

【台北田徑賽】世青資格提早到手目標放更遠 盛楚殷攻 14 秒大關瞄準亞青決賽

2018 年 05 月 28 日 02:57 am

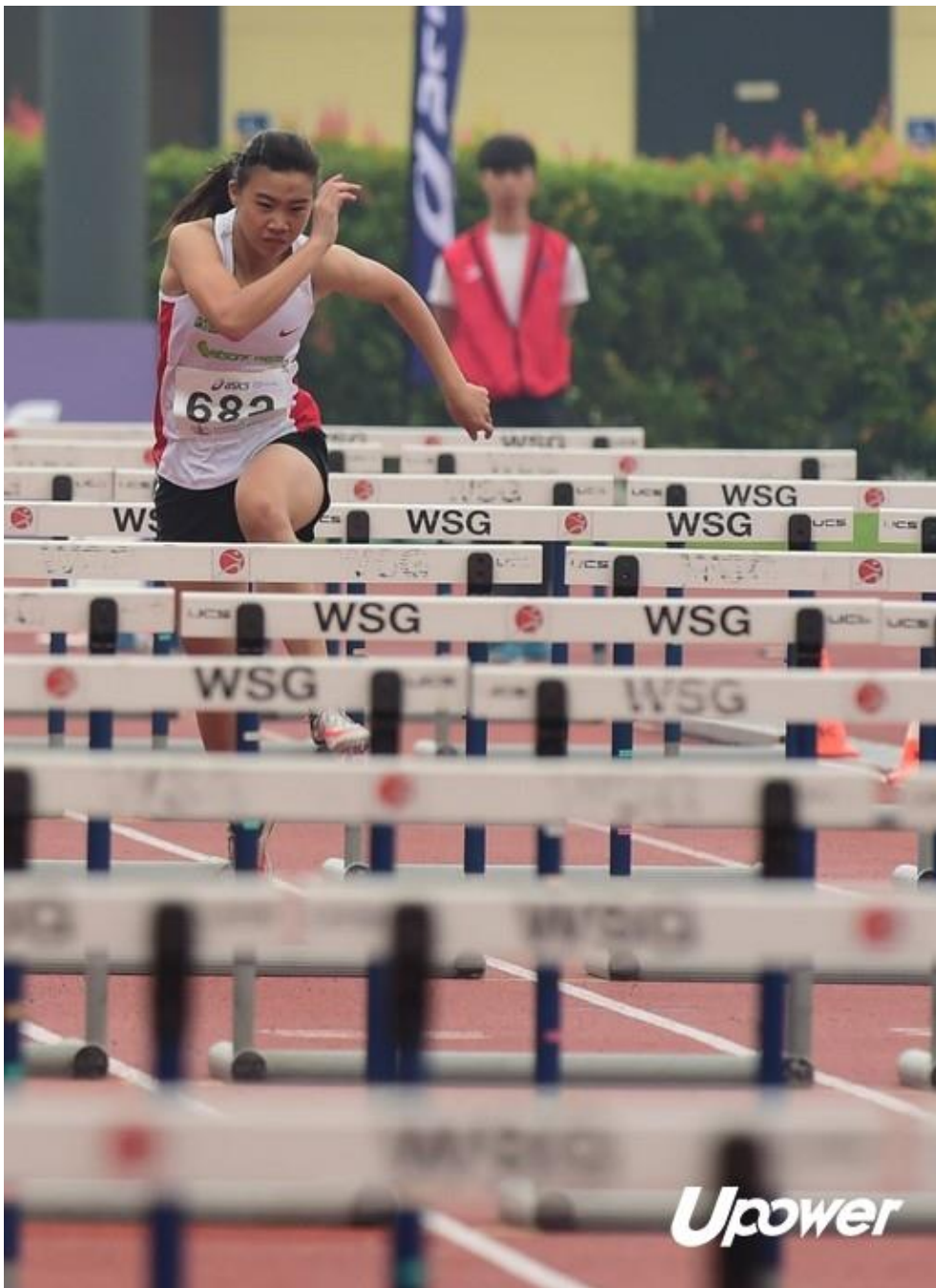
馬菲爾 @ UPower

天水圍循道衛理中學中五學生盛楚殷，係香港目前唯一達到田徑世青賽參賽標準既選手。學界精英賽、全國少年賽、世界中學生運動會，天水圍循道衛理中學的中五生、現役香港田徑隊女子 100 米欄選手盛楚殷在 1 年多的時間裡贏過全港、全國以至世界級比賽，上年參加過田徑世少賽的她，上周五（5 月 25 日）在台北國際田徑公開賽達到今年世青賽參賽標準。達標比計劃中來得更早，也令其下月出戰亞青賽的目標放得更遠——嘗試爭入決賽，而盛楚殷往後也將努力攻克 14 秒的關口。



盛楚殷 本網記者攝

在台北公開賽收穫 1 金 5 銀 2 銅的港田徑隊周日（5 月 27 日）返抵香港，傳媒焦點放到「跳高女神」楊文蔚與「欄王」陳仲泓身上，領隊楊世模也不忘說：「楚殷是我們目前唯一達標出戰世青賽的選手，大家給她一點鼓勵。」在世中運奪金後，**盛楚殷**面對的是由矮欄調整到亞青賽、世青賽的欄高，適應感覺是台北之行的目標，意想不到的是在亞青賽實現達標出戰世青賽的想法，卻提早在台北公開賽完成，接受本網訪問時，這名學界好手兼港隊代表笑了笑：「當日我也是跑完回到看台，教練才告訴我已達標。」



資料圖片

在女子 100 米欄初賽前熱身、試欄時，教練已跟盛楚殷說狀態好好，倒是她在場上沒有特別感覺。「就是享受比賽，不過，跑到後半程確比想像中好。」也因為亞青賽的目標提早達成，她說屆時壓力會更小，更可將目標放高一點：「想將最佳時間推得更快，在亞青賽嘗試入決賽。」



盛楚殷(右) 資料圖片

6月的亞青賽、7月的世青賽，盛楚殷未來2個月都要出戰國際大賽，尤以世青賽水平最高，不但是因為其他選手年紀比她稍大，更因對手實力、技術、心態比去年出戰的世少賽更強，她說能在青少年運動員時代能參加過世少、世青賽是自己的幸運，但更需要在大賽學習。「可以參加已經好開心，此前的大賽都把握機會學習、汲取經驗，世青賽也如是，即使是其他選手的熱身動作，都已足夠讓我好好參考。」

她說，餘下時間還要跟教練討論及翻看比賽影片以改進缺點，尤其是後半程耐力不足、比賽中段加速的能力都尚待提升。「這次在台灣跑1407是個人最佳成績(PB)，是滿意的，但都想將PB推前到14秒內，要做到我就要加強耐力、過欄速度，訓練上要多跑長距離。」