

# 假如我的對手是劉翔

## 「奧運」田中周年寫作比賽

### 初中組亞軍

#### 3A 鄧凱琪

假如我的對手是劉翔，我一定要擬定一套絕妙的計劃去擊敗這位奧運金牌選手，創造另一個中國金牌人物傳奇。

首先，練習是必要的，世上是沒有免費午餐的。除了要利用智慧打敗對手外，努力亦十分重要啊！我決定每天要練跑五小時，更要練習起跑一百次，午飯的時候就要看不同的跨欄賽事吸收前輩的經驗，睡前就練習起跑動作。

健康方面，每天要定時吃維他命丸及鈣丸，以免於比賽前生病。我更會邀請專業營養師為我設計餐單，均衡飲食，維持強壯的體魄。

不過，如果劉翔是我的對手，一定要知道他的缺點，然後不斷改良自己的動作。練習及健康是每個運動員不可或缺的，但如果認識他並結為朋友，不是可以更了解他嗎？我也很樂意交這個朋友，我希望可與他一起練習，讓他指導我的錯處，使我進步，才能與他一決高下。到了比賽那天，我就要將所學的東西全部運用出來，因為我想做到最好，不讓人們對我失望，就算失敗了也能賺回經驗，為下場賽事做好準備。計劃擬定到這 已經開始不計較勝負了，只求做到最好，問心無愧就是了。

最後，我放棄了打敗劉翔這計劃，我想如果是為中國爭光的話，無論是誰也一樣吧？