



周諾謙威水紀錄(只列部分)

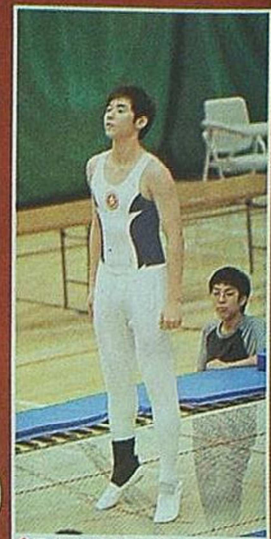
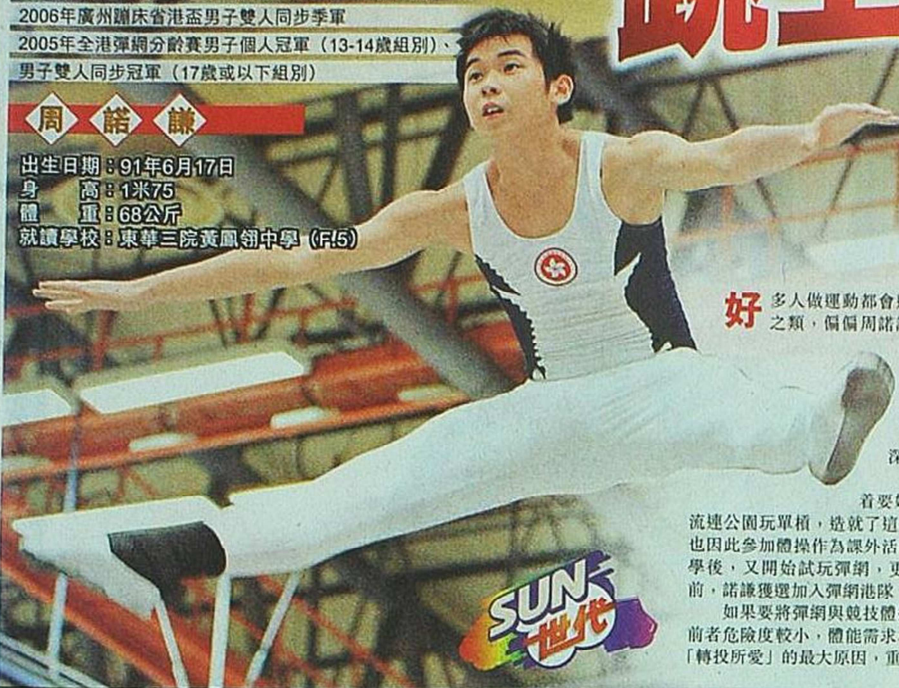
- 2008年港中學彈網錦標賽男子甲組冠軍
- 2007年全港彈網公開錦標賽男子組冠軍、男子隊際冠軍
- 2007年全港彈網分齡賽男子個人冠軍(15-17歲組別)
- 2006年廣州蹦床省港盃男子雙人同步季軍
- 2005年全港彈網分齡賽男子個人冠軍(13-14歲組別)、男子雙人同步冠軍(17歲或以下組別)

周諾謙

出生日期：91年6月17日
 身高：1米75
 體重：68公斤
 就讀學校：東華三院黃鳳翎中學(F5)

跳上彈網

夢想翱翔



好多人做運動都會選熱門的如羽毛球、籃球及足球之類，偏偏周諾謙就選了不太多人玩的彈網。這個體操項目在香港其實不算普及，冷門程度連周諾謙自己都說：「很難找到志同道合的朋友！」不過，這位剛滿十七歲的彈網港隊成員，卻對這運動深深著迷！

周諾謙愛上體操，其實是由闖着要媽媽帶往公園攀爬鐵架開始。而流連公園玩單槓，造就了這位「彈網天才」的出現。小學時也因此參加體操作為課外活動，開始學習競技體操；升上中學後，又開始試玩彈網，更從此對彈網一玩上癮。兩年半前，諾謙獲選加入彈網港隊，正式接受專業彈網訓練。

如果要將彈網與競技體操比較，這位「彈網小子」認為前者危險度較小，體能需求相對比較低，不過這都不是諾謙「轉投所愛」的最大原因，重要的是，他在這運動中找到一直

嚮往的感覺，他高呼：「最愛站在彈網上的舒服自由，就像在天空上翱翔一樣！」彈網運動強調腹肩訓練，要求運動員高度專注集中，做出各種騰空動作，稍一分心都很容易令身體受傷，諾謙就曾因此而弄傷鼻子。不過再艱難的訓練最後也得到回報，現在這位「彈網天才」已能連續做出九個空翻動作，並正努力向第十個空翻的目標邁進。

望代表香港到外國比賽

然而，世上沒有十全十美，諾謙的「彈網夢」仍然有一個未曾實現的，就是礙於在香港玩彈網的人不多，連帶出外參賽的機會也很少，諾謙最遠一次也只是赴廣州參賽，即使在香港，全年也不過只得三次大型彈網賽事舉行，實戰機會可謂寥寥可數。因此，他最期望有一天，能夠以香港代表隊的身份到外國作賽，見識海外彈網運動員的實力之餘，對提升自己水準方面也有幫助。這顆新星潛藏的實力，正在等待一個機會來發亮發光！

◆周諾謙玩彈網非常專注集中。

周諾謙同學獲太陽報刊登彈網運動成就