

游泳高手在武漢

壹、 個人簡介:

姓名:林郁嘉

性別:女

興趣:游泳、聽音樂、騎單車

個人特質:活潑樂觀、有點害羞的小女生

個人歷年最佳成績:

106 年桃園市運動會國女組 蛙式 50 公尺 第一名

106 年桃園市運動會國女組 蛙式 100 公尺 第一名

107 年桃園市中小學聯合運動會國女組蛙式 100 公尺
第一名

107 年桃園市運動會國女組 蛙式 100 公尺 第一名

Q&A

Q1:為何選擇游泳之路?

我會接觸到游泳，應該就是因為大阿姨的關係吧！

在我小學一年級的時候，大部分的時間都是由大阿姨接送，那時候只有星期二是整天，其他都是半天，功課寫完就沒事做了，剛好大阿姨要學游泳，就跟著一起學，不知不覺就愛上了游泳，進而在小二時參加了泳隊。

Q2:在學習游泳過程中，有遇到什麼挫折?又是如何調適過來呢?

做任何事情，難免會遇到一些挫折，我也在訓練時遇到許多挫折與瓶頸，像是秒數怎麼游就是游不到、沒有拿到理想的名次，這些都使我對自己感到失望。我覺得是來自父母、教練、和好朋友的 support 與鼓勵，讓我可以堅持下去。

Q3:訓練和課業是如何分配呢?

升上了國中以後。課業繁忙，訓練的時間與補習的時間會衝突到，我也是盡了一分苦心才慢慢調適過來的。

Q4:哪一場比賽讓妳感到非常有成就感?

去年十月我代表桃園市參加全國運動會，雖然沒有進入最終決賽，也算是完成我在小學所立下的短期目標。有了這次全國賽的經驗，我將重新訂定我的訓練目標，我希望我國中最後一年 200 蝶式最佳成績能躍進全國前八強，我也以此當目標積極努力接受更艱苦的訓練，請大家為我加油!!

Q5:這一路走來妳最想要感謝的人是誰?

是媽媽因為當我游泳的成績達到門檻時，媽媽就會給我一些零用錢視為獎勵。媽媽給我鼓勵與支持，也非常感謝教練細心的教導與照顧。

