

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 鐵人三項 來源 聯合報 日期 98.10.12 版面 八版

運動比較重要

小三鐵人：NO電視 NO速食

【記者楊育欣／台北報導】百事特杯小鐵人賽小三女子組冠軍蕭涵仔，由於從小學一年級起跳級參賽，成績斐然，儼然成為國內小鐵人圈名人，而這一切得歸功老爸鐵的紀律。

這項比賽昨天在北投國防大學政戰學院舉行，總計七百五十位九至十五歲小選手參賽；國小組游泳為兩百公尺，自由車五公里，最後路跑一點二五公里。蕭涵仔以十八分五十六秒抵達終點，爸爸蕭吉和立刻衝上前擁抱。

鐵人三項冠軍及去年全國小鐵人季軍；她第一、二次都是跳級參賽，也不符合競賽規定國小三年級起才能參賽，是大會破例讓她參賽。

「我們家沒電視也沒報紙，我也不希望她像其他同年齡孩子沉迷電玩、網路或偶像劇。多出來運動比較好啦。」蕭吉和說，由於運動能活化腦部細胞，「我覺得運動比念書重要。」

蕭吉和是送貨司機，自己也玩鐵人三項，成績在業餘同年齡組排名約廿名之內。假日他常和家人到戶外運動。

「她由幼稚園大班參加游泳班開始基礎訓練，小一時覺得身心都準備好，就開始參加小鐵人。」蕭吉和說。

女兒也反抗過，但「我告訴她，『你現在就生長在這種環境。』我和她好好溝通，基本上是恩威並濟，希望培養她成為未來選手。不過路很廣，還是要看孩子怎麼樣選擇。」

除鐵的紀律與愛的教育，蕭爸爸強調平常也不讓女兒吃速食，「偶爾獎賞一下，但真的能不吃就不要吃，我們慶功宴都吃火鍋。」

紀最小的選手。

他笑說，嘉家小五時奪下台北市師生杯路跑冠軍，「但我那時候沒有想讓嘉家練鐵人三項，尤其是練自由車，因為我最清楚騎車是件很危險的事情。」張勝凱是一九八八年首爾奧運的自由車國手。

張勝凱說嘉家從小就喜歡運動，不須強迫，「小孩子玩得開心最重要，至於目標，慢慢培養吧；當然還是會期待她成為選手。」

即使對老爸最擅長的自由車，還不是很熟練，張嘉家靠著游泳與跑步拉開和其他選手的差距，以四十二分十九秒完賽，領先第二名成績超過兩分鐘。

「三種比較起來，我還是比較喜歡游泳，跑步可能是最後一項關係，很累。不過下次如果有機會，還想參加小鐵人。」張嘉家攤開雙手，頭銜賽道震盪下，手掌已經起水泡，「其實沒有表現得很好，希望下次會更好。」

國女組 鐵人賽初體驗 國手女奪冠

百事特杯全國小鐵人賽，名將之後張嘉家初次參賽就拿下國女組第一名。

圖／楷模公開提供

