



# 15人1分鐘 接力跳繩135下

## 隊員教練創紀錄振臂歡呼

報導 ▽ 蘇俐嬋 攝影 ▽ 蔡添華

(吉隆坡28日讯) 15名跳绳高手以1分钟接力快速跳绳多达135下，成功列入大马纪录大全“1分钟单绳团体跳次数最多”项目！

上述挑战活动是由吉隆坡台湾贸易中心及马来西亚跳绳总会主办，于星期日在乐活台湾精品2022：跳绳传爱（Jump For Love）大型公益活动中举办。

15名年龄介于17至33岁的跳神高手，以1分钟接力快速跳绳多达135下。

他们获得在3次团体跳绳的挑战机会，但在首次连跳时数度出现失误而无法超越130下。随后经过教练赛夫尼扎、阿布巴卡、扎娜莉亚的指导和团队队员互相打气，队员们在最后一次的挑战机会中快速接力跳绳，终于闯关成功，连跳次数达到135下，成功列入大马纪录大全。

参与者挑战成功，队员和教练们振臂欢呼，开心拥抱，现场士气沸腾。

### 賽夫：各地高手集合訓練不易

大马纪录大全办公室经理李佩玲颁发大马纪录大全证书给成功挑战者，由马来西亚跳绳总会会长赛夫安华代表接领。

赛夫安华指出，15名跳绳高手都是遍布全马各地的州手和国手，包括来自玻璃市、吉打、吉隆坡、雪兰莪、马六甲及柔佛，因此要集合大家一起训练并不容易。

他说，经过大家的努力培训，才使到这次挑战成功，列入大马纪录大全。



1.吉隆坡台湾贸易中心星期日（26日）下午在双威伟乐购物商场大厅举办1分钟接力快速跳绳挑战，吸引大批群众观看。

2.西蒂哈嘉（第三排左三起）、李佩玲在彭湘尹的见证下，颁发大马纪录大全证书给赛夫安华。第三排右五起是韩晓暖 and 赛夫尼扎。第一排坐者左起是阿布巴卡和扎娜莉亚。

3.15名年龄介于17岁至33岁的挑战者快速接力跳绳，成功在短短1分钟之内跳出135下，列入大马纪录大全“1分钟单绳团体跳次数最多”的项目。

4.参与者们挑战成功，教练高兴得振臂欢呼，现场一片沸腾。

### 彭湘尹：推廣樂活運動獻公益

吉隆坡台湾贸易中心主任彭湘尹指出，在冠疫情爆发期间，人们宅家抗疫，该会因此推动跳绳运动。

她指出，这是该会首次举办实体的挑战跳绳活动，她也感谢跳绳总会的协助，邀请全马各地的州属和国手加入挑战行列。

她对跳绳高手写下纪录的壮举感到引以为傲，象征台湾最高品质的台湾精品乐意持续举办这类活动，推广乐活运动，同时奉献

社会公益。

另一方面，台湾精品在会上捐赠100组血糖检测系统与试剂给马来西亚国家肾脏基金会（NKF），以及捐赠双流新风机给八打灵再也社区团体MyPJ。

出席者包括大马纪录大全高级纪录顾问西蒂哈嘉、网红韩晓暖、马来西亚国家肾脏基金会首席执行官许韵韵和MyPJ主席彭发光。



### 陳結希（19歲，姐姐）、陳柔斯（17歲，妹妹）： 教練父母監督訓練

“我们的父母是跳绳教练，所以自小就开始练习跳绳，这个兴趣也维持了十多年，每个星期都会有固定时间跳绳，每天会花1、2个小时练习。”

这是我们第一次参与团体接力快速跳绳，也是首次参与大马纪录大全的挑战。

在挑战之前，我们和其他队

员们只有大约1个星期的时间一起训练，每次训练接力跳绳次数都是介于110至120多而已。

在首两次的挑战，我们都无法超越130下，但来到最后一次的挑战机会，我们告诉自己不可以紧张，要尽量放轻松，享受过程就行，结果大家成功过关，心里非常高兴又激动。”