

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 體育 來源 民生報 日期 90. 3. 07 版面 B4

鄭志郎 奧運奪牌、破全國好手輩出 打造屏東舉重王國



郭漢辰

● 舉重教練鄭志郎十多年來打造屏東舉重王國，不但訓練女將郭舜含在雪梨奧運破紀錄得銅牌，目前新一代的舉重好手郭淑貞等人，也開始在大型比賽露出鋒芒，鄭志郎表示，舉重選手只要努力訓練，都會有佳績。

在國內舉重界，提起屏東的「鄭家班」，可說是無人不知，鄭家班由班長鄭志郎，訓練出來的好手郭品君、郭舜含，都早已揚名國際舉重界。

以前也是舉重好手的鄭志郎，目前在屏東華洲工家擔任教練，並主持屏東縣舉重中心。鄭志郎說，他最早借用仁愛國小的小後方操場，後來在各界的支持下，舉重中心搬到中山公園一角，每天下午都有十多名選手到該中心練體重。他的要求很嚴

格，從舉重技巧、加強手腳肌肉力量開始訓練，每天都要練習兩個小時以上，讓選手都有最紮實的基本動作。

「鄭家班」班規嚴格，在舉重界人人知曉，尤其在高職階段，鄭志郎要求每個女選手都要理平頭，不但好整理，更能激勵自己的志氣，不過，等到選手進了大學，鄭志郎就會讓選手們自由留長髮，再也不要限制，而選手長大後，回到屏東還是會找鄭教練練習，回到老家格外溫暖。

除了第一代選手郭舜含、郭品君早已成名外，上周在全國舉重比賽，「鄭家班」的新一代選手，年僅十多歲的郭淑貞、盧苑宜開始加入奪金行列。郭淑貞（郭舜含的堂妹）、盧苑宜紛紛打破全國紀錄，其中盧苑宜更是以青少年跳青女級，一舉超越原有總和紀錄30公斤，已被列為不可打破的紀錄。鄭志郎表示，目前基層舉重運動十分熱門，青少年選手只要努力練習，都會有成就，希望選手們能保持這種衝勁，為國家創造最佳成績。

◀ 鄭志郎（右）十多年來打造屏東舉重王國。 記者郭漢辰／屏東傳真

