

# 南華運程季刊資訊

出版單位/南華大學運動與健康促進學士學位學程  
出版人/許伯陽  
編輯小組/盧珮嘉、梁嘉展、蔡宜婷  
地址/嘉義縣大林鎮南華路一段 55 號  
電話/05-2721001  
Email/pyhsu@nhu.edu.tw

南華運程季刊資訊為「南華大學運動與健康促進學程」之刊物，三個月一期，主要內容為學生運動表現、產學合作、健康促進、運動新知、人物介紹與學生活動等，本期為 107 學年下學期(3 月~6 月)內容，歡迎賞析!

1、頭條一:本校 108 年全大運榮獲校史最佳成績與相關報導...P1、P2

2、頭條二:本校足球隊首獲 107 學年大專足球聯賽公開一級季軍...P3

3、頭條三:本校棒球隊首獲 107 學年大專棒球聯賽公開一級殿軍...P4

4、人物特寫:足球隊盧安、馬努埃爾與健身教練楊博翔專訪...P5

## 爆賀 108 年全大運本校運動代表隊 榮獲校史最佳成績 1金2銀1銅

南華大學運動代表隊在 108 年全國大專運動會中，獲得 1 金 2 銀 1 銅 1 五 2 七 的佳績，為創校 23 年來最為輝煌的成績表現。

108 全大運於鄰近的中正大學舉辦，本校派出 8 男 6 女共 14 位選手，分別參與田徑(1 萬、五千、鐵餅與跳遠)、跆拳道、柔道、空手道與木球等項目。其中，旅遊二年級莊曜銘獲得一般男生組田徑 1 萬公尺金牌(校史第一金)與 5 千公尺銀牌；資科進學班一年級許哲維獲得一般男生組鐵餅(2Kg)銀牌；運動學程一年級鍾昕潔獲得公開女生組跆拳道對打 62 公斤級銅牌(校史公開組第一銅)；運

動學程二年級張茗豐獲得公開男生組木球球道賽第五名；運動學程二年級許育瑄獲得公開女生組柔道第四級第七名；企管系研二歐柏霖獲得一般男生組空手道個人對打第一量級第七名；另外傳播系四年級周柔秀獲得一般女生組第四級第四名因人數不足不列入正式成績。

在總成績部分，本校獲得田徑團體錦標一般男生組第五名成績，其次在全國 157 所大專校院中總成績排名 63 位，嘉義地區排名第二，僅次於主辦學校中正大

學的 7 金 5 銀 10 銅，優於嘉義大學的 1 銀 7 銅。姊妹校佛光大學排名 138 名(跆拳道兩個第五名)。(許伯陽/運動學程)

南華大學 108 年全大運大放異彩

南華大學 108 年全大運成績公告統計

田徑	莊曜銘	一般男子組 10000M	金牌
		5000M	銀牌
跆拳道	許育瑄	公開女子組 第四級	銅牌
木球	張茗豐	公開男子組	第五名
柔道	許育瑄	公開女子組	第七名
空手道	歐柏霖	一般男子組 第一量級	第七名

序號	日期	項目名稱	單位	參賽者	成績	名次	備註
1	04/28	一般男生組田徑 10000公尺	南華大學	莊曜銘	34:48.90	1	
2	04/30	一般男生組田徑 5000公尺	南華大學	莊曜銘	16:50.98	2	
3	04/28	一般男生組田徑 鐵餅(2Kg)	南華大學	許哲維	37.47	2	
4	04/29	公開女生組柔道 第四級	南華大學	許育瑄		7	
5	04/29	一般男生組空手道 個人對打第一量級	南華大學	歐柏霖		7	
6	04/30	公開女生組跆拳道對打 62公斤級	南華大學	鍾昕潔		3	
7	04/30	公開男生組木球 個人球道賽	南華大學	張茗豐		5	

## 副題一 全大運田徑一萬公尺金牌-莊曜銘 校史第一金

南華大學過去在全國大專校院運動會中最佳成績為 104 年空手道男子組王碩鶴的銀牌，終於在創校 23 年的今日，在 108 年全大運中，由旅遊系二年級莊曜銘同學拚得田徑一萬公尺一般男子組的金牌，創校首金，可喜可賀!



莊曜銘同學去年在 107 年全大運中即展現長跑潛力，獲得一萬公尺與五千公尺的雙第八名，當時就以今年奪金為目標展開訓練，我們結合教練、訓練、比賽、運科與身體監控等，達成成績提升兩分鐘的目標，由 107 年的 37 分 36 秒 15 提升到 108 年的 34 分 48 秒 90，這 2 分 48 秒的進步成績實實在在是由本校適才並投入資源才獲得的成果，更是難能可貴!

本次比賽的過程高潮迭起，特別是和銀牌中央警大顏士富的競爭最為精采。一萬公尺跑 25 圈，曜銘在領先集團維持一圈 84 秒左右的配速，前半段領先者是台灣大學許俊傑，曜銘與顏士富緊追在後，直到倒數第 12 圈時，曜

銘率先起車領跑，顏士富緊追其後，倒數第七圈時，顏士富衝至第一，但曜銘緊跟其後，直到最後一圈約剩 250 公尺時，曜銘和顏士富差距拉開到 3 個人的距離，最後 200 公尺時，顏士富不小心踢到內道的邊緣石，速度稍微慢下來，曜銘才追過顏士富，從而領先至終點，最後三圈左右的配數都不到 80 秒一圈，最後一圈甚至到 69 秒，可見競爭之激烈程度，最後兩



銘率先起車領跑，顏士富緊追其後，倒數第七圈時，顏士富衝至第一，但曜銘緊跟其後，直到最後一圈約剩 250 公尺時，曜銘和顏士富差距拉開到 3 個人的距離，最後 200 公尺時，顏士富不小心踢到內道的邊緣石，速度稍微慢下來，曜銘才追過顏士富，從而領先至終點，最後三圈左右的配數都不到 80 秒一圈，最後一圈甚至到 69 秒，可見競爭之激烈程度，最後兩

銘率先起車領跑，顏士富緊追其後，倒數第七圈時，顏士富衝至第一，但曜銘緊跟其後，直到最後一圈約剩 250 公尺時，曜銘和顏士富差距拉開到 3 個人的距離，最後 200 公尺時，顏士富不小心踢到內道的邊緣石，速度稍微慢下來，曜銘才追過顏士富，從而領先至終點，最後三圈左右的配數都不到 80 秒一圈，最後一圈甚至到 69 秒，可見競爭之激烈程度，最後兩



## 副題二

## 南華大學校史首面全大運公開組獎牌(跆拳道 62 公斤級銅牌)-鍾昕潔

**本校**於103學年開始招收運動績優生，也就是從103學年開始，本校才開始有公開組的選手參與比賽。而時隔五年，就讀本校運動學程一年級的跆拳道鍾昕潔同學，率先於108年全大運跆拳道62公斤級比賽，獲得銅牌，為校史第一面公開組的獎牌，全校同賀！

鍾昕潔表示，今年全大運會拿銅牌是她自己意料之外的事情，透露說會拿銅牌可能是因為籤運算好，非常的謙虛。跆拳道比賽為雙敗淘汰賽制，比賽輸一場即落到敗部，而敗部僅能爭銅牌，鍾昕潔第一場遇到國北教大的選手，前面領先對手但不料三局不小心被對手踢到頭得分，以同分的狀況下進入驟死賽，鍾昕潔說到在驟死賽的過程中她很幸運感應器有感應到得分，所以她獲勝晉級。第二場遇到



東華大學的國手，而鍾昕潔自己表示那場她表現的並不是太好，因為對手力量強、身材高只從對手身上拿下兩分而輸掉那場，所以跟中正大學的一名選手並列第三。

鍾昕潔是位自律甚嚴的選手，上課準時從不翹課，訓練全年無休，有好成績是有目共睹絕無僥倖地。她說在練習的過程中有遇過低潮期，但也因為這樣她最感謝一路陪伴她的隊友，學長姐及教練，因為這樣使她走過低潮期，而昕潔也坦言因為一個禮拜每天都在練習只有重大節日或是家裡有重大事情才能休息，也因為這樣太累有想要放棄過，她卻還是會想在努力堅持一下在場上就有更多的機會戰勝對手，而最後昕潔也說到未來她還沒有特別的目標，現在就是一步步的慢慢練習，慢慢的進步，每一次的比賽都比上一次的還要進步一些，就這是她現在對於自己未來的想法。(梁嘉展/運動學程)



## 副題三

## 異軍突起的鐵餅銀牌-許哲維

**賽前**不被看好的資料進學班一年級許哲維，連比賽服的校名都是臨時寫上，竟然在田徑鐵餅項目中異軍突起，獲得一面銀牌。

曾經就讀大林國中，斗南高中時就接觸過田徑鐵餅的許哲維，在國高中時其實他的成績是很普通，沒有特別的突出，而到沒有田徑校隊的南華大學來就讀，只是想在離家近一點的地方讀書而已，並不是想繼續練鐵餅，練習其實都是一個人練習，偶爾回到高中母校練習，很是枯燥乏味，本次會去參加只是想重溫比賽的氣氛，結果竟然拿到銀牌，太幸

運了！

最後哲維坦言這次全大運的拿到銀牌是他意料之外，原本預設在銅牌，而當天比賽天氣炎熱不好發揮沒想到卻擲出37.47公尺破個人最佳奪取銀牌，最後哲維說到今年可能是他最後一次參加全大運，未來他想要朝體育後勤這方面去走。(蔡宜婷/體育中心)



## 副題四

## 國手剋星木球第五名-張茗豐

**就讀**本校運動學程二年級的張茗豐，今年是第二次參加木球的全大運去年是比桿數今年去比球道，這次比賽過程茗豐表示會拿到第五名是他意料之外的事情，因為在前三輪分別都是中原大學，國立體大，高雄大學的三位都是國手，茗豐坦言很擔心自己會被提前結束比賽，但沒想到的是當天狀況很好而開球都開的相當不錯，在第一輪以大比分差打贏中原大學的選手，第二輪國立體大的選手開球跟他旗鼓相當最後險勝對方，到了第三輪高雄大學的對手是自己的學弟，原本領先對方，但茗豐說他運氣比較

好長距離的攻門都有進門所以被逆轉只輸一道惜敗對手，而茗豐表示平常練習時間很短一個禮拜練個兩天左右而言，但其實他曾經也有過低潮期，對於他面對低潮期很簡單，就是不斷的練習然後詢問教練哪裡動作沒做好，而茗豐表示他最想感謝的是他國中的教練，因為沒有他現在也不會在打木球也不會在這次拿下第五名，而茗豐未來還會繼續參加全大運，不拿冠軍不罷休。

(梁嘉展/運動學程)



## 副題五

## 再戰全大運柔道第七名-許育瑄

**去年**全大運第一場就被淘汰的運動學程二年級的許育瑄，今年捲土重來參加108年全大運，去年和今年都是同一個第四量級，去年沒有拿到名次，而今年進步的拿到了第七名，育瑄坦言這次比賽拿到第七名是意料之外，很謙虛的說會拿到第七名是因會籤運好的關係。在比賽過程中，第一輪遇上中華醫大的選手，贏的很驚險，原本領先對手很多但快到最後終了時被對手追上，還好最後育瑄有使用到擒技抓到對手使對方投降，贏下第一場的比赛勝利。第二輪遇上去年的對手北市大的學

姊，育瑄被對手迅速拿下勝利，她認為剛比賽完還沒休息夠就直接上場比賽第二場，體力還沒完全恢復，不然是五五波的比赛。再來落入敗部的比賽遇上的是台東大學的一位國手，育瑄說那位國手壓力很大很想拼銅牌，因為她在第一場就輸掉比賽，過程中比賽僵持一分鐘左右，育瑄被對手壓制20秒而輸掉比賽，最終獲得拿到第七名的成績。

育瑄是一名樂觀的選手，練習柔道完全是因為本身就喜歡柔道，她表示自己在訓練過程中遇到低潮期是還好，把柔道當成是她釋放壓力的一個管道，練習是一定會累但卻

非常開心的事情。最後她說收穫最多的不是在台上比賽時而是在台下當志工時收穫最多，因為在場下才知道原來比賽流程是怎麼進行，最後的最後育瑄表示最想感謝的是她高中教練，因此他才開始接觸柔道也因此在這次的全大運拿下第七名的成績。(圖左：許育瑄)(梁嘉展/運動學程)



副題六

## 空手道社團放光芒第四名、第七名- 周柔秀、歐柏霖

### 本次

大運會空手道項目派出三名選手與賽，其中企研所二年級外籍生歐柏霖獲得一般男子組第一量級第七名，傳播系四年級印尼籍外籍生周柔秀獲得一般女子組第四量級第四名，但因參賽人數不足只敘獎到第三名，純粹以社團成員參加全大運層級對抗各校校隊，有此成績已屬難得。

本校目前沒有空手道校隊，只有空手道社團，由外籍老師張列夫擔任指導教練，周柔秀

擔任社長，幹部都很用心在經營社團，因此成績逐漸展現。空手道社另一特色是外籍生的參與度高，是一個很國際化的社團。

歐柏霖在本次比賽中首場落敗後即在敗部力爭上游，最後與中正大學學生並列第七名。周柔秀則是在本次賽事共比賽了四場，第一場獲勝後在第二場落敗而到敗部，隨後第三場獲勝後，在第四場只要獲勝就能獲得銅牌而敗部復活，很可惜事與願違第四場落敗而獲得沒敘

獎的第四名，不過，周柔秀很樂觀的表示，這學期她還會去參加另一個盃賽，期待帶著獎牌參加畢業典禮，回到印尼後有著美好的台灣南華大學的大學生涯回憶!(許伯陽/運動學程)



頭條二

## 本校足球隊首獲 107 學年大專足球聯賽公開一級季軍

### 四月

七日進行 107 學年大專足球聯賽公開一級的季軍戰，南華大學足球隊以五比三的比數擊敗勁旅台體大，獲得**第三名季軍**的佳績，這是繼去年首度參賽獲得第五名的成績後再創隊史新紀錄，也是校史的新紀錄，當然也打破公開一級十年來幾乎是北市大、台體大、輔大與銘傳等四隊壟斷的局面。

本賽季南華大學足球隊表現優異，預賽以 5 勝 2 和的戰績以 A 組第二名之姿晉級決賽，其中兩場和局的 PK 加賽一勝一敗，輔大雖 PK 敗給南華但整體戰績還是第一位，



文化大學，達成賽前設定的四強目標。而在 2 月 28 日的四強賽中對上北市大，整場比賽無冷場，領先而後被追平進入延長賽，率先進球後又被追平隨後氣力放盡再失兩球最後

而銘傳則被擠到第三名。在 2 月 26 日的八強賽，輕鬆以 3:1 擊敗

球，下半場 59 分鐘 10 號齊力思以腳尖輕碰打進第三球，在 60 分鐘 20 號盧安直接踢進第四球，最後在 92 分鐘傷停加時盧安單刀遭犯規由 19 號維多主罰 12 碼，順利踢進，終場就以 5:3 擊敗台體大。整體而言，南華的後防已改善許多，面對台體大堅強的前鋒失誤並不多，但也失了三分，不過因攻擊面表現優異失分也就沒那麼嚴重了，其次南華犯規狀況的改善，全場南華沒有黃牌，爭搶對球不對人，沒有多餘的動作與情緒，正面的態度是比賽能獲勝的關鍵。

不管未來體育署是否對外籍生有上場的人數限制規範，面對可敬的巴西對手，各隊必須有更精實的訓練，國內有一支風格迥異的球隊，大方接納他們帶給台灣足壇新的動力與活水，正面效益將可逐漸擴散!(許伯陽/運動學程)

107 學年	2018/12/14-28	107 學年大專足球聯賽公開組預賽	銘傳-南華 2:2 (PK1:0) 北科-南華 0:13 南華-交大 17:0 義守-南華 2:3 南華-淡江 2:1 輔仁-南華 1:1 (PK1:2) 成大-南華 0:10	5 勝 2 和分組第二晉級決賽
107 學年	2019/2/26	107 學年大專足球聯賽公開組八強決賽	南華-文化 3:1 (勝)	晉級四強
107 學年	2019/2/28	107 學年大專足球聯賽公開組四強決賽	南華-北市大 2:4 (負)	晉級季軍戰
107 學年	2019/4/7	107 學年大專足球聯賽公開組季軍決賽	南華-台體 5:3 (勝)	第三名

以 2:4 敗北。在 4 月 17 日的季軍戰中出戰台灣體大更是精彩，開賽 15 分鐘 9 號黑能攻進比賽第一球，17 分鐘 19 號維多直接起腳踢進第二



頭條三

## 107 學年度大專五人制足球錦標賽一般組第一名公開組第五名

### 五人

制足球賽是本校足球隊另一項可參與的比賽，由於國內缺乏 11 人制足球賽，因此在整學年的比賽安排上，上學期以 11 人制的大專足球聯賽為主要參與盃賽，到了下學期五月份左右，則是參加

五人制的足球錦標賽，雖然五人制足球非本校足球隊所擅長，但在缺乏比賽下還是要報名參與。今年因為足球隊成立第三年，成員已達 23 位，因此教練把所有成員分成兩隊，一隊參與公開組賽事，另一隊則參加一般組賽事。

敗交大後進入八強，再敗高雄科大晉級四強，遇到老對手陸軍官校取得勝利後再度與文化大學爭冠，這次則鎖定勝利繼前年奪冠後再次獲得一般組的**冠軍獎盃**。(許伯陽/運動學程)

107 學年	2019/5	107 學年大專五人制足球錦標賽公開組	南華 vs 台東 14:0 勝 南華 vs 樹德 9:0 勝 南華 vs 吳鳳 1:3 敗 八強戰：南華 vs 文化 1:2 敗	第五名
107 學年	2019/5	107 學年大專五人制足球錦標賽一般組	南華 VS 長榮 6:5 勝 南華 VS 高雄 14:0 勝 南華 VS 崑山 7:1 勝 17 隊單敗淘汰賽： 南華 VS 交通 5:0(勝) 八強賽：南華 VS 高科 11:1(勝) 四強賽：南華 VS 陸官，4:2 勝 冠軍賽：南華 VS 文化，3:0 勝	第一名

公開組的比賽在預賽時取得分組 2 勝 1 敗名列第二的戰績進入八強賽，而第一場遇到文化大學不幸以 1:2 落敗，最後並列**第五名**。一般組比賽則是一路過關斬將，預賽取得三勝後晉級 17 隊的單敗淘汰賽，首場擊



頭條三

# 本校棒球隊首獲 107 學年大專棒球聯賽公開一級殿軍

## 恭喜

南華大學棒球隊成為 107 學年度大專棒球聯賽公開一級四強隊伍，回顧過去，南華大學棒球隊在短短三年多的成軍過程中，從 105 學年公開二級第二名到 106 學年公開一級並列第九名，以及到今年 107 學年的四強，一路幾乎是快速通關，回想當時第一年剛成軍時在公開二級的四強賽中，打平稻江並靠著台東大學最後追平嘉藥才得以以第二名之姿升級到公開一級，第一年成軍即升上公開一級傳為佳話，隨後僅設定上來一級就不再下去的目標，果然第二年南華以 2 勝 4 敗 1 和並列第九保級成功，雖達成目標但與傳統強隊始終有著巨大的差距，今年則是目標訂在能進入八強就算達標，沒想到成績超乎預期，竟然可以擠掉國體大、大同與嘉大等強隊進入四強，在傳統強隊環伺的大專棒球聯賽中南華大學的異軍突起是非常的震撼人心。

其實，在多位大三主力離隊後，加上傷

兵柯仲澤、陳維祥等人無法上場，一年級選手能否補上是個大問號，但在協會杯與梅花旗等盃賽中教練團逐漸整合出精實的隊型，可用之兵不多但都堪用，洪晨宣轉投手甘家

隊後，投手的質與量令人擔心，還好郭郁政、黃東洳、蔡明憲、陳柏清、李子強、尤明勝等投手有扛起重擔，壓低失分讓球隊有機會取勝。

南華在本賽程中以分組第三名的成績進入八強賽，賽制是對戰成績帶入複賽不再對戰，因此南華僅以積分一分進到複賽，是八強積分最低的隊伍，也是最不被看好能晉級的球隊，但是在第一場對上大同學院因雨幾乎比賽一整天的比賽中取得勝利後，就有很好的表現，次場雖以 1:2 敗給文化，但比賽內容很好，產生不懼怕強隊的信心，隨後更是取勝國體大以及台東大學，最後靠著 10 分積分與對戰關係成功晉級四強。

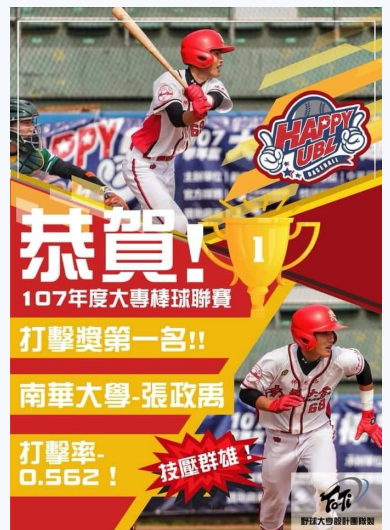
四強賽首戰對上開南大學，開南派出兩位陣中最好的國手級投手吳俊杰和吳承諭上陣，季軍戰台體則是派出陣中王牌江國豪上陣，兩場比賽南華敗下陣來，不過從兩支傳統強隊不約而同派出隊上主戰投手，可知各隊忌憚南華，雖然最後只獲得殿軍，但逼出最佳投手來後我們也可知道與頂級投手對抗的差距，來年新生進入球隊即有四年的完整成員，期待未來能持續進步，拉近與強隊差距，甚至衝擊冠軍。(許伯陽/運動學程)



銘替補二壘，游擊交由張政禹，藍洳勝或吳家宏負責三壘，一壘交給終於歸隊的沈朕清，外野由陳鼎傑林孝程與阮明契鎮守，捕手全浩璋，八強賽中幾無失誤，特別是阮明契過去不善防守但美國回來後多次展現腳程美技接殺，進步神速。

在打擊上，沈朕清普中畢業就讀南華但成為棒球逃兵，直到大三才歸隊打大專杯，他的穩定打擊是球隊不可或缺的打者，而捕手全浩璋不只是球隊防守重心，更是打擊好手，其他阮明契、林孝程，蔡耀原與張政禹都有好的打擊表現。在主力投手翁璋均加入職棒與王偉軒加入社會

107 學年度大專棒球聯賽公開一級預賽	南華-美和 12:2(勝) 輔大-南華 6:9(勝) 嘉大-南華 4:4(和) 南華-開南 3:7(負) 康寧-南華 2:8(勝) 台體-南華 3:1(負) 南華-遠東 9:4(勝)	4 勝 1 和 2 負以分組第三晉級八強
107 學年度大專棒球聯賽公開一級八強複賽	南華 11 : 1 大同(勝) 文化 2 : 1 南華(負) 南華 9 : 6 國體(勝) 台東 2 : 4 南華(勝)	預賽晉級成績帶入，以 3 勝 3 敗 1 和戰績第四名晉級決賽
107 學年度大專棒球聯賽公開一級四強決賽	開南 5 : 2 南華(負) 南華 4 : 8 台體(負)	2 敗，第四名



副題一

# 108 年全國成棒甲組春季聯賽資格賽止步

## 春季

聯賽是國內業餘成棒的最大杯賽，共集結社會甲組與大專球隊共 35 支球隊，以聯賽循環模式一同角逐冠軍獎盃。今年是本校棒球隊第三次參加 108 年全國成棒甲組春季聯賽，106 年參賽以 6 勝 9 敗的成績在分組賽遭到淘汰，107 年參賽以 9 勝 2 敗的成績在分組賽以第一名的成績進入複賽，複賽先後取勝台東大學與嘉義市，晉級八強，八強對戰美孚巨人則以 2:8 敗北，但創首闖八強的佳績。

今年 108 年是本校第三次參加春季聯賽，預賽 4 勝 2 敗的成績與嘉義市和大學學院並列分組第二，比較失分率則是輸給嘉義市落入第三名，必須進行資格賽，資格賽首場對上桃園航空城以 1:11 大比分輸球，第二場則以 3:2 力克台灣啤酒，但在三取一的資格賽制下淘汰出局，結束今年度的賽事。

春季聯賽囊括全國所有業餘成棒好手，且以循環賽的方式進行，各隊幾乎都要進行 10 多場的比賽，所產生的數據是選手現階段實力最佳的佐證，因此在職棒選秀或是國家

隊選拔都以春季聯賽的數據惟依據，本次賽事雖資格賽止步但個人成績有突出表現，如林孝程打擊率 0.5 長打率 0.792 打點 6，張政禹打擊率 0.4 長打率 0.55 打點 7，全浩璋打擊率 0.40 長打率 0.6 打點 5，投手黃東洳自責分率 2.00 勝 1 WHIP 0.78，尤明勝自責分率 0.00 勝 1 WHIP 0.81 蔡明憲自責分率 3.60 勝 0 WHIP 1.00，其他成績請參閱下表。(許伯陽/運動學程)

隊別	姓名	C	PA	AB	R	H	RBI	打擊率	長打率	打點	OPS	WHIP	勝	敗	自責分率	WHIP	勝	敗	自責分率
34	黃子裕	2	6	6	1	1	0.167	1	0	0	1.170	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
68	張政禹	6	26	20	7	4	0.400	8	1	1	1.110	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
7	沈朕清	5	16	15	2	2	0.133	2	1	0	0.300	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
50	張建鑫	6	17	16	0	2	0.250	4	0	0	0.400	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
36	陳鼎傑	6	17	13	0	2	0.154	2	0	0	0.270	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
54	吳家宏	5	17	14	4	1	0.357	5	0	0	0.500	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
6	廖泰翔	3	9	5	1	3	0.000	0	0	0	0.000	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
24	劉嘉仁	2	5	3	2	0	0.333	1	0	0	0.333	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
39	蔡耀原	5	7	7	0	1	0.286	2	0	0	0.286	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
13	林孝程	6	28	24	6	10	0.500	12	2	1	1.190	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
9	潘信宇	2	2	2	0	0	0.500	1	0	0	1.500	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
10	甘家銘	6	10	7	0	3	0.286	2	0	0	0.286	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
31	藍洳勝	6	28	21	0	5	0.333	7	0	0	0.333	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
28	全浩璋	6	20	15	5	5	0.400	6	1	1	0.900	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
42	陳勁恩	4	6	6	1	1	0.167	1	0	0	0.167	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
87	郭逸華	3	6	5	1	2	0.600	3	0	0	0.600	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
23	柯仲澤	3	4	3	0	1	0.000	0	0	0	0.000	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	
5	阮明契	6	20	16	4	2	0.375	6	1	1	0.900	1.000	0	0	0.000	0	0	0.000	

隊別	姓名	CS	IP	PA	AB	R	ER	WHIP	勝	敗	自責分率	WHIP	勝	敗	自責分率
25	郭郁政	1	5	21	21	6	0	0	0	0	0.000	1.000	0	0	0.000
55	柯嘉祐	0	1	6	6	3	0	0	0	0	2.000	1.000	0	0	0.000
18	黃東洳	1	9	34	34	7	0	0	0	0	2.000	1.000	0	0	0.000
37	曾家維	0	2	9	7	2	0	1	1	1	9.000	1.000	0	0	0.000
26	蔡明憲	0	5	19	17	3	0	2	0	0	3.600	1.000	0	0	0.000
53	洪晨宣	0	1/3	3	2	1	0	1	0	0	6.000	1.000	0	0	0.000
66	陳柏清	2	8	39	33	10	0	5	0	0	4.500	1.888	1	4	4.000
11	李子強	0	4	18	18	7	0	0	0	1	2.250	1.750	0	2	1.000
22	高家慶	0	4	15	12	1	0	2	0	0	0.000	0.750	0	0	0.000
27	尤明勝	2	8 2/3	34	33	6	0	0	1	9	0.000	0.812	2	2	0.000
35	黃語皓	0	3	10	10	2	0	0	0	2	0.000	0.670	0	0	0.000

## 人物特寫一 盧安愛球隊也愛臺灣

**足球** 隊成立三年來，年年都在11人制與5人制大專足球賽場上有優異表現，已引起國內足壇的注目，今年度更是首獲11人制公開組季軍與5人制一般組冠軍，大專體總SSU(Student Sports Union)特派員特別到校採訪神秘的大專足球勁旅，此次節錄採訪前鋒盧安與守門員馬努埃爾。

在UFA賽場上，盧安183公分的身高讓他在進攻端保有優勢，初賽時優異的進球效率，場均進球達到一顆，更讓他成為各隊嚴加看防的對象。而對於本學年度在大專足球聯賽的表現，盧安感到滿意，但他說：「沒能幫助球隊挺進冠軍戰還是讓我耿耿於懷。」他強調，團隊絕對凌駕於個人之上，相信自己還有須改進之處。來臺就讀大學期間，盧安為



自己設立四大目標。第一，提升中文及英文程度；第二，拿下UFA金靴獎；第三，畢業後能找到工作幫助家庭；第四，利用四年的時間遊遍臺灣。他覺得，唯有立定確切的目標，他才有努力的方向，未來要帶著滿滿收穫回到巴西。「我最欣賞巴西名將羅納度！」同為前鋒的盧安，每次看到羅納度的比賽影片時，都希望自己能踢得跟他一樣出色。因此，在訓練時，盧安總是試著完成教練下達的每一個指令，並趁空檔反省缺失，加以改正。只要上了球場，盧安就盡力展現自己的訓練成果，把教練的叮嚀實踐在場上。(林楷能/SSU)

## 人物特寫二 馬努埃爾的守門之路

**馬努** 埃爾的守門實力有目共睹，本學年度公開男一級預賽，他先發上陣有幾次零封(Clean Sheet)表現，未讓對手攻破大門。對陣衛冕軍輔大的比賽，他更展現己身價值，屢救險球，瓦解對方攻勢，撐到PK戰助球隊險勝。對戰其餘幾支傳統勁旅時，也能有效阻絕攻擊方進球，正規時間結束前都能立球隊於不敗之地，「這次大專足球聯賽我盡力了，我自認表現得中規中矩。我就是竭盡所能為球隊撲下每一顆球，利用自己所學的技术幫助隊友」馬努埃爾覺得相較於其他守門員，自己的腳下功夫是一大優勢。「我能精準的將球傳到位，衝刺速度快有助於我面對敵方近距離攻門時，迅速出擊將球清出，減少失分的可能！」

日常生活中，除了待在宿舍外，馬努埃爾也喜歡與朋友們到市區看電影，到處走走看看，體驗臺灣風土民情，順便發掘



屬於自己的私房景點。「當然，我也時常和隊友相約在周末到體育場踢球，維持球感，不會整天往外跑啦！」他靦腆補充道。

「我非常感謝佛光山讓我來到南華大學踢球！」這是馬努埃爾的心裡話。他要感謝的人太多了，除了家人外，他想對星雲法師、佛光山及每位隊員、教練致上最高敬意「沒有他們，我就不可能站在這裡接受訪問。」「成為一名職業足球員是我從小到大的夢想。若事與願違，成為一名教練，讓足球的種子散播到各處，也在我的生涯規劃之內！」馬努埃爾對自己的未來侃侃而談。他認為將來會如何，全操之在己，現在能做的就是努力踢球，未來的事，佛陀自有最好的安排！(林楷能/SSU)

## 人物特寫三

### 擁有七張健身證照-楊博翔的健身教練之路

**小熊** 楊博翔是旅遊系三年級學生，以籃球專長到本校就讀的運動績優生，就學期間除了旅遊的課程外，因本身打籃球有從事健身運動加上大學長鄭勝元教練的介紹，就一頭栽入健身教練領域，幾年下來累積不少經驗，也考取**七張專業證照**，目前在嘉義市國民運動中心與博愛游泳池擔任兼職教練，以TRX與游泳教學為主，未來畢業後將以專職的健身教練為職場目標。

小熊擁有**TRX、體適能健身C級教練、運動傷害急救、自我筋膜放鬆、中華民國水上協會救生員、中華民國游泳裁判教練協會C級游泳教練證、體育署救生員證等證照**。目前正在積極考取IPTA國際私人教練健身證照與壺鈴證照。在健身教練領域中證照五花八門，小熊認為健身教練必須要取得的主證照，如基本上台灣知名度最高的四大證照有美國四大協會ACE、NSCA、NASM、ACSM的健身教練證照，或是台灣的中華民國健身運動教練學會體適能健

身指導員B級證照。可再視教練本身的興趣以及客戶需要的功能性，搭配工具型的證照，例如現在很紅的TRX證照、壺鈴證照等等。考量客戶需求及自己的興趣補充這些工具型證照，才會有足夠的學理及完整的知識，提供客戶最有系統、合適的健身課程。

小熊說：「**證照、口才與指導示範能力**最為重要，健身領域變化飛快，前幾年在健身房TRX可能沒幾個人知道，但是現在在健身房裡幾乎每一個人都知道，口才跟指導能力在這一兩年可能很盛行但是可能過了幾年可能又要換另一種方式去教，像是現在又慢慢變成功能性訓練還有一些無負重運動或是高間接的運動皮拉提斯，所以要不斷的充實自己。」另外，小熊認為未來比較欠缺的是功能性訓練，在有限的空間下做很多的變化

或是功能性的訓練，例如拿到啞鈴你就可以做到全身的運動、全身的運動和肌肉都要做到，一些徒手的動作，這就是功能性的訓練。

最後，對於想從事健身教練的學弟妹，小熊說在運動學程裡多充實自己的學科，像是運動生理學的肌肉系統或骨骼系統或是肌力訓練的操作課程，雖然枯燥乏味，但這是必經之路，因為要先了解自己身上肌肉，在做動作的時候是如何收縮運作，哪些在伸展，要先了解才能正確判斷肌肉需要如何加強，像是我現在最欠缺的就是這方面的知識，另外可以考一些比較基本的證照，這樣畢業後也能找比較穩定的工作。(盧珮嘉/運動學程)

