



### ★ 迎接高峰 為港增光 ★

子衝於2015年正式投身全職運動員，練習時間遞增，技巧日見精進，短短數年便成為香港獨木舟賽艇隊首席成員，更於2017年獲得香港體育學院「獎學金運動員」資格。2017年，子衝勇奪「世界海洋獨木舟錦標賽(香港)2017」亞洲賽冠軍，成為首個職業生涯的重要獎項；同年亦於匈牙利國際錦標賽揚威，在男子U23 K1-500米奪得冠軍，為港爭光。

2018年，子衝與隊友首次躋身更大的舞台—亞運會。他們在雙人賽中勇闖準決賽，距離晉級決賽只是一步之遙。亞運之旅雖然短暫，但獲益匪淺。翌年，子衝再次到訪匈牙利，挑戰「第四十五屆世界輕艇競速錦標賽」，比賽的規模和氣氛令他覺得非常震撼，河邊兩旁坐滿觀眾，子衝在熱烈的歡呼聲和喝采聲中競賽，雖然最終未能獲獎，但卻留下難忘的回憶。

其後，子衝前往紹興參加「2019 ICF皮划艇馬拉松世界錦標賽暨亞洲錦標賽」。賽程距離長達30公里，是他至今運動生涯中最長的一役。子衝參加亞洲錦標賽中的K1項目賽事，全程與日本選手鬥得難分難解，直到最後數百米才分出勝負，力壓對手，奪得亞軍，衝線後振臂一呼，場面感人。這次勝利對他的意義，不單是榮耀，更是一份難以忘懷的體驗。

### ★ 確立目標 全力衝刺 ★

經過教練的細心指導及分析，子衝了解到長途耐力賽是他的強項，未來將會以一公里賽為主項，並會進行一連串增強肌肉爆發力的針對性訓練，務求改善自身不足。雖然自去年起，疫情一直影響他的訓練及參賽，但子衝仍然保持高度自律，每天留在家中進行體能及室內模擬訓練。現時疫情稍為緩和，子衝終於可以回到河上，與獨木舟並肩作戰。

放眼未來，子衝早已定下目標，向2021年9月的「第十四屆全運會」及2022年的「亞運會」奮進。上屆與決賽擦身而過，子衝仍耿耿於懷，但他性格不服輸，今屆誓要闖入決賽，創出更好成績。

### ★ 願挑大樑 薪火相傳 ★

子衝笑言常被朋友誤以為是划艇運動員，全因獨木舟於香港仍未普及。他希望能盡力爭取佳績，讓更多香港人認識獨木舟這項運動。他又認為上一代為香港獨木舟發展貢獻良多，為團隊帶來更好的訓練環境，亦將多年來累積的寶貴經驗傳承給下一代，成就了今天的張子衝。他表示樂意接過領軍火炬，繼續為港爭光，同時亦會鼓勵更多年輕人參與這項運動，將獨木舟的故事、精神和技術傳承下去，使薪火得以代代相傳。

## 我的獨木舟會

### 張子衝



子衝的名字完美演繹其運動員故事。憑着一股對勝利的「衝」勁，子衝順應自己的心意，從芸芸運動項目中選擇了獨木舟，將所有心血及時間投放在此項運動上。過程中，子衝經歷過喜與悲、高與低，一步一步踏上香港獨木舟賽艇隊首席成員之路。

### ★ 始於興趣 終於堅持 ★

八歲那年，子衝與獨木舟結緣，當時正值暑假，他與三五知己參加由康文署舉辦的獨木舟訓練班。雖然只是假日活動，但由於課程設有星章制度，眼見同行的朋友都順利考獲三星章，自己卻只考獲二星章，子衝感到氣餒，原擬從此放棄獨木舟。然而，母親的鼓勵及他骨子裏不服輸的性格，令他決定再次報讀課程，從此改變了他的一生。

此後，子衝經常與獨木舟為伴。小學時，從基礎訓練開始，他自覺一天比一天進步，這份滿足感驅使他繼續參加訓練。直到升上中學，剛巧學校設有水上活動校隊，子衝加入後，在校際比賽中屢獲獎項，漸漸成為他投身獨木舟運動的推動力。

### ★ 喜遇伯樂 重新出發 ★

中三那年，子衝突然對周而復始的訓練感到厭倦，一度暫停訓練半年之久。雖然期間他仍有代表學校參加比賽，但成績卻大不如前，昔日的對手已迎頭趕上，自己卻原地踏步。天之驕子終嘗敗績，這種挫折反而令他清醒過來，決心重新振作，努力練習，贏回獎牌。

重拾初衷後，子衝不斷取得好成績，慢慢由青年軍晉身至香港代表隊。他更遇上伯樂外籍教練—Mr. Bako Zoltan。教練安排他及隊員遠赴匈牙利集訓。當時身為U23代表的子衝被安排與當地15歲的運動員一起訓練，結果他發現自己的能力遠遠不及一眾小伙子，這燃起他激昂的鬥志，誓要急起直追，趕上世界頂級水平。