

焦點新聞



校園 發布日期：114-06-05

小將到國手 外文系陳芊靜競技疊杯為台爭光



文/公關組 圖/公關組

還記得2018年在美國奧蘭多舉行的競技疊杯世錦賽嗎？當年，台灣代表隊與南韓爭奪冠軍，前三棒結束時台灣稍落後，但關鍵的最後一棒由陳芊靜出場，她以驚人的速度與穩定度完成疊杯，一舉逆轉替台灣奪下該年度冠軍，成為當時全場焦點。

如今，當年的疊杯小將已是陽明交大外國語文學系的一年級學生。上個月，她代表台灣遠征瑞士參加2025年競技疊杯世界錦標賽，本月也將代表學校參加於屏東舉辦的中華民國大專校院113學年度競技疊杯錦標賽，持續在疊杯賽場上發光發熱。

競技疊杯是一項結合速度、節奏與專注力的極限運動，選手需在最短時間內依照指定順序將杯子疊高再還原，被譽為速度與節奏的極限對決。陳芊靜自小學時期便對疊杯運動產生濃厚興趣，從淡水的文化國小球隊起步，逐步累積實力，最終代表台灣參加國際賽事，展現出色表現。



如今，隨意google就可看到她當年替台灣逆轉擊敗南韓的新聞報導，也很榮幸這麼優秀的選手能成為陽明交大的一份子。

陳芊靜回憶，當初因學校推廣疊杯運動，覺得新奇有趣，便加入校隊。在教練的指導下，她不僅提升了技術，更在2018年首次為台灣在世界賽的StackOut賽事中摘下金牌。

然而，對她而言，疊杯運動帶來的不僅是獎項的榮耀，更是時間管理與心理素質的磨練。她表示，參與比賽需在課業與訓練間取得平衡，學會有效安排時間，並在壓力下保持冷靜。特別是在團體賽中擔任最後一棒時，肩負著「逆轉勝」的期待，曾讓她感到壓力沉重，影響表現。但她不斷調整心態，努力克服心理障礙，期望在每次比賽中發揮最佳狀態。

目前陳芊靜是國家疊杯代表隊的一員，持續參與國際賽事，並將所學應用於團隊合作與自我成長上。她表示，疊杯運動教會如何在壓力中前行，並激勵她在未來的學業與生活中，持續追求卓越。

未來，陳芊靜也期許自己能以更穩健的心態面對賽場挑戰，持續突破自我，為台灣再創佳績。

#競技疊杯 #外文系 #陳芊靜

延伸閱讀



世界紙飛機大賽 陽明交大學子代表台灣征戰全球紙飛機好手

相關圖片：



陳芊靜參與競技競技疊杯競賽

回上一頁 >

展開