

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 體育 聯合報 日期 97.10.-8 版面 第四版

50歲無惑橄欖球隊 出國奪牌

【記者李一中／台北報導】憑著對橄欖球運動的熱忱和執著，一群由50歲以上銀髮族組成的「台灣無惑橄欖球隊」，每周末都會到百齡球場盡情奔馳，重溫年輕時衝鋒陷陣的快感。從他們的身上看不到老態，映入眼簾都是不向年齡低頭的鬥志。

「我們本周六還要遠征日本北海道，和50歲以上的日本球友較量一下。」

54歲的「台灣無惑橄欖球俱樂部」會長金家瑞很朝氣地表示，他們一行47人將自費赴日參加第30屆日本「不惑橄欖球邀請賽」，跨足國際、以球會友。

「臺灣無惑橄欖球隊」成立於去年9月，目前會員大約70餘人，年齡都在50歲以上，其中超過70歲以上有4人，名稱仿效日本自球場退休之同好

以「不惑」之名組成，像日本東京「不惑」、大阪「惑惑」、福岡「迷惑」等俱樂部。

「別看我們都白髮蒼蒼，只要一聽到哨音響起，每個人都血脈賁張。」聊到每周末在百齡球場練球的情景，高中時曾是「黑衫軍」建中橄欖球校隊的金家瑞眉飛色舞地說：「雖然我們都已經50幾歲，但衝鋒陷陣的鬥志不輸年輕人。」

金家瑞目前是一家貿易公司老闆，會員來自各行各業有教師、醫師、教

授、藝術家、公司主管，他很自豪地說：「橄欖球出身的選手，出社會後都是企業主最愛，因為橄欖球員最有團隊觀念，又注重倫理輩分，最重要是體力比別人好。」

從高中時就迷上橄欖球運動的60歲張政漢，是隊中出名的硬漢，即使到耳順之年，抱球衝刺一點也不輸人，他自嘲擁有「橄欖球五段」身手，「因為手和腳一共斷過5次」。他呼籲喜歡橄欖球運動的銀髮族，走出戶外參加這個對身心很有意義的俱樂部。



訓練菜單 長跑5km+重量

【記者林以君／台北報導】這群年紀早已超過「四十不惑」之年的橄欖球員，不是和你開玩笑，他們本周六遠征日本北海道之行的訓練菜單一點也不含糊。

在「無惑(muwaku)」橄欖球隊留言板是這樣記載的：「離出國比賽只剩一個周日可以練習團隊默契，其他就只有自我要求。」

怎麼要求？訓練菜單是這樣的：「心肺功能、肌耐力、爆發力，5km長跑，重量（訓練），上、下半身，核心肌群，200m衝刺。」

大家還相互提醒，「十月的北海道天氣已有秋意，日夜溫差大，球場邊氣溫也較低，務必注意保暖。」年紀一把，賽程也和正規15人制一場打80分鐘不一樣，「可能是打一場，約20至25分鐘，休息一陣子，再比賽，外套、長褲、帽子、軟底球鞋，甚至穿在球衣內的內衣，最好都準備。」

另一隊員看來「維修」後信心備增，他寫到：「感謝鑽石大手華陀在世，妙手回春，治癒本人肩胛頑傷，增加五年功力！」「現已大部翻修完工，必能以最佳狀況出國拿金牌！」

無惑橄欖球俱樂部周六將遠征日本，參加「不惑橄欖球邀請賽」，圖為團員林恩朋（前排左起）、會長金家瑞、前會長謝慶生、團員辛久銘與蕭寶雄（後排左起）、教練陳博釗、團員張政漢等。

記者林建榮／攝影

