

马拉松101 一齊跑“報”

2011年2月

S4

www.marathon101.com.hk



marathon101

metro 都市日報

打氣篇

陳日新 行政人員

比賽不求勝負，只求挑戰自己，希望每位健兒都可以忘記背後、努力向前，向着標杆直跑。

马拉松101教育計劃

马拉松「一起跑」大行動

設計巨型跑鞋 帶出傷健共融信息



▲蘇樺偉拿着他親手設計的巨型跑鞋與其他作品留影。

馬鞍山聖若瑟中學 馬軒禹 徐成偉 李樂賢

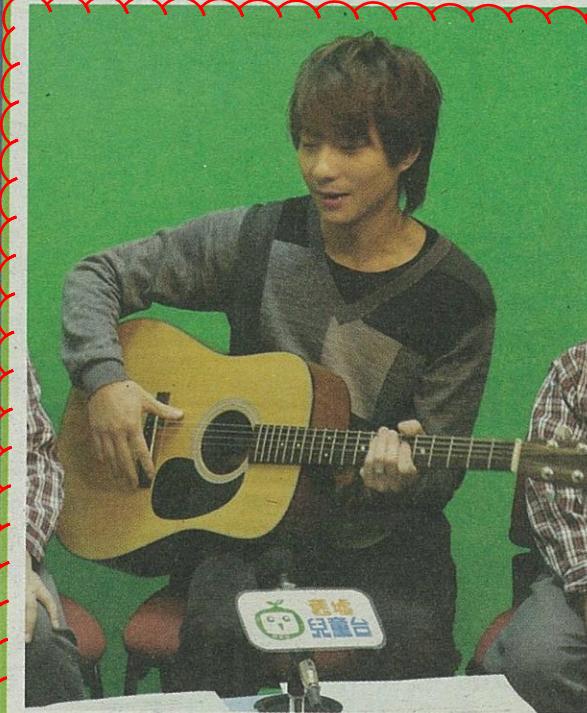


►600件巨型跑鞋作品於文化中心展出，部分作品也會在渣打馬拉松當日展覽。

「马拉松101教育計劃」每年均會舉辦多項大型課外活動，向全港中、小學生宣揚永不放棄的马拉松精神。今個年度更動員全港近70間中、小學的逾5000名學生，為近1,800隻巨型跑鞋設計造型，當中600件作品早前在文化中心公開展出。

是次活動邀請多位藝術家參與，包括著名「紅白藍」藝術家又一山人、香港展能藝術會展能藝術天使廖東梅、香港展能藝術會註冊藝術家陳冬梅、著名插畫師Carrie Chau，以及殘奧會金牌得主蘇樺偉。

中、小學生同時收集支持殘障運動員的公眾簽名，由渣打銀行(香港)有限公司捐出港幣共40萬元善款，支持香港殘疾人奧委會暨傷殘人士體育協會。



▲無論是創作抑或跑馬拉松，周國賢認為只要訂下目標，並學會享受過程，已經是成功的一半。

「马拉松101教育計劃」與香港作曲家及作詞家協會(CASH)合作，舉辦的唱作比賽，讓全港中、小學生一同參與马拉松盛事，透過創意歌詞及歌聲為跑手們打氣。

參賽者為樂曲填上新詞，以宣揚綠色生活及马拉松精神，優勝者可於渣打马拉松當天表演。

這次有份參與入圍評審工作的著名創作歌手周國賢，年輕時移居外國，在朋友介紹下開始接觸樂隊，與音樂結下不解緣。他自言創作靈感是來自生活及周遭的朋友。「靈感是可以培養，只要大家對音樂有興趣，就要堅持及好好學習，訂下目標，並且學會享受過程。」音樂創作過程並非一帆風順，但他相信失敗和苦頭是一個學習的過程，只要利用這些經驗作出改善，成功自然會出現。

除了音樂創作，Endy也曾參加馬拉松賽事。「雖然賽跑的過程辛苦，賽果也未必如理想，但我卻學會享受，正如人生的道路不時會出現不如意事情，不過只要堅持信念，投入參與，喜悅始終會出現。」

周國賢：凡事不要輕言放棄

又一山人設計巨型跑鞋 宣揚「走在自己前面」信息



►又一山人與學生設計的巨型跑鞋，充滿香港特色。

綽號又一山人的黃炳培(Stanley Wong)，是廣告界殿堂級人馬，也是著名的「紅白藍」藝術家。他邀請與聖嘉勒女書院學生李莉詩一起為「一起跑」大行動設計一雙巨型跑鞋，並以「走在自己前面」為主題，表達堅毅不屈及傷健共融的马拉松精神。

他表示：「我喜歡馬拉松，它是一項很不尋常的活動，一般競賽大家總是要爭取勝利，但參加馬拉松卻不是為名次，而是為了挑戰自己的體能和意志。我喜歡這種不計較輸贏的精神。」

他續稱：「在人生的競賽中，我們希望比別人優勝，但與別人比較是沒有意義的，每個人只須與自己比賽，今天的我勝過昨天的她，她在寫的時候消化一下這句話的意思，也透過藝術作品本身的視覺元素，讓參觀的人看到這句話時會領略當中的含意。」

他又在巨型跑鞋上綁上紅白藍膠布鞋帶，展示香港人堅毅不屈的精神。

又一山人認為，馬拉松選手與藝術家也有相似的地方。「兩者都是要和自己比賽，而不是和對手鬥個你死我活，走在自己前面才會有進步。」

郭怡雅神父紀念學校 戴可嵐 黃嘉怡 莊偉濠



►去年參加唱作比賽的隊伍全情投入，贏得不少掌聲。

大埔舊墟公立學校 余駿霆 林穎倫 連重言