

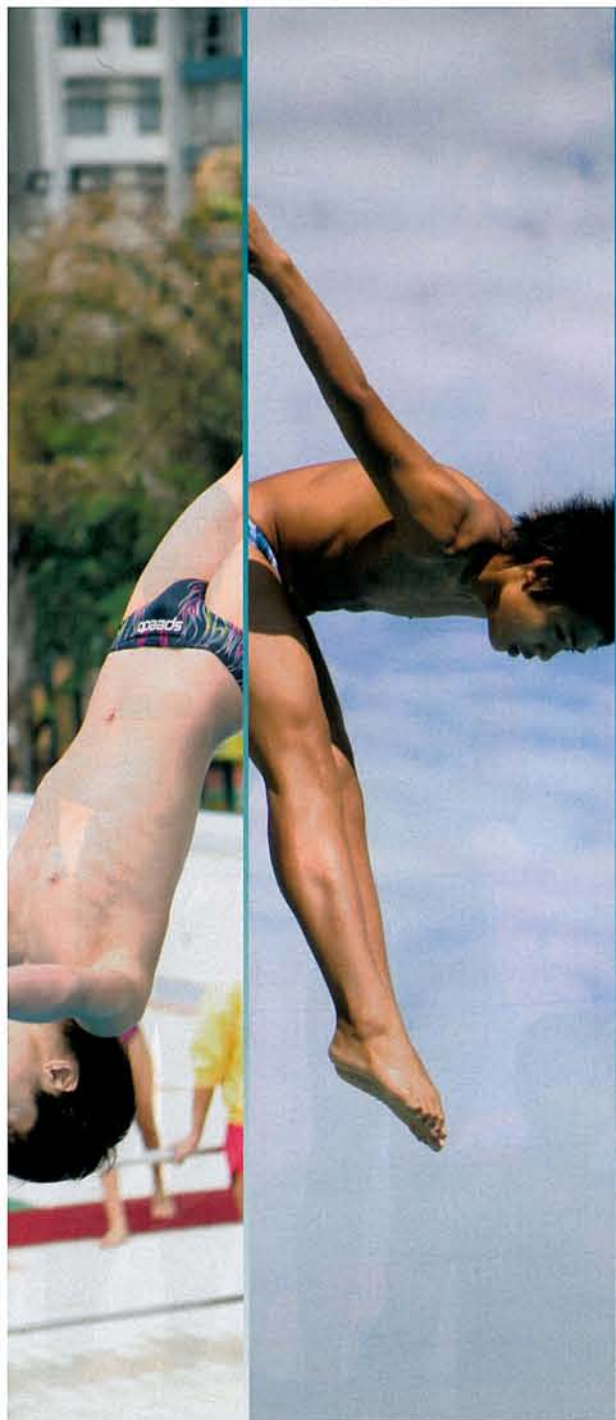
跳水，運動員，年青人，理想……在奧運完結、選舉完結、殘奧進行、學生開學這段期間，運動熱，仍在我們視線範圍內燃燒著。Milkshake 13 揭示有關跳水這項運動的 two sides of the same (similar) story：在香港，有「城東體育會—跳水理念」的四位焦點跳水運動員，如何在比返工更緊密的 schedule 下進行訓練。在日本，則有熊澤尚人執導改編自輕小說《DIVE!!》的電影《花樣跳水少年》(9月18日上映)，同樣的故事經 dramatized 後如何搬上銀幕。一項運動，兩種故事，虛實混合，但肯定能真確交差在兩者中間的，就是一種精神、一種對運動熱愛的堅持。潘偉程、周浩榮、李健龍、刁海怡、林遣都、溝端淳平、池松壯亮，7人可在同一平台上以跳水為主提而混為一談。上個月，你可以經高清台收睇兩個星期的奧運會及各項競賽節目，現在要你投資10分鐘時間去閱讀Milkshake跳水特集，絕對不會像你凌空翻騰三周半轉體抱膝大字型落地般為難！

Take a deep breath, and JUMP !



text ■ 大秀 photo ■ Tomm - 筆 design ■ 4th

SHAKE
milkshake



跳水少年有話說——分鐘自由講

年齡：16 • 起跳年份：2003年 • 重點成績：2007年香港公開賽、計分賽B組女子3米彈板冠軍 / 2007年澳門分齡跳水邀請賽A組女子跳台冠軍 / 2006年香港公開賽、計分賽B組女子1米彈板冠軍

刁海怡 我要挑戰



自小就懂得游泳的刁海怡，孩童時代眼見其他人在跳水上躍下便覺得十分好玩，於是自己也就跑去試跳：「由別人讚我跳得好開始，就開始接觸跳水這運動。」海怡認為，即使在別人眼中香港並未擁有能培養出優秀運動員的地方，但她堅信，只要堅持和努力互相配合仍然是有機會成功的：「看過今屆的奧運會時保特跑100米之後，見證他打破了人類認為沒有可能再快的短跑時間，令我頓悟到世上真是沒有不可能的事。」要讓自己不斷進步下去，才是最好的運動員。

年齡：16 • 起跳年份：2001年 • 重點成績：2008年中國上海全國青少年兒童跳水錦標賽男子少年組雙人3米彈板亞軍 / 2008年度香港分齡跳水錦標賽A組1米彈板、3米彈板第2名 / 2005-2007年度公開賽分齡賽及計分賽男團冠軍隊員

李健龍 我要克服



先在原地練習好動作繼而在泳池邊模擬一下，周浩榮想起，由最初在彈板上踱步至能駕御及跳出高難度的翻騰動作，絕對沒有 short cut 可言：「其實，非競賽性的話，人們其實可以跳水跳到90多歲仍可視之為運動的一種。」問到周浩榮的發展目標，他表示暫時仍是先想爭取在2009年代表香港出席東亞運動會，當然，最終目的是2012年倫敦奧運會的入場券：「能踏上最大的國際舞台競賽，肯定是每個運動員的夢想，我覺得這種感覺有點像在做 Show，更能激發起我的信心！」

李健龍說，首次踏足跳台的感覺是害怕，但當他躍身跳下去時，感覺就像懸浮半空那樣，非常刺激：「習慣站在高台以後，次而會害怕的就是大批觀眾的眼光。有時候，明明已把動作在腦海裡進行過一次，惟獨起跳前會突然一片空白」。這豈不是最容易出現意外的時候？「對啊，我試過三次在比賽中做翻騰動作時，頭後面碰到跳板而受傷。」危險以外，要兼顧學業實際上也不容易：「我不時要利用小息的時間去做功課，如果不善用空間的話，時間就明顯地不夠用啊！」



潘偉程 我要學習

年齡：17 • 起跳年份：2001年 • 重點成績：2008年分齡賽A組及計分賽、1米彈板冠軍、3米彈板冠軍及男團冠軍隊員 / 2007年公開賽、分齡賽A組及計分賽、1米彈板冠軍、3米彈板冠軍及男團冠軍隊員 / 2005-2006年度香港公開賽、分齡賽及季軍賽男團冠軍隊員



周浩榮 我要爭取

年齡：15 • 起跳年份：2002年 • 重點成績：2008年中國上海全國青少年兒童跳水錦標賽男子少年組雙人3米彈板亞軍 / 2008年度香港分齡跳水錦標賽B組跳台、1米彈板、3米彈板冠軍 / 2005-2006年度香港分齡跳水錦標賽C組1米彈板、3米彈板及跳台冠軍

跳水少年——Reality Check

之前，筆者想問各位一個問題，希望能藉此機會，把這困擾內心良久的疑問，重新再詢問一下讀者，自己，務求覓得合理答案。好了，我的問題是：為什麼香港運動員每每參加國際賽時、落敗時（先以舉以速度計時之賽事為例），旁述員總以：XXX選手已做出了打破香港紀錄的成績！噢？不好意思，我該紀錄在國際賽事上究竟佔一個怎樣的地位？怎樣的 standard？為何代表香港出賽的運動員要以新的紀錄為大前提而不是跟其他國家爭一日之長短？「城東體育會——跳水理念」的教練 Gordon（陳國強）由基層起搞體育搞訓練，原來亦與商業社會一樣，要出盡法寶讓初來涉到的小朋友在學習/練習，才是發展體育事業的上策：「要將流失率降低，才是最重要的部分。」對的，所以我們別看小最近長率下降等這些新聞，因為，只要你細心想一下，要是連一小部分的人也留不下來，沒法 keep them 話，將來就連要打破香港紀錄也難過登天，邊得可以打破的都是向低下滑的紀錄。眼前坐著4位跳水潘偉程、李健龍、周浩榮及刁海怡，他們是每天都跟時間競賽的香港運動員，要在一天時間裡讀書練步，去挑戰及創做一些或許對我們微不足道的紀錄。但當你聽過他們為了要繼續自己這理想而作出犧牲的話，也許，我們也同樣慨嘆：「為什麼他們得不到更多的支援呢？」好了，時間寶貴，就給他們每人一分鐘，好讓他們訴說一下自己的感受……



可愛的 Keith 今年六歲，他是家人經過網上搜尋而找上學跳水的。Gordon 說他除了年輕及可愛之外，特點就是大膽！



吳國棟 Gordon Ng

教練的話——要讀書

「就香港而言，跳水的競爭性並不大，因為參與的人相對較少，但我們的目標是放在亞洲區的比賽上。」Gordon 說，「我們與家長的計劃，最終不是亞運亦非奧運，而是希望他們（學員）能夠有機會去參加大學生運動會。」他強調，學業，尤其大學學位對他們未來的發展有著很重要的地位：「就潘偉程而言，只要他能夠在未來兩年保持現時的水準，加上在 TOFEL 試上得到好成績的話，有很大機會能爭取美國大學的 full scholarship 出國進修。」Gordon 強調，大學程度的教育才能反映出一個學生的紀律、毅力及自我管理的能力：「沒有大學畢業，在這社會上就失去了大部份競爭力。」



milk

9 771692 825014
逢星期四出版 1期2頁 HK\$15
11092008
373
www.milk.com.hk

世界預防自殺日 特集

MERRY ME (FROM)
應援術

IS 英倫獨家專訪

ake 13 - 跳水少年 Diving Spirit

「蒼蒼」超限量上架

樂 ONE-MAN-SHOW