

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 鐵人三項 來源 民生報 日期 830519 版面 四版

《塞班島國際鐵人三項錦標賽》

## 余嘉禾

經驗、體能優於以往 勇奪第三名

記者 許瑞瑜／報導

●我國鐵人三項好手余嘉禾，十四日在塞班島國際鐵人三項錦標賽中，以三小時〇六分二十三秒的成績勇奪第三名，這是我國選手在國際鐵人三項正式錦標賽中所獲得的最佳名次。

這項比賽共有來自十個國家三百一十九名選手參加，競爭非常激烈，比賽結果代表日本參賽的美籍選手崔斯以兩小時五十五分率先衝抵終點，亞軍日本宮崎英也，成績二小時五十七分五十八秒，季軍我國余嘉禾。

塞班島國際鐵人三項錦標賽全程七十七公里，其中包括游泳兩公里，自由車六十公里以及跑步十五公里，這項比賽不設獎金，去年獲得第八名的余嘉禾係接受

➔在塞班島國際鐵人三項錦標賽勇奪第三名的我國選手余嘉禾。

美國大陸航空公司贊助，和李政伯一同前往塞班島參加角逐。

余嘉禾指出，整體而言，今年與賽者實力較強，競爭更激烈，游泳項目也由去年的一點五公里加長為兩公里，比賽當天，塞班島的溫度約在攝氏三十到三十五度之間，對於自己此次能將排名由第八名提升至第三名，余嘉禾認為是因為練習時間比去年多，加上累積多場國際賽經驗，對於比賽的節奏、體能的調整都明顯優於昔日所致。

為了角逐二十二日在墾丁登場的統一杯國際鐵人三項邀請賽，余嘉禾已於日前專程返國，目前寄住在彰化一名朋友家中，二十日將南下屏東熟悉場地，為尋求統一杯國內組三連霸作最後衝刺。

本報資料照片



## 超級戰士

歷來國際賽最佳成績

成績進步  
全靠苦練

●體型瘦小的余嘉禾是目前國內鐵人三項排名第一的好手，經過多項國際賽會磨練，無論是配速、體能都有長足的進步。

在游泳、自由車和跑步，余嘉禾最擅長長跑，游泳次之，至於自由車，因下半身肌力略遜，是較弱的一環。

目前旅居馬來西亞的余嘉禾近

## 統一杯鐵人三項22日登場

【本報訊】一九九四年統一杯鐵人三項國際邀請賽，二十二日將在墾丁國家公園登場，共有三百六十一人參加角逐，其中以甫在塞班島國際鐵人三項錦標賽中勇奪第三名的余嘉禾、以及前大陸亞運自由車「國手」趙焱最受

年來勤於練習，每天清晨六時練習兩個小時到三個小時的自由車，九點到父親經營的工廠幫忙，中午練習約一個鐘頭的路跑（平均一星期八十公里），晚上七時三十分再進行約三公里的游泳練習，假日則練習時間加長，日復一日，同時盡量找機會參加國際賽。

去年統一獲得國內組冠軍、總成績排名第三的余嘉禾表示，希望在今年統一杯再締佳績，為國人留住總冠軍杯，這是他目前最大的心願。

這項比賽鐵人三項部份共有三百零四人報名，另有十九組五十七名選手角逐鐵三角接力賽，其中以七十二歲的日本籍清水仲治最年長，年紀最小的是十六歲的何凱師、何凱璋雙胞胎兄弟。