71524

國立臺灣體育大學圖書館剪輯資料

分類 馬拉松 來源 聯合報 日期 99.12.29 版面 A十版

陳彥博泡麵外交 國旗不離身

分享自己拍攝的參賽影片 常被誤認日本、泰國人 他認眞畫地圖 解釋台灣在哪

【記者雷光涵／台北報導】十八日完成南極一百公里超級馬拉松的陳彥博，昨天分享自己拍攝剪輯的參賽影片，顯示這「友誼磁石」的南極之行，又吸住很多人的心。廿六日返台的陳彥博旅途上不眠不休，剪輯自己拍攝的影片，這是他參賽之外的興趣之一。

昨天記者會現場播放的影片，巴西電視台工作人員九十度鞠躬，不停用日文重覆「哈吉梅馬西迭（初次見面）」，隨後接過正宗台灣泡麵。用塑膠叉子「捲」麵送入口。陳彥博喊：「泡麵外交，成功！」

陳彥博說，「我的亞洲臉孔，都被『歸類』爲日本人吧。」也有選手以泰國人答禮的手勢，對他說：「三碗豬腳（你好的泰文）」。事後他認眞畫地圖，和科學研究站、賽會工作人員及參賽選手，解釋「台灣」所在地；青天白日滿地紅的國旗，醒目地插在他的小帳篷旁。

五十公斤的超重行李不管罰多少錢，帶去的手機掛飾、吉祥紅包袋等傳統風味紀念品，絕不卸下。陳彥博笑說：「每次去比賽，都交了好多朋友，中文都學會幾句。」在台灣，他也是友誼磁石，記者會的工作人員全是被陳彥博誠意打動的「義工」。

陳彥博設定五年內跑完七大洲、八大賽，現在已達成喜馬拉雅、北極與南極馬拉松，明年挑戰澳洲藍山。他說：「可能會延到年中，因爲醫師強迫我休息兩個月。」他的左腳皮、肉及指甲分離，血管壞死，右腳指甲剝落。

雖在極地有革命情感，走進賽場還是競爭對手。陳彥博說，賽道上五百公尺一支的小紅旗，有時被風吹飛一兩支，很容易迷路。

他有一圈拐錯路口，跑三公里覺得不對勁，「線（賽道）變黑色，我頭很暈，只能原地站著不動。」後方遠遠有個黑影，陳彥博比手畫腳問路，是法國選手亞隆，「他很賊，一直跑到路口才指示我正確的方向。」



➡成功征服南、北極之後，陳彥博指出自己下一個目標是挑戰澳洲藍山馬拉松。 記者雷光涵／攝影

⬆陳彥博完成南極超馬，高興地展示青天白日滿地紅國旗。 照片／陳彥博提供

有練過 演講寫書樣樣行

【記者雷光涵／台北報導】從競速溜冰到田徑隊練長跑，陳彥博是標準的運動員，卻不「憨慢貢喂」（拙於辭令），因爲「有練過」。

林義傑是國內第一個以極限馬拉松打響名號的長跑好手，成名後四處演講，頗受歡迎；和林義傑同樣師承潘瑞根的陳彥博，敘事能力一樣強。他在成淵高中田徑隊的教練潘瑞根昨天說：「靠『專題報告』練出來的。」

潘瑞根帶的田徑隊有個慣例，高二時必須進行一次專題報告；有三場初賽、一場總決選。他說：「選手敢面對八十個人侃侃而談，接受台下同學提問，未來面對跑道，有什麼可懼的。」

主題不限，每個選手必須製作電腦投影片，穿西裝上台，台下有外聘的評審及老師，當場打分數、講評。陳彥博說：「沒有一位選手敢馬虎，否則當天就會知道『五雷轟頂』的滋味。」

潘瑞根強調，這種抗壓能力「內化」以後，比賽時不容易緊張，「運動員的腦筋，是要去訓練的。」

陳彥博在準備「五七八」大挑戰時，有老師給他的體力、耐力，還多了「說話能力」。他不怕對贊助商提報告，不怕四處演講宣揚個人的信念。

不僅如此，潘瑞根要求選手每天寫訓練日記，等於是與教練的深層對話。別人寫幾百字痛苦萬分，陳彥博每天可寫兩、三千字，半頁紙寫得密密麻麻，「潘教練的老花眼應該是我害的。」他的自傳「零下四十度的勇氣」也是自己一字字敲出來，沒找影子作者代筆。