



# 常舞坊主席 林秋霞

常跳舞、常開心、常健康

與林主席訪談，不難發現她性格樂觀開朗。她對每件事都感到雀躍，每談到體育舞蹈吸引之處，馬上笑逐顏開，面露清新的喜悅。林主席出身體育舞蹈運動員，後來當上教練，投入推廣及教授舞蹈多年，轉眼已經十五載，見證着體育舞蹈在香港的發展與轉變。

## 因緣際遇 改寫人生

林主席本為幼稚園教師，在1992年開始接觸跳舞。當時體育舞蹈只是籠統稱為社交舞，參與的多為成年人。隨時代變遷，林主席在社區體育會的學員現已經涵蓋老中青幼；體育舞蹈已發展為拉丁舞及標準舞兩大類，比賽項目亦區分不同年齡及組別，規模及組織今非昔比。

舞蹈不單是她的興趣，更改變了她的人生。她機緣巧合下習舞，幸運地遇到理念一致的舞伴，兩人締結良緣，女兒亦投身體育舞蹈，現更成為港隊代表。對於體育舞蹈，她直言在組織社區體育會時，雖經歷了種種辛酸，但教舞的過程令她非常享受，能引發學員對體育舞蹈的興趣，見證他們由新手發展到參加表演及比賽，所得到的滿足感就是最好回報。



## 有教無類 着手社區

林主席剛開始當教練時，是教授康文署舉辦的舞蹈興趣班，負責到小學教小朋友。她有教學經驗，對掌握小朋友的心態，設計課堂，可謂手到拿來。從那時開始，她便知道要讓人認識及投入體育舞蹈，必須先激發學員的興趣，使他們從跳舞中得到滿足感。她要讓人知道，體育舞蹈既是一種運動，可以令人強身健體，同時亦是一種表演藝術，讓人在舞台上大放異彩。

成立常舞坊至今，她不斷努力推廣體育舞蹈，欲將之普及化，為此舉辦了多種課程，包括興趣班、恆常訓練班、親子班及長者班等，力求向不同年齡人士介紹體育舞蹈，希望華麗的衣飾及優美的姿態可吸引更多人習舞。她期望坊間有更多體育舞蹈的表演平台，例如在屋邨商場、社區會堂和學校等場地舉辦舞蹈主題的同樂日；因應人口老化，亦可開辦更多長者班，除可幫助長者訓練肌肉，亦可以增加城市活力。林主席期望透過社區體育會計劃，吸引更多人以體育舞蹈作為終身運動。

