邁向第二次奧運 丁華恬心態再進化

上個月剛結束體操世界盃卡達站，奧運國手丁華恬代表輔仁大學，今天(5日)征戰113年全國大專院校運動會，在公開女生組競技體操成隊競賽，全項分數總和居首位，其中平衡木取得13.550分，表現亮眼。

「因為之前在卡達的積分賽，都是比單項，最近才開始恢復全能練習，體力還沒有跟上，所以平衡木跟高低槓都還不錯，只是地板有點沒力。」丁華恬表示今年拚巴黎奧運門票，重心放在平衡木，最終也順利取得資格。

她認為全大運輔助訓練調整，「像是恢復全能的中繼站，全大運比較像調整賽，取得奧運資格後，亞錦賽也會改為單項，之後訓練重心就會放在平衡木上。」

教練蔡恆政肯定愛徒首日發揮，「原本擔心她體能狀況，但今天比我想得好太多，表現可說是120分了，畢竟我們練習量沒有很多，這場以賽代訓，相信她狀況可以調整越來越好。」

上屆東京奧運，丁華恬以全能項目取得門票，這屆巴黎奧運則是用平衡木獲得資格，雖然都可以參與全能賽事，但師徒倆設定目標，專攻平衡木。

「準備全能跟單項很不一樣，全能要兼顧，單項則是要多花心思在這上面。」丁華恬指出由於體操評分規則調整，像是橫木跳分數下修，所以勢必要增加連接動作。

蔡恆政表示全大運結束後，會重新規劃動作，「競爭力強、難度高、技巧性高，可能難度要努力調到6分，因為這是一個分水嶺，到時奧運，希望她更有競爭性，屆時看看能不能進決賽，甚至挑戰頒獎台。」

21歲的丁華恬，上屆奧運還是高中畢業生，她覺得除了賽制跟動作改變，與上屆最大不同仍是心態，「一直在學習選手的心態，如何去面臨不同狀況來調整，之前年紀比較小時，教練說一做一，教練目標就是我的目標，這也沒有不好，但就比較像是為了別人，現在是自己很想要，去追求這種感覺。」

公開女生組競技體操成隊競賽，國立體大陳芊恂、孫婕寧、王之媞、王雅信跟林宜蓁以135.65分摘金，擋下台灣師大衛冕，台師大曾宜瑄、賴金、陳鳳芝、曾華蒕、麥劉湘涵和孫家儀以131.05獲銀牌，由賴品儒領軍的國北教大，與許雅晴、陳品伃和闕力云以115.2分收穫銅牌。