

國立台灣體育專科學校圖書館剪輯資料

分類：田徑 來源：民生報 日期：850422 版面：三版

推展競走全民運動

陳躍玲示範繞行 健身好方法

記者 陳建任／報導

●曾獲一九九二年巴塞隆納奧運競走項目金牌的大陸名將陳躍玲，昨天應邀在新竹市立體育場進行示範表演。她希望國內加速推展競走運動的腳步，引進優秀教練，培養選手進軍國際，進而將競走發展成全民運動。

陳躍玲的競走示範，是在慶豐集團運動大會上進行，她以競走標準姿勢先獨自走上一百公尺，詳細解說規則及要領後，再帶領慶豐集團協理以上幹部，以競走方式繞行運動場一周。

陪同她一起到新竹的包括紀政及全國女子馬拉松紀錄保持人蘇子寧等人，陳躍玲預定今天離台。

在示範後的記者會中，陳躍玲指出，東方人體格較小，走路頻率快，因此在發展競走運動上，占了極大優勢，台灣應

及早訓練「苗子」，以爭取佳績。

她認為台灣在發展競走運動初期，可引進大陸知名選手擔任教練，由他們來選才，不過競走需要極大耐力，因此選手來源最好是農村小孩。

陳躍玲並建議本地民眾以競走作為瘦身的方法，她指出，競走是一項很好的全民運動，不用花很多的錢即可達到健身及維持身材的目的。

她並述說，八七年破世界紀錄後仍天天苦練、不以為滿，經常磨破鞋子，皮肉和襪子粘在一起，必須以水清洗才能分離，說明唯有毅力加耐力才能出人頭地。

慶豐集團運動會昨天上午在新竹市立體育場舉行，近萬名慶豐集團旗下公司的員工，從各地趕至新竹，在強風吹拂中展開比賽。