗水，一路上在心中想著，這是一條永無止盡的路，左腳、右腳、左腳、右腳.....，一步一步朝著夢想邁進，再想想教練無限的期望，似乎一切都變得如此輕鬆。

三民國中的張恩睿選手以 44 公尺 48 的成績獲得了國男組標槍的冠軍。在他遇到挫折或是想放棄時，他會讓自己冷靜下來思考如何克服現在的困境；遇到瓶頸時，他會向教練請教，尋找下一步的方法。張恩睿選手想和湯銘德教練說聲謝謝，若不是教練讓他有個機會可以發揮，他也沒辦法站上今天的這個位置，而家人的支持也是一直推著他走下去的動力，他想感謝每一個一直陪著他走向這段路的人。

麗山國中的賀非成功跳過 1 公尺 54，拿下國中女子組跳高冠軍。她表示已經盡了全力並且破了自己的最佳紀錄，但她還是對自己的成績感到很可惜。賀非選手平時比賽也會緊張，但是她緊張時並不會特別去調適自己的心情，且讓一切都順其自然。

陽明高中的宋建諳在高中男子三級跳的比賽中，以 13 公尺 58 的成績拿下冠軍。參加比賽的過程中，他始終保持著平常心，不會被其他事物干擾。卻在某次練習中，腰不小心受傷，經過一陣子的治癒，重新回到戰場上，找到自己從前的水準。他覺得成功最

大的關鍵，就是以平常心對付一切。不求自己能創造奇蹟，只求自己能好好發揮。即便是假日，他仍依舊認真對待課業，兼顧成績和興趣。

再興中學的雍宸菱於市中運第一天就以 23 公尺 15 成績，搶下國女組鐵餅金牌。她說，在接觸鐵餅項目前，她對鐵餅的第一印象是這是個好玩的運動，而想要一探究竟，並因此與之結下不解之緣。每日長時間訓練之餘，亦要求自己上課時，務必比別人更認真努力，依然能兼顧課業。擅長時間管理的她，至今沒有遇過因為練習而耽誤學習的狀況。本次中小學聯合運動會中學游泳競賽選手捷報頻傳，優勝且達到參賽標準的選手，也即將代表臺北市參加 4 月於雲林舉辦的全中運，祝福他們在全中運能展現更佳亮眼的成績！

109 學年度中小學聯合運動會「中學田徑」比賽破大會紀錄列表

序	組別	項目	成績	選手	學校	日期
1	國男組	110 公尺跨欄 (0.914 公尺) 預賽	14.84 (-0.5)	謝柏崴	市立南門國中	110/03/02
2	國男組	110 公尺跨欄 (0.914 公尺) 決賽	14.80 (+0.6)	謝柏崴	市立南門國中	110/03/03
3	高男組	400 公尺 決賽	48.65	何思翰	市立中正高中	110/03/03
4	國男組	鐵餅 (1.5 公斤) 決賽	41.85	蔡英俊	市立信義國中	110/03/03
5	高女組	10000 公尺競走 決賽	55:49.81	方文如	市立內湖高中	110/03/03
6	高男組	800 公尺 預賽	01:54.80	曾子盛	市立陽明高中	110/03/04
7	高男組	200 公尺 預賽	21.67 (-0.3)	何思翰	市立中正高中	110/03/04
8	國女組	400 公尺跨欄 (0.762 公尺) 決賽	01:05.88	許姿暄	市立明湖國中	110/03/05
9	國男組	200 公尺 決賽	22.71 (-0.7)	曾大年	市立北安國中	110/03/05
10	國女組	全能十項 決賽	2,693	陳思妤	市立明湖國中	110/03/05
11	國女組	4×400 公尺接力 決賽	03:59.81	李慈巧 柳辰諭 陳聖雅 郭詩婷	市立大同高中	110/03/05
12	高男組	4×400 公尺接力 決賽	03:17.59	劉炳君 林啟祐 陶國輝 何思翰	市立中正高中	110/03/05

(接續下頁)

109 學年度中小學聯合運動會「小學田徑」比賽破大會紀錄列表

序號	項目	單位	姓名	成績	日期	原紀錄
1	女生組 400 公尺接力	文化國小	謝蕎蔚 蕭語彤 黃恩琳 黃靖雯	53.55(預) 53.16(決)	110/3/8	53.60
2	女生組 400 公尺接力	幸安國小	莊茜羽 陳玟潔 蘇筠煊 王妍苓	53.26	110/3/8	53.60
3	女生組 三項全能	幸安國小 東湖國小 大安國小	蘇筠煊 蔡映雪 黃沂薰	1391 1320 1255	110/3/8	1242
4	男生組 60 公尺	再興小學	劉神甫	7.88	110/3/8	7.90
5	女生組 3000 公尺競走	東湖國小 東湖國小 日新國小	趙芸嬉 陳語茜 周思羽	16:04.13 16:33.35 16:34.03	110/3/9	16:34.52
6	女生組 800 公尺接力	幸安國小	莊茜羽 陳玟潔 蘇筠煊 王妍苓	1:53.92	110/3/9	1:55.16

109 學年度中小學聯合運動會「小學游泳」比賽破大會紀錄列表

序號	項目	單位	姓名	成績	日期	原紀錄
1	女生組蛙式 100 公尺及中途計時 50 公尺	東門國小	彭立琪	50 蛙 36.09 ; 100 蛙 1:16.21	110/3/12	50 蛙 36.36 ; 100 蛙 1:20.35



▲文化國小黃靖雯同學女子組 100 公尺破大會紀錄，成績表現優異奪下三金



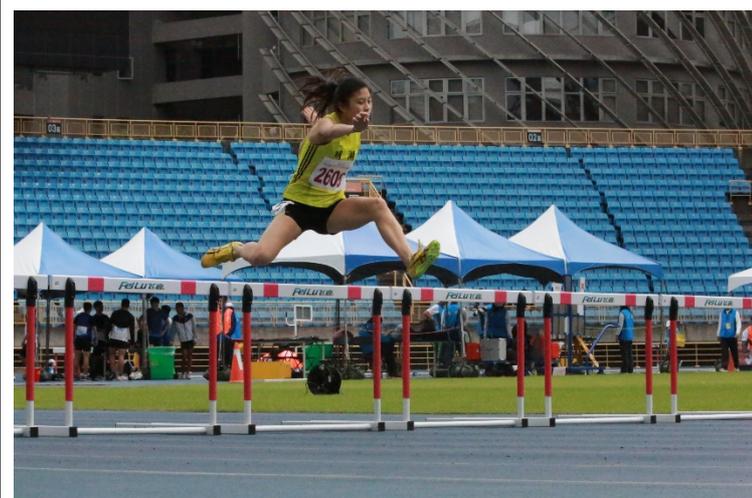
▲全能三項-前三名選手皆破大會紀錄
第一名 幸安國小-蘇筠煊
第二名 東湖國小-蔡映雪
第三名 大安國小-黃沂薰



▲幸安國小女生組 400 公尺接力破大會紀錄



▲東門國小彭立琪女生組蛙式 100 公尺及中途計時 50 公尺均破大會紀錄



▲國女組 400 公尺跨欄明湖國中許姿暄破大會紀錄



▲國女組 4100 公尺接力決賽市立大同高中李慈巧柳辰諭陳聖雅郭詩婷破大會紀錄



▲國男組 110 公尺跨欄決賽南門國中謝柏崴破大會紀錄



▲國男組 200 公尺北安國中曾大年破大會紀錄



▲國男組鐵餅決賽信義國中蔡英俊破大會紀錄