



已不再支援「Adobe Flash Player」

**電子報專欄**

- 本期摘要**
- 校園焦點**
- 行政會報**
- 陽明訊息**
- 校園點滴**
- 課輔部落格**
- 捐款芳名錄**

**副刊專欄**

- 山腰電影院**
- 閱讀旅行**

**相簿集錦**

這是什麼？

相簿適用IE6, IE7, FireFox, Safari  
IE8請開啟「相容性檢視」瀏覽

發行人：梁 廣 義  
 總編輯：王 瑞 瑤  
 執行編輯：方 諾 姮  
 網頁維護：凱 笛 資 訊

**快訊**

【校園焦點】「98學年度教學優良暨傑出教師」頒獎典禮

**校園點滴****2010年椰林盃射箭賽記行**

- ▶ **比賽時間：**2010年12月19日
- ▶ **比賽地點：**國立體育大學（林口）

一年一度的椰林盃射箭賽，是由台大射箭隊主辦，全國數一數二的大專校際射箭邀請賽，此項賽事雖然在冬季舉行，但每年都能成功地匯集南北多校射箭好手同場競技，今年參賽人數多達一百八十多人，光是新人組就將近六十人參加。陽明射箭社成軍至今尚不滿一年，但經過一段訓練時間後，我們決定將今年的椰林盃，當作練習至今的成果驗收，也是我們射箭比賽的第一站。

賽前正好遇到一波寒流來襲，總是要頂著寒風練習，比賽當天，天氣已漸漸轉暖，但卻還是忍不住發抖，是緊張嗎？還是天氣太冷？

報到之後，公開練習緊接著展開。



平常我們只能躲在校園裡偏僻的角落孤獨地練習，少有於他校交流的機會，到了比賽場上，一百多人同時站在發射線上，可以感到一股專注力逐漸凝聚，接著，箭雨齊發，弓弦震動的聲音不絕於耳，這種臨場感豈是3D戰爭電影所能取代的震撼！

一直到比賽前，我們還因掙扎於系上考試，而疏於練習。加上校內場地限制，我們也一直未針對比賽的指定距離進行練習，直到比賽前一天，才勉強弄了一個二十公尺下坡的距離進行練習賽距的感覺。不過一站到比賽場上，視野開闊，靶似乎比練習時小了一點。

公開練習結束，接著舉行開幕典禮，比賽就正式開始了！

比賽故然緊張，但高昂的鬥志讓人充滿體力，足以專心做好每一次動作。不過他校選手表現得更為穩定，隨著排名賽的進行，我們和其他選手成績的距離也越差越大。成績結果出爐，社長皓升排名第20名，獲得晉級對抗賽的資格，其他社員則慘遭出局。

社長皓升雖然有幸進入淘汰賽，但幸運之神並沒有繼續眷顧我們，在第一輪就輸給了輔大的選手，未能再創佳績，僅以名列32強作收。

到了比賽場上，和其他選手比起來，才真正看清自己的不足，特別是許多學校成立「射箭校隊」，訓練的時數與密度皆非我們所能及，雖然老師安慰我們說：「比起別人設備齊全，我們不用瞄準器還能有這樣的成績，已經非常好了！」但我們心中明白，要達到更高的水準，得要付出更多的努力。

這次的比賽，給我們一次寶貴的學習經驗，過去只能在社課時學到的比賽制度、計分規則，藉著這次比賽得以親身印證，除此之外，能認識更多射箭愛好者，並交流不同的訓練方式，也是一大收穫。其他學校的



瞄準・專注- 晉級！32強淘汰賽



正式比賽前蓄勢待發

團結與向心力，更是我們可以學習的一點。

經過了這次賽事，希望未來能調整練習量，增強自己的體能，也能早點習慣30磅的弓，當比賽距離拉長，才發現30磅已顯出不足。自己平時也必須貫徹重訓和練習，調好自己的姿勢，把自己的集中性訓練出來後，才能早日提升自己的磅數。

射箭就是一項自我的運動，在比賽中不會輸給了對手，而是輸給自己的不足，嚴格要求自我才有機會超越。

<射箭社提供>

[←] 回上一頁 [◎] 回到首頁 [↑] 回到最上