



勇奪世錦賽銀牌

# 女拳霸Venus Wong

## 「泰」勁抽

■學泰拳短短4年時間便贏得世錦賽銀牌，曾慧英對泰拳有一定天份。

### FOCUS

曾慧英(Venus)外表強悍，一束短髮和一雙銳利眼神，走上泰拳擂台，雷霆萬鈞的氣勢配合出拳狠勁準確，擊退無數對手，在去年11月為香港贏得首面世界業餘錦標賽銀牌。回想起4年前，初學泰拳的某一日：「媽媽鬧我，女仔人家走去學泰拳，好粗魯。我沒有理她，因為我好奇，覺得男仔做到，女仔都可以。」現在她成為受人尊重的世錦賽亞軍，這個港產女拳霸除下拳套後，又學化妝，夢想為新娘添彩。

文、圖：林湛穎，場地提供：剛嵐泰拳健體中心

幾年前的泰國電影《拳霸》在香港大收旺場，電影情節中，泰拳總是離不開流血和受傷，令有心學的人卻步，Venus認為只是誤謬：「無論比賽或是練習，我都未試過『見紅』。反而熱身不足，便很容易受傷，最常見是手腕扭傷，所以一定要預備15分鐘時間熱身。」

### 學取泰拳而放棄感情

泰拳手腳並用，拳打腳踢，只合男性，這個是荒謬中的荒謬，Venus哭笑不得：「2006年於拳館識到個男朋友，但他反而勸我不要打，做回一個『普通女仔』，最後成為分手導火線之一。現在其實很多女仔都有參與，她們在拳館只是兩個人對練，志在keep fit，只有極少數人會打比賽。我贊成女仔學泰拳以作自衛，有基本功，萬一有事時都識得應付。」

### 學拳兩年後開始比賽

Venus學打泰拳約兩年後，開始參加本地比賽，並成為香港最頂尖的女拳手。去年起參加內地和國際比賽，大開眼界：「我的體重較輕，只得43、44公斤，按理應參加45公斤級，但因為沒有其他人報

名，我要被迫越級挑戰，反而可以了解到自己不足，最重要學懂信任，泰拳不是個人運動，場邊還有教練提點。」

Venus教練柯尊鼎解釋：「其實是拳手對拳手，教練對教練。教練洞悉比賽形勢後，就會即時教路，出色的拳手不能獨斷獨行，一定要信任教練，聽他的分析。」

### 學習化妝為前途鋪路

運動員的生涯有限，Venus現時一邊練拳比賽，一邊做助教，退役後轉為教練，最希望能訓練出一個拳手，能參加國際性比賽，男女均可。兒時背後，亦有女性細心的一面，年多前，她拿起化妝筆，學習化妝，日後剛柔並重，增加收入：「化妝都是自己興趣，希望日後可在婚禮場合上大派用場。」

「我覺得化妝和泰拳都是講創意，兩者都不可以一成不變，要視乎情況應變，這樣才夠刺激。」她笑言絕不會化妝上陣打比賽，「比賽就是比賽，不能分心！」

曾慧英(Venus)

年齡：20歲  
身高：1米52  
體重：44公斤  
泰拳年資：4年多  
成績：  
2009年全國賽女子54公斤亞軍  
2009年世界業餘錦標賽女子45公斤亞軍

### 5招必殺技



#### 出拳

連環出拳，步步進迫，使對方節節後退而失位。



#### 飛腿

飛腿突襲，殺對方一個措手不及。



#### 批解

在足球和籃球比賽批解必定被重罰，泰拳則是主要的進攻招數。



#### 攬頸

箝制對手的活動能力，得分在望。



#### 膝撞

對手被鎖死後，反抗無力，用膝頭重擊，Sure Win！



■曾慧英是泰拳高手之餘，也學化妝，為未來作打算。

### 「入場費」\$500有找

泰拳的「入場費」相宜，4堂初級課程堂費只需450元，每堂上約90分鐘。學生需購買所屬拳館的會衫和褲，其他必須品以安全裝備為主(見附表)。

短短幾堂就足夠變身為「港版Tony Jaa」？柯尊鼎教練強調初學者切勿未學行，先學飛：「初學者切勿急功近利，最常見犯的錯誤是發死力，出手位置不正確，反而令自己受傷。泰拳的廣門是用最細的力，打出最強的效果。頭幾堂我們會教簡單步法，然後是直拳和勾拳。」

Venus補充：「部份初學者因為想打比賽而學泰拳，但往往這些人上完幾堂便自動消失，因為泰拳會用到全身肌肉，經過個半小時劇烈活動，一定會『周身酸痛』，而且會痛兩、三日。想打比賽，要不怕痛，也要有恆心，最好一星期可以練習一至兩日。」

### 泰拳基本裝備

- 頭盔 約\$400(可自行決定購買與否)
- 牙膠 \$60
- 手套 \$110/1對
- 拳套 數百元，視乎重量和物料。
- 腳帶 \$98/1對
- 會衫 \$80
- 會褲 \$180



■曾慧英(中)、教練柯尊鼎(左三)和師弟們一同合照。

