



嘉藥健美隊 續創佳績 候好慈雙金加身 傲視群雄

中華民國大專校院108學年度健美錦標賽日前於臺北市立大學舉行，嘉南藥理大學校隊憑藉健碩身形與勇猛英姿，共摘下2金1銀1銅及第五、第六名優異成績，並獲得團體組總亞軍，其中，候好慈選手二連霸，包辦女子形體組、女子比基尼組+163公分級雙料冠軍，亮眼表現，傲視全國，全校師生更是引以為榮。

該賽事由教育部體育署指導、大專校院體育總會與中華民國健美協會共同主辦，分為男子健美組、男子形體組、男子古典組、女子形體組及女子比基尼組等五組比賽，吸引全國超過百位的健美菁英組隊角逐。嘉藥在體育室主任莊庭禎率領下，由候好慈等7位選手參賽，以健碩的肌肉線條和優美的體態，競逐佳績，成果豐碩

首先，女子選手候好慈在女子形體組+163公分級拔得頭籌，搶下首金，接著王子朋也於男子形體組170公分級取得銀牌，候好慈再接再厲，奪得女子比基尼組冠軍，傲視群雄，男子選手陸續傳來佳績，劉竑均男子古典健美組175公分級第5名，最後，王子朋與劉竑均再下一城，在男子健美組75公斤級分別笑納銅牌及第6名，整隊傑出表現，最終再拿下團體組亞軍，畫下圓滿句點，戰果輝煌。

二連霸女子比基尼組並勇奪首屆女子形體組+163公分級冠軍的候好慈，為了展現更美好的體態與線條，比賽前調整飲食，刻意讓腰圍從原本的26吋減到了21吋，整個人看起來輕盈俏麗，絲毫沒有雄偉的樣子，她笑著說：女生練健美，不會「不小心」練太壯而變成金剛芭比，因為男女內分泌的不同，女性肌肉增長的程度略遜於男性，只要飲食搭配得宜，針對需要改善的部位練習，不只能秀出優美的體態，對女性健康也相當有益。

說到肌肉線條，一舉在男子形體組170公分級與健美組75公斤級奪下銀牌與銅牌的王子朋表示：每天的練習不算什麼，重要的是要能針對自己肌肉線條的不



嘉南藥理大學 新聞稿

聯絡人：公關出版組林怡君、吳尚怡
電話：(06)2664911 # 1042、1043
E-Mail：box1042@mail.cnu.edu.tw
box1043@mail.cnu.edu.tw

足之處，加強雕塑訓練，才能在台上展現最完美的線條，他坦言訓練的辛苦，他樂在其中，反而，在評審及眾多好手面前，只穿一件泳褲的努力展現肌肉，讓內向的他有些不自在，秉持對健美的熱愛，他還是克服了，因為這就是成為健美選手所必須要建立的心理素質。

嘉藥校長陳鴻助表示：非專業科班出身健美隊，能有如此佳績，確實難能可貴，陳校長除了對選手們一一勉勵外，也特別感謝教練梁俊煌的努力與付出，他期勉健美隊再接再厲，加強賽事經驗的分享與傳承，讓更多的嘉藥好手在健美領域嶄露頭角，發光發熱，未來更要積極招募優秀同學加入校隊，一同來為校爭取榮譽。