

「哥哥」張國榮主演的電影「鎗王」令人印象深刻，電影中的實用射擊（IPSC）運動亦成為一時話題。原來這項運動早已在本港扎根，去年為中國香港於氣槍 IPSC 世界賽奪得青年組世界冠軍的梁銘津，就直言 IPSC「射靶唔射人」，既有型又有挑戰性，更能鍛煉判斷力與情緒管理，在工廈中就能一嘗變身「鎗王」滋味！

圖、文：郭思華
部分相片由受訪者提供



訪問當日剛踏入新蒲崗工廈的 IPSC 練習場，就聽到連串的「槍聲」以及金屬標靶被擊中的「叮叮」聲，讓人心情亦隨着槍聲愈來愈雀躍。場上的「鎗王」梁銘津，拿起氣槍眼神就如鷹般專注，就讀中五的他去年7月在菲律賓世界賽奪得青少年標準組世界冠軍、標準組地區隊世界冠軍，今年亦成為屈臣氏集團香港傑出學生運動員獎得獎者之一。

他笑言除了拿槍姿勢有型，賽事緊張刺激亦是 IPSC 最大吸引力：「不同於奧運射擊項目的靜態環境，IPSC 最初是為警察和特種部隊設計的防衛射擊訓練，因此參加者需要在移動中射擊各種不同種類及數量的目標物，但又不會如 Wargame 般對人射擊，既保障安全又能考驗射手的靈活性與反應。而且每個場景只會打一次，下次就會有新的組合，亦有室內及室外不同場境選擇，永遠充滿新鮮感！」

IPSC 的計分方式是以標靶分數除以時間，因此每場比賽都分秒必爭，考驗射手的判斷力與準繩度，當中器材好壞亦是關鍵，因此銘津指平常每個月都會拆散氣槍以白電油清潔保養零件，更笑言曾因此嘗試在家中拆開電視、電腦再組裝回去，意外點開「技能樹」。他又

笑指：「因為這項運動極考反應，長年訓練下我的反應也比別人快，這也是意外收穫吧！」



■ IPSC 的比賽場地包括室內與戶外。

新手試玩門檻低 訓練專注升 EQ



■ IPSC 基本裝備包括氣槍、彈匣及腰帶。

手拿氣槍專注射擊形象帥氣，不過亦有人因為害怕槍枝或是覺得費用高昂而對 IPSC 卻步。梁銘津直言這項運動入門的門檻並不高，而且在訓練中不僅提升技術，亦會培養良好的觀察力及情緒管理能力，成為最大得着。

旁人看來氣槍就像難以觸及的世界，不過銘津指這項運動門檻並不高：「一般人來到槍會，首先需要學習安全知識，其後就可以嘗試射擊滋味。即使沒有個人裝備，新手亦可以向槍會租借器材，數百元就能玩上一整天，非常方便。」

他又提到 IPSC 的最大得着是改善情緒

■ 梁銘津指 IPSC 有型又刺激。

HK SHOOTERS

香港射手會

屈臣氏集團185周年

香港傑出學生運動員

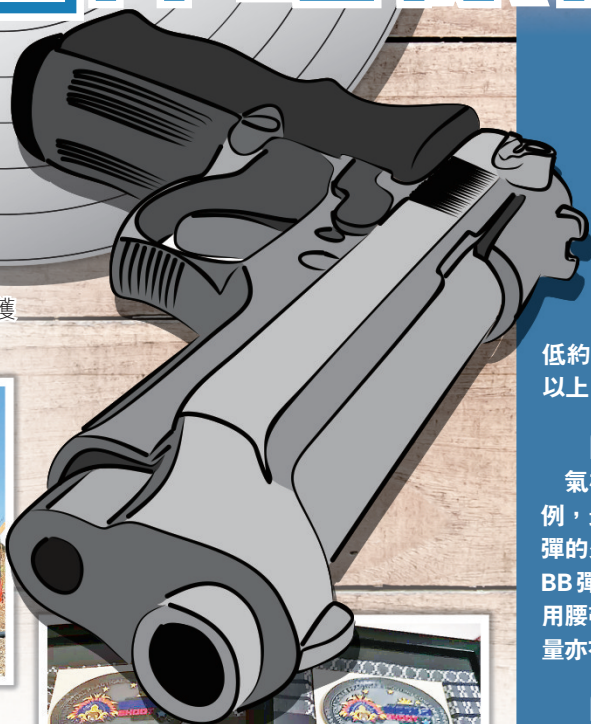
AS WATSON GROUP 185th ANNIVERSARY

HK OUTSTANDING STUDENT SPORTS AWARDS



射靶唔射人 工廈練功夫

實用氣槍射擊 鎗王仲唔係你？



實用氣槍 射擊器材介紹

氣槍

IPSC 賽事分為多個組別，各組別對槍枝都有不同要求，部分容許改裝器材及使用光學瞄準鏡，槍枝尺寸及彈匣容量亦有限制。入門基本款價錢最低約1,000多元，進階版價錢可達6,000元以上，部分射擊會亦有器材可供租借。

彈匣

氣槍 IPSC 使用專門的彈匣，以標準組為例，最多只能裝有18發BB彈。由於沒有實彈的火藥作推力，氣槍彈匣都會設有氣缸為BB彈提供推進力。參加者會將彈匣插在專用腰帶及彈匣套上，不同比賽組別對彈匣數量亦有不同限制。

消耗品(BB彈、氣罐)

參與 IPSC 運動時，氣槍、彈匣、腰帶等器材皆可租借，但必需的消耗品如BB彈、為彈匣提供推力的氣罐等則需要自行購買，一般市售BB彈數十元就有一大包。



■ 標準組的氣槍不可使用光學瞄準鏡，考驗射手功力。

■ IPSC 的標靶有不同得分範圍，並會以得分除以比賽時間的分數作最終得分。



■ 梁銘津於世界賽奪金而回。

管理：「我小時候很『火爆』，但射擊需要保持高度專注及冷靜，比賽時又會有『高手睇你後面』的壓力，幸好在訓練中逐漸學會處理情緒，隨時保持冷靜與判斷力。這種能力亦讓我在現實生活中面對難題亦能沉着應對。」