

甲子・輪

場地單車，對香港人而言是熟悉又陌生的存在。熟悉，因為「牛下女車神」李慧詩正在這項運動揚威國際，成為香港人的英雄；陌生，因為這似乎不是港人日常能夠輕易接觸得到的運動。曾經，對於保良局甲子何玉清中學單車隊的同学來說，場地單車也是「可遠觀而不可褻玩」的項目，但憑著堅持與努力，他們最終成立了全港首支場地單車校隊，在250米的「鑊場」賽道上飛馳。

踩出場地單車夢



香港單車館

Hong Kong Velodrome

姚樟鴻老師

蕭曉俊

鄭子石

古栢軒

李晉希

謝朗峰

賴藹欣教練



甲子單車隊的起源，要從校內一個名為「成夢傳奇」的計劃說起。學業成績以外，甲子亦著重學生的德育及生涯規劃，當中「成夢傳奇」就是學校幫助同學探索夢想及興趣的計劃，如開辦學會、安排活動參觀不同職業的工作環境等，藉此讓同學享受校園生活，並尋覓自己的目標。得悉學校有這個計劃後，當時僅中二的謝朗峰及李晉希便在2015年初聯同另外幾位同學計劃向學校申請成立單車隊。

起初真的是一頭霧水，計劃預算要10多萬元。

「我們都喜歡單車，希望能夠成立校隊，在校園推廣這項運動，讓更多同學一起參與。我們花了3個月的時間開會及撰寫成立單車校隊的計劃書，主要列出訓練需要用的器材、練習時間、所需的預算等等。起初都有想過是發展場地單車，但最終預算所限，所以便打算先成立公路單車隊，訓練一下再出外比賽，看看效果如何。」

當計劃的負責老師東濟良老師從學生手上接過計劃書時，他坦言感覺除了「不可思議」外還有「困難重重」：「起初真的是一頭霧水，計劃預算要10多萬元，而且這項運動亦難以計算風險及後果，實在難以說服學校支持。所以我嘗試尋找校外的夢想計劃，沒有抱太大期望，只想陪學生走一段路，即使最終不行，他們也心甘命抵。」不過令東Sir也始料不及的，是保良局竟在同年6月計劃於校園推廣公路單車，為甲子找來教練，最終順理成章地創立了單車校隊。

單車確有其獨特的魅力，校隊從3位同學、5部單車開始，未幾已有10多位同學參與。不過相比起其他運動校隊，單車隊的起步更困難，因為要在「鑊場」踩真正的場地單車，先要通過3次考試，難度又是另一個層次。甲子單車隊最終只得5位隊員考取到場地資格，距康文署指定開班人數10至20人有一定距離，但最終能夠踩入「鑊場」，全賴教練賴藹欣（Joyce）從中協調，康文署才願意讓步，讓5位隊員能夠踏足單車館賽道。單車隊發展僅一年多的時間，現時已有20位隊員，有自己的訓練房、校隊戰衣、單車、頭盔等硬件，亦有出外參加比賽的經驗，已經完全成形。

希望隊員能達到目標，有快樂的中學生涯。

與球類運動不同，單車比賽沒有人數規限，因此甲子單車隊成員各有目標，同樣能夠從中找到快樂。Joyce指單車隊成員現時分成3類：「第一種是目標明確，想要參加校外考核、青苗或明日之星選拔的隊員；第二種只是想一起玩單車這項運動；第三種則是以助手形式參與，預備訓練器材等。我覺得都沒有問題，只希望隊員能夠達到自己的目標，有一個快樂的中學生涯。」這位前香港單車代表隊成員亦希望透過校隊訓練，能夠助香港單車代表隊延長梯隊，當同學在校隊打好基本功，將來加入青苗或選拔時便能夠更快上手。從不可能變成可能，甲子單車隊的夢仍在延續，在不久的將來，或許這裡會誕生下一位黃金寶或李慧詩。



單車師生有話兒

姚樟鴻老師

同為負責學生發展事務的姚Sir喜見同學的進步，他笑指起初每次訓練都心驚膽顫：「校隊成立時，一班同學就像小學生，第一次離開學校，還未在公路上踩，只是在單車徑上，已經有幾位同學受傷，當下真的嚇了一跳。不過看著他們從零開始，一直很努力學習及練習，態度亦變得有紀律，現在成為了一支有梯隊的隊伍，確實感到欣慰。」

古栢軒（中四）

在單車隊首次招攬時加入的阿軒是5位通過場地單車考核的同學之一，他回憶道：「自己起初都有一台爬山單車，假日會去遊玩，但之前未接觸過公路單車，就想試一試，隨後便慢慢培養到興趣，現在很喜歡公路單車的速度感。」他期望經過單車隊的密集及有規律訓練後，將來能夠在比賽有更好成績，並加入香港青年代表隊。

蕭曉俊（中二）

年紀輕輕但同樣已取得場地單車資格的Marco則談及單車隊的訓練模式：「星期一在校內以健身器材及單車機等做體能訓練；星期三到校外單車徑練習計時及加速等；星期六則會到沙田創新路或新娘潭等地方踩公路。其實單車訓練全部都好辛苦，但辛苦得來都好開心，自己就最喜歡周六的訓練，可以取得更多踩公路的經驗。」

