

(九十) 列系載連

# 吳數德 56公斤級首位金舉人

記者 羅宏仁 / 特稿

隊首度在奧運舉重項目奪金紀錄。

華。



一九八四年洛杉磯奧運吳數德代表大陸，以總成績二六七·五公斤，首度在奧運男子舉重項目五十六公斤級奪下第一面金牌，這也是兩岸中國人到目前為止，在該量級唯一的一面金牌。

吳數德當年二十四歲，之前已三度刷新舉重世界紀錄，六度打破世界舉重青年紀錄。他是第一個在世界舉重錦標賽得到金牌的大陸選手，並曾連續四年當選為大陸的「十大傑出運動員」，在大陸的知名度僅次於跳高選手朱建。

出身工人家庭，體型瘦小的吳數德中學一年級時，受到體校教練賞識開始接觸舉重。一九七七年加入廣西舉重集訓隊，由楊國榮、肖明祥指導。

大陸在洛杉磯奧運男子舉重項目，由曾國強、吳數德、陳偉強和姚景遠分別奪下第一級五十二公斤到第四級六十七·五公斤四面金牌，創下大陸



吳數德以「重複訓練法」進行訓練。每天舉起的重量總和達三萬公斤。手臂練痠了就換練腿力，腿站累了就再換成躺著練手。藉著頑強的意志力與拚勁，吳數德多年的苦練終於在洛杉磯實現奧運奪金的理想。