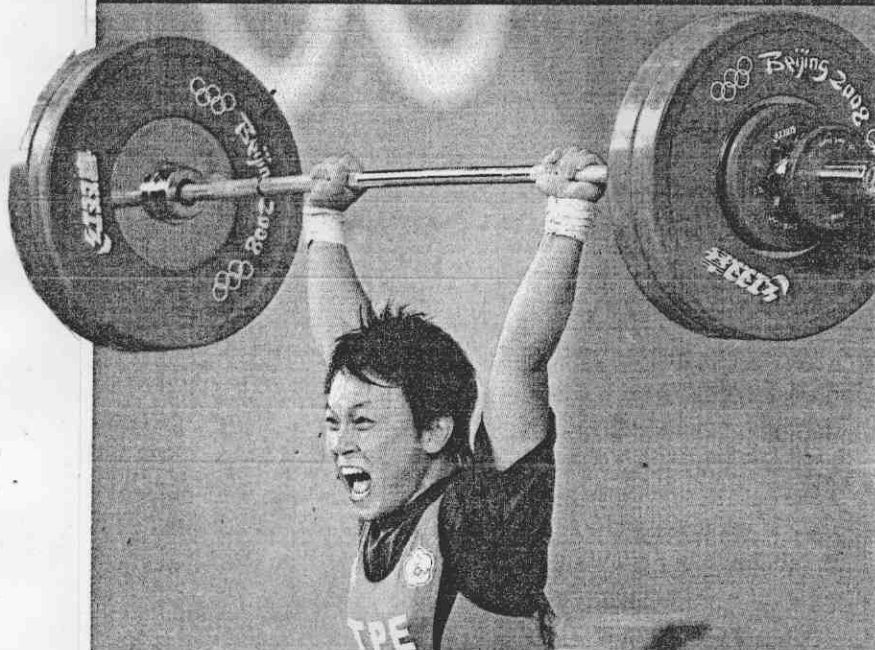


奧運 10 大語錄 10-4

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 奧 運 來源 自由時報 日期 97. 8. 27 版面 S 四版

盧映錡名言：「累不死，獎牌就是妳的！」



背景：國際賽戰績乏善可陳的盧映錡，第一次參加奧運就爆冷拿下女子舉重63公斤級銅牌，堪稱本屆奧運台灣代表團最大黑馬，苦練是成功的不二法門。

有「魔鬼教練」之稱的前泰國國家隊教練張嘉民，去年底臨危授命，接任總教練後，採取「魔鬼訓練」，不僅每天早起晨跑，每週還有3次的「超負荷訓練」

，一天下來要做足120組動作，槓鈴重量不斷往上加，加到極限再降下來。

盧映錡表示，有時候真的累得像條狗一樣，想休息一下，但教練都會說：「想休息就回去好了！累不死，獎牌就是妳的。」

每當練到身心俱疲時，這句「累不死，獎牌就是妳的。」總在盧映錡耳畔響起，也激勵她繼續咬牙苦練，完成奧運奪牌的美夢。

