

# 11歲立志奪金... 陳怡君11年後圓夢



## 跆拳道好彩頭



**陳怡君小檔案**  
 生日：1987.11.1  
 身高：166公分  
 體重：49公斤  
 血型：B  
 興趣：上網、游泳、天、

台灣隊陳怡君昨天在聽奧跆拳道女子第一量級決賽擊敗希臘對手，奪得台灣代表團本屆首金，賽後她披上奧運會旗繞場，接受觀眾熱烈歡呼。

〔記者龍柏安、蘇福男／綜合報導〕昨晚過後，陳怡君可以撕下書桌前的紙條，十二年後，她總算實踐了與自己的約定。

〔記者龍柏安、蘇福男／綜合報導〕昨晚過後，陳怡君可以撕下書桌前的紙條，十二年後，她總算實踐了與自己的約定。

早產的元旦寶寶陳怡君，出生時僅一千六百公克，直到一歲多還不會叫爸爸、媽媽，經成大醫院檢查，才得知有中度聽覺障礙。母親何素真說，怡君生性活潑、好動，三、四歲就和小男生一起騎腳踏車、小三歲開始學練跆拳道，她讓女兒就讀一般學校的啟聰班，不准戴助聽器、學手語，就是要避免女兒的一生被聽障缺陷纏綿。

國小三年級在啟蒙教練王源盛指導下，開始苦練跆拳道，短短兩年，她就晉升為黑帶高高手。

國小五年級時，陳怡君在教練道館裡，看到了跆拳道「賢拜」陳怡安在奧運示範賽奪金的錄影畫面，年幼的她難以壓抑心中激動，回家後，她寫下「我要拿下奧運金牌」的紙條，貼在書桌最醒目的位置，時時刻刻提醒自己。

陳怡君比常常因聽不到裁判口令吃悶虧，所幸身手矯捷的她，最後往往逆轉勝，王源盛記得，怡君首次出賽就碰上縣運，她一上場因過於專注對手舉

### 羨陳怡安摘金 矢志奪奧運金牌

王源盛透露，陳怡君是他收進門的第一位聽障子弟，訓練過程除要自己親身示範，有時還得透過紙筆溝通，「她真的很努力，訓練過程無論多辛苦，她從不喊累。」

### 聽奧 報你知

剛接聽跆拳道，回家時全身常常帶傷，爸爸陳益昌看在眼里，卻從不吭聲，「想收成美好果實，一定要有付出，路是她選的，最辛苦的也是她，既然她都沒抱怨，我們也只能默默支持她。」

國中三年，陳怡君轉在田徑探路，但耐不住獨自一人跑步的寂寞，高中又回頭練跆拳道，並被選上台北聽奧跆拳道國家培訓隊員，接受更嚴格訓練，去聽奧跆拳道項目在比賽場地四面設置燈具，每當比賽有暫停或結束時，除了裁判吹哨外，還會有燈號與蜂鳴器指示選手，若比賽中雙方對打沒有注意到燈號，裁判就會上前制止選手，但仍以燈號為主。

此外，本屆聽奧沿用計分舊制，上屆攻擊仍維持二分，其他攻擊都是一分，與今年七月一日開始，跆拳道總會所公佈的新計分方法：上端攻擊三分、中端攻擊二分、其他攻擊一分有所不同。

〔記者葉士弘〕

### 跆拳道 仍採舊制計分

### 寫字條貼書桌 實踐與自己約定



