



不間斷的人生賽道 徐瑞德

2012-06-10 記者 許雅筑 報導



下午兩點多，大甲的天空颯陽高照，大甲高中自由車隊的隊員流暢地踩著自由車踏板騎出校門，這天是他們練公路爬坡的日子，總教練徐瑞德則開著隊車尾隨在後。出發後不久，有隊員騎到隊車旁邊，表示身體不舒服，徐瑞德示意他上車休息。

自許帶學生車隊要求紀律的徐瑞德，仍不時流露出對學生的關心，開車尾隨練習隊伍的過程中，也會提點、鼓勵較跟不上的學生。聲音宏亮、頭髮斑白的徐瑞德已有二十一年教練資歷，而在當教練之前，他是有著豐富參賽經驗，同時也享受騎車樂趣的自由車選手。



有著十一年選手、二十一年教練資歷的徐瑞德，致力於培育自由車選手和自由車運動職業化。

(照片來源/許雅筑攝)

急流勇退 生命的彎道

徐瑞德十一年的選手生涯，從高一跨入正式訓練才開始。徐瑞德形容，自己過去當選手的年代很單純，由於比賽獎金不高，選手也就將比賽視為互相切磋、自我實現的舞台，贏了是對自己的肯定，輸了也真心佩服別人，「那時候比賽氣氛真的很好。」對於現在參與比賽的人增加，外在獎賞也提高，有不錯成績的選手可能會帶著成績尋求廠商贊助，徐瑞德認為這只是一個運動發展的趨勢，而且在提升國際競爭力方面是有幫助的，因此也不能說過去的年代就比較美好。

1988年漢城奧運，徐瑞德是陣中國手之一，兩年後的北京亞運，他奪得了一面銀牌。1991年自由車環台賽結束後，考量當時台灣自由車隊發展不是那麼蓬勃，競賽成績較難有所突破，加上政府對奧運的獎勵政策反覆的情況下，徐瑞德在27歲時卸下選手身分，他看向坐在辦公桌後的妻子，笑說要是那時候沒退下來，「我老婆搞不好就沒坐在那裡了。」

30歲開始帶領大甲高中自由車隊直到現在，不過回想起剛退下來時，徐瑞德還是有些不捨。其實只要自由車運動環境發展夠完善，騎到將近40歲都不是問題，在歐美國家，這種自由車選手比比皆是。而且以公路賽而言，資深選手在比賽中淬煉出的經驗是很珍貴的，「那種『車神』，只要看一眼就知道怎麼打敗你這種年輕人。」然而越是資深的選手越需要環境支持，但當時的台灣並沒有這種條件。

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶

- 關余膚色 我想說的事

總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界
陳思寧 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員
張婷芳 / 人物



徐瑞德從30歲開始擔任大甲高中自由車隊總教練至今，車隊學生練公路爬坡時，

徐瑞德開著隊車尾隨在後，並不時提點學生。（照片來源／許雅筑攝）

自由車的迷人之處，在於「延伸」，延伸人的活動範圍，還有接近與挑戰大自然的感覺，徐瑞德說。「像武嶺那樣的高山，騎的時候當然累，但是騎上去之後，那種征服與舒坦的感覺是很強烈的。」自由車競技能追求的層次很多，值得強調的另一點，就是自由車不一定要去擊倒別人，即使落敗，只要能夠突破自己騎的速度、時間，那也是一種成長。

第二賽場 重新學習

雙腳畫圓、踩著踏板前進，自由車看似簡單，但其中的學問可不小，即便是選手和教練資歷加起來超過三十年的徐瑞德，都不敢說自己是專家。像是車輪轉動的效率會受到踩踏方式的影響、身高相同的兩個人腿長不一定相同、一個人的雙腿也不一定等長等等，而選手身材條件、比賽項目和車的零件，也要取得能發揮選手最大能力的平衡，這些都是自由車運動需要考量的。

談起當選手與當教練的差別，徐瑞德認為選手主要的負擔在體力方面，教練則是在精神方面。至今二十一年的教練生涯，前十年因為在專業領域該有的觀念和技術都還不足，其實走得頗為辛苦，徐瑞德說。「當選手時感覺不到理論的重要，當教練才覺得不懂不行。」因此他充實外語能力，積極吸收國外關於訓練方法的研究成果，才在理論基礎上，逐漸理出一套帶領選手的方法。

現在徐瑞德除了帶領大甲高中自由車隊之外，也是台灣三支職業自由車隊之一——前勁隊的總教練。前勁隊在2010年向國際自由車總會登記為三級職業車隊，積極參與國際比賽，隊上的蕭美玉更是台灣唯一取得倫敦奧運自由車參賽資格的選手。徐瑞德在孕育選手方面不遺餘力，而他心中更懷著一個職業化的夢。

跨過險峻 不變的堅持

徐瑞德將過去國內頂尖選手依靠比賽成績、獲得政府獎金維持生活及訓練的模式比喻為國營企業，而他所期望的職業化則是類似民營企業，公司以培養選手的態度，保障訓練及比賽的開銷，並支付酬勞給選手，選手則專注於提升自己的實力，為車隊爭取好成績的同時，也是為自己的下一張合約努力。

不同於棒球、籃球可以組一個國內聯盟相互比賽，自由車隊是無法在「國內」職業化的，而是建立在對外參與商業比賽上，例如自由車總會正在推動的洲際巡迴賽，讓各洲車隊能就近相互切磋，形成像是以洲為單位、參與車隊眾多的「聯盟」，就是促進職業化的重要舞台。

前勁隊雖朝著這個方向努力，不過因為還受市政府等公部門幫助的關係，只能算是「準」民營企業，但耕耘的成果已慢慢浮現。前勁隊的男子選手正在印尼比賽，徐瑞德以隊上選手馮俊凱為例：「馮俊凱現在在印尼比完第五天，在所有選手中排名第二，只差八秒就可以拿冠軍的黃衫，如果我們只是第一年，是做不到的。」



前勁隊朝著職業化的方向努力，雖然現在還只算是「準」民營企業，但耕耘的成果已慢慢浮現。

(照片來源/台灣前勁自由車隊Facebook)

參與商業比賽能讓選手走出台灣，與國外車手交流，而選手獲得好成績的同時，贊助的企業也能藉此曝光，進而持續贊助車隊，這個循環對職業化來說十分重要。而這個循環的最終目標，「是為國爭光。」徐瑞德堅定地說，無論是亞奧運還是自由車賽事最高等級的環法賽，都要讓台灣為國際所見，才不會讓國民認為，職業車手終究只是為自己所屬的公司努力。「但是在亞奧運拿牌，沒有經過職業化的磨練，是不可能的。」

真正的職業化還有一段路要走，目前台灣有三支登記在自由車總會下的職業車隊，但三隊的資源其實都有限。展望未來，徐瑞德希望最近五、六年，台灣可以多增加幾支車隊，在台灣舉辦的國際比賽一年也能達到五、六場，這樣才可能追上國際的腳步。

笑容爽朗的徐瑞德，言談間流露出他對自由車運動的深刻觀察與了解，在吸收新知方面從不停下腳步的他，對提升台灣的自由車競技實力有著殷切的盼望，而職業化是他認為正確、也積極前進的方向。



風城稻米 「粒粒」在目

在十二月稻穗成熟的時節，新竹縣橫山鄉的佃農開著收割機，一天完成三甲田的收割。

無限可能的夢 白日夢



乒乓和一般人一樣，曾經有夢想，因被現實傷害而退縮，卻意外發現「白日夢」的不可思議，從此開始勇於作夢。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們

© 2007-2014 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0