



# 劍擊專訪

## 劍藝會主席 — 陳偉程教練



一齣上世紀五十年代的電影，激發了一名少年對劍擊運動的熱誠，亦引領他通向夢想之路 — 這是劍藝會主席陳偉程教練的故事。

### 受電影劍客形象吸引 萌生習劍念頭

小時候，陳偉程的爸爸經常播放某齣劍客電影，陳偉程在耳濡目染下被電影中劍客的正義感吸引，萌生當劍客的念頭。到了中學時期，就讀的學校舉辦短期劍擊課程，終於讓他有機會接觸劍擊運動，一嚐當劍客的滋味。其後，陳偉程有機會參與聯校比賽，置身賽事的投入感與比賽的激烈氣氛讓他愛上這項運動。陳偉程17歲時，因緣際會認識到一名香港代表隊運動員，後來經引薦正式接受體育學院的專業訓練，從此展開劍擊生涯。

### 籌組社區體育會 成為最年輕的教練及主席

自此，陳偉程以運動員身份參與不同比賽，最令他難忘的是大專盃賽事。這項賽事讓他首次獲得個人重劍冠軍，並得到家人的肯定和支持。1995年，他年僅19歲便成立劍藝會，成為當時社區體育會中最年輕的主席。他年紀輕輕已從運動員躍身成為教練及主席，全靠一股雄心壯志，以及對劍擊運動的熱誠和堅持。

### 實踐多元教學理念 劍藝與品德並重

陳教練除了以劍擊為終身事業外，亦視之為培育後輩的途徑。他在成立劍藝會後，不論是編製課程、教授學生、帶領比賽或處理營運事宜，凡事都身體力行，為後輩樹立榜樣。他的教學理念主張劍藝與紀律並行發展，故此他十分注重學員的品德培養。他事事親力親為，讓劍藝會得以穩健發展，亦提高了學員的運動及個人修養水平。

同時，陳偉程在社區層面積極推廣劍擊運動，劍藝會提供多元化課程，讓更多人認識這項運動。劍藝會現時的課程分為幼兒組、青少年組及成人組，適合不同年紀和程度的人士參與。陳偉程亦堅持以小班形式教學，藉以增加教練與學員的互動，為學員的劍藝與品行提供更好的指導。此外，劍藝會不時到學校宣傳，亦與其他機構合辦運動示範和同樂日等活動，更會舉辦交流比賽，促進運動員的技術和文化交流。

傳統思想普遍對舞刀弄劍有負面印象，陳教練卻認為劍擊比其他運動其實更為安全。他年紀最小的學生只有5歲，而他見過最年長的劍手則年逾65歲，證明劍擊是適合任何年紀人士的運動。他指出在2016年奧運會期間，大眾對劍擊運動的熱情和運動員的支持度顯著上升；奧運會過後，他亦樂於見到報讀課程的人數有所增加。現時康文署向劍藝會提供經費資助，有助其宣傳劍擊和租用場地。陳教練期望更多人認識劍擊運動，讓威風凜凜的劍客形象得以傳承下去。

