



# 屈臣氏田徑會 汪曉茵



曉茵自小熱愛運動，在練習跑步時，發現自己比其他隊員跑得快，因此在升小五的暑假裏，她參加了屈臣氏田徑會舉辦的小學暑期田徑訓練班，從此投身短跑及跳遠，更有「小摩打」之稱。

## 專注發展 家庭同樂

曉茵甚得爸爸疼愛。剛接受田徑訓練時，爸爸經常陪她一起熱身和練習，而且每次比賽，他都必定到場觀看。由那時起，田徑訓練便成為他們的親子活動。上小學後，曉茵屢破學界紀錄，小五時更刷新六十米短跑紀錄，令她肯定自己跑短途的爆發力，決意在短跑項目更上一層樓。

曉茵升中後，投入更多時間參與短跑運動，並涉足跳遠項目。她覺得自己因比賽變得更有自信，亦認識到一班朋友，見證着大家的成長。同時，家人非常支持她，家庭關係更親密。雖然失去了許多遊戲的時間，但她認為田徑運動為她帶來的快樂無與倫比，再艱苦也值得。

## 把握所有 充分發揮

加入屈臣氏田徑會至今十多年，曉茵現已投身社會。與許多大學畢業生一樣，曉茵要面對工作、經濟及家庭等各方面的改變，但她對跳遠運動那份熱誠卻從未減退。跳遠必須有助跑速度、彈跳力和跳躍技術才能達致理想成績。然而，要保持高水平並不容易，因此她每周訓練三次，平時亦會把握時間拉筋和鍛鍊肌肉。

她不諱言香港女子跳遠是一項冷門運動，以跳遠為專項的運動員不多。她期望香港能舉辦更多田徑比賽，使各項運動都有發揮的平台。另外，她感謝康文署及香港業餘田徑總會為本地運動員安排場地，給他們更多訓練空間；並希望教練可獲得更多資源，以提升訓練規模，使運動普及化。最後，她祝願新冠肺炎疫情盡快結束，訓練及比賽得以恢復，讓本地運動員繼續發光發亮。