

# 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 田徑 來源 聯合晚報 日期 98.12.20 版面 B一版

## 十項全能 廖子祥破大會

【記者喻文玟／台中報導】師承台灣十項全能運動員古金水，台中市忠明高中體育班廖子祥今年參加全市運動會混和運動項目，以5429分奪冠，打破5180分的歷史紀錄；大會表示，上次破紀錄年份已不可考。

廖子祥是單親家庭的孩子，母親照顧三姊弟，國小他就喜歡體育，國中因為母親工作加上熱愛運動，他轉學讀過三光、大甲、東山3所國中，「國二轉學到大甲國中，是為了加入手球隊」。

手球曾經是廖子祥的最愛，卻造成他脊椎傷害；國三轉學到東山國中練標槍，以體育專長保送進入忠明高中，遇上了啟蒙他十項全能的教練古金水。「大膽、勇於嘗試、身手靈活」是古金水觀察廖子祥的特質。

古金水說，目前台中市十項全能運動的選手非常少；他訓練選手的方式是讓孩子多方嘗試，開發各運動單項潛能，例如跳高特別突出，全力栽培；他觀察，「子祥對十項全能每項都有興趣，也不排斥」。

廖子祥分享練習十項運動的甘苦，「撐竿跳最難，我只初學半年」，「助跑30公尺後插竿、起身跳躍，必須掌握竿子的彎曲度，太彎跳不過，竿子撐直才是最佳時機」，他為了訓練撐竿跳，每周一、四、五下午密集訓練；標槍則是他的強項。

廖子祥說，「感謝媽媽一路支持我對體育的興趣」；古金水和他亦師亦友，「比賽失利教練從不責罵、也不嚴苛，而是給予鼓勵和信心」；他談對未來升學之路的展望，「想讀體育相關科系，聽教練的建議和安排」。