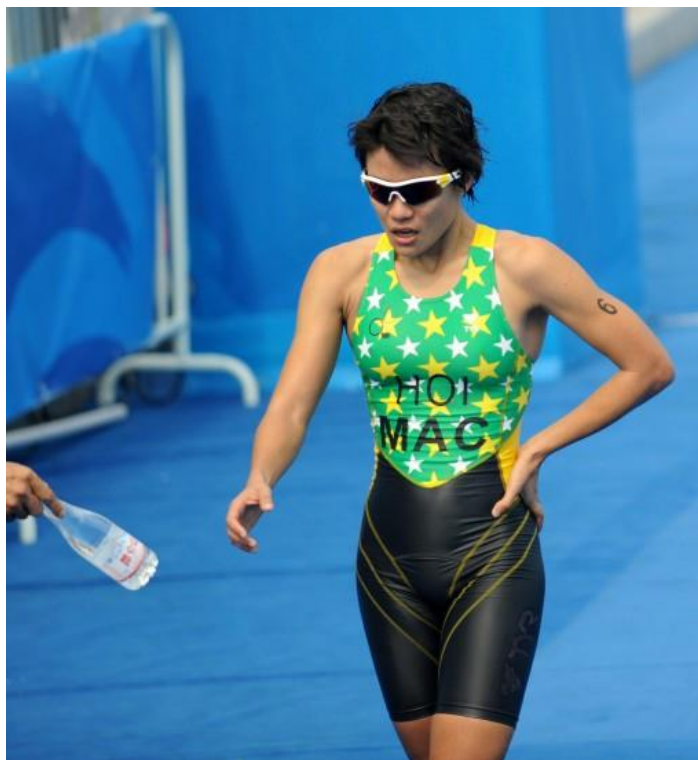


20. 聽障不阻堅持 澳門鐵人三項運動員

五個月大因醫生失誤導致與聲音無緣，樂天的許朗未有自怨自艾，憑自身努力及媽媽支持，透過運動，演繹《聽不到、捉得到》的樂天人生。在鐵人三項闖出一片天的許朗，獲得外界讚許和肯定，贏得寶貴友誼的同時，性格、做人處事方式改變不少。性格開朗、活躍的許朗憶述：“以前幾怕羞，不懂與他人溝通，九年的鐵人三項生涯改變很多，做人有目標及自信，懂得分配時間，變得大膽及外向。運動改變了我，我感激運動。”

成功非僥倖，踏足鐵人三項的許朗不時自行鍛練，大學畢業隨日藉教練安藤健太展開系統訓練，現時每週維持十一課，週六、日會練足四、五小時。活力無限的許朗未“呻”辛苦，直言要“玩”到老。運動員生涯有起有落，許朗曾遇上“瓶頸”，無論如何努力，成績總是毫無進步。獨立的她選擇自行解決：“多上網、看書，參與各地選手在相同情況的解決方法。始終教練祇可在技術及速度上作指導，走出瓶頸，需要自己突破心理關口。”

鐵人三項運動在澳門“植根”多年，發展一直受到限制，女子運動員人數寥寥可數。出外參與國際大賽，經常祇有許朗一名女選手：“一個人去比賽都幾悶，希望有更多女仔一齊參與，有人並肩作戰。可惜，很多年輕運動員唔捱得，一辛苦就放棄。其實只要堅持，總有成功一天。”



(澳門體發局)