

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 馬拉松 來源 自由時報 日期 98.9.28 版面 S三版

苗栗國際馬拉松

# 蔣文稱王 李筱瑜封后

〔記者龍柏安／苗栗報導〕2009苗栗國際馬拉松賽昨在雨勢中鳴槍起跑，超過7200位來自全國各地的長跑愛好者，齊聚在雪霸國家公園管理處，長跑名將蔣文率先以2小時29分47秒衝線摘冠，「女鐵人」李筱瑜則以3小時08分36秒稱后，兩人各領到10萬元冠軍獎金。

上午6時開跑的苗栗國際馬拉松，由於大會接駁車班次不夠密集，從4點多開始等車的蔣文，苦等到5時17分決定坐計程車趕場，他人剛要上車，大會接駁車才到。

直到5時50分，蔣文才抵達現場，來不及熱身換裝，他趕緊鑽進人群中，往起跑線靠近，突破萬難擠到第一排。

「我在車上穿好短褲，順便拉筋。」蔣文笑說，馬拉松不像短距離衝刺，反正距離長，前幾公里就當熱身。但比賽恰巧碰上大雨，他則一派輕鬆表示，這樣天氣才涼爽，跑起更舒服，差別在於回程腳比較重。

蔣文出發後與鄭子健互探虛實，20公里後，蔣文甩開對手獨自領跑，「我只在15公里碰上一次撞牆期，

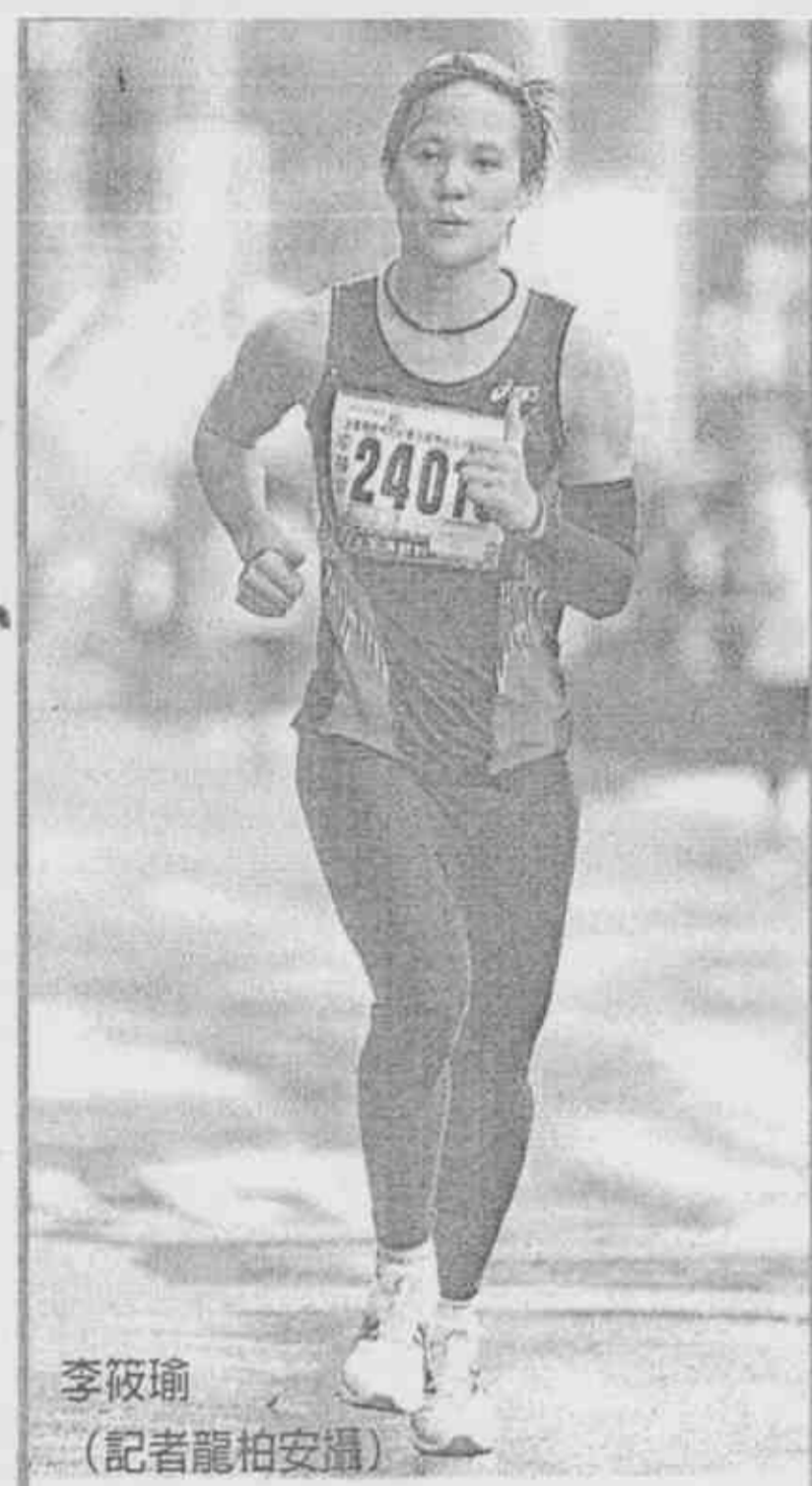
還有最後7公里的逆風坡道才感到吃力。」

排名第二的鄭子健，因左腳踝受傷，連續3週走路都「跛腳」，為了參加比賽，他前往醫院打了一針「玻尿酸」止痛，「沒辦法，全運會快到了，沒法練習又不能比賽，總不能打類固醇吧。」

女子組冠軍李筱瑜，出發後就獨自領先，經折返點後已領先排名第二的選手1公里，輕鬆奪冠，「跑起來很順，我以為成績能進3小時內，沒想到差這麼多。」李筱瑜說。



蔣文  
(記者龍柏安攝)



李筱瑜  
(記者龍柏安攝)

## 專注練跑

### 大學唸成馬拉松

雖然大學就念了7年，但蔣文希望，在2年內要把碩士文憑拿到手，只是他在人生的賽道上，要把過去落後的進度一次追上，卻苦了身旁的女友。

「嚴格來說，我大學只念了6年，因為有1年因腳傷休學。」蔣文解釋，時間會拉這麼長，是因為他想專注在訓練上，學分修得很零散，才拖了這麼多年還沒畢業。

蔣文目前就讀台灣體育學院競技所2年級，明年暑假，他希望順利交出論文，並考取教育學程，為此他將訓練量減半，把大部分時間用在論文資料收集上。

蔣文這次來參賽，讓女友娃娃很擔心，「我以前也是長跑選手，瞭解訓練不夠信心就會不足，我最怕他會坐救護車回來。」

昨天蔣文奪下苗栗國際馬拉松男子冠軍，沒讓女友擔心成真，最後40公里，他錯過水分補給站，只好伸出舌頭接雨水解渴，他說：「喝起來好鹹，沒什麼用。」此時旁人提醒他，會不會是喝到自己汗水，他才恍然大悟，「對喔，雨水怎麼會是鹹的。」 (記者龍柏安)

## 挑戰長跑

### 比賽當打工旅行

從昨天開始，連續3個星期天，李筱瑜都要參加馬拉松賽，她不在乎體能的負荷，只在乎能否「玩得盡興」。

李筱瑜是杜哈亞運鐵人三項國手，不過，近2年她不再參加鐵人賽，反而積極挑戰馬拉松，她說：「比鐵人光是運車就很煩人，馬拉松只要背上包包就能出發，輕鬆多了。」李筱瑜下週將前往台中角逐舒適跑台灣大道馬拉松賽，接著再去日月潭，她笑說：「對我來說，比賽就像旅遊一樣，反正不出門也得練習，還不如出來到處走走玩玩。」

李筱瑜透露，不再參加鐵人三項的主因，其實是獎金太低，「有些比賽獎金甚至跟報名費一樣多。」她抱怨比賽這麼辛苦，結果只領到微薄獎金，扣掉交通、食宿等費用，還要自己倒貼，很不划算。

「萬一腳踏車有零件壞掉，那虧更大。」李筱瑜強調，有次比賽中，自行車的變速把被撞斷，讓她損失慘重，既然自己就是愛運動，能出來「打工」順便玩樂、訓練，「這樣不是很棒嗎？」李筱瑜說。

(記者龍柏安)