

從OL變身職業拳手



▲陳衍婷(左)在泰國職業拳擊協會(PAT International)輕蠅量級別的賽事對戰泰國拳手Chutinan Khonghoi,並獲得勝利。受訪者提供



▲陳衍婷轉為職業拳手後才論愛女。

陳衍婷小檔案

- 職業：職業拳擊手
- 年齡：32歲
- 國籍：中國香港
- 身高：1米7
- 體重：49公斤
- 婚姻狀況：已婚
- 曾獲錦標：2023年度香港業餘拳擊冠軍、泰國職業拳擊協會輕蠅量級冠軍、世界拳擊理事會亞洲輕蠅量級冠軍

為夢想可以去到幾盡？32歲的陳衍婷本來只是個平凡的OL(白領女性)，3年前她首次接觸拳擊便立刻愛上，甘願放棄穩定的工作，婚後不時都要隻身遠赴泰國訓練及比賽，無法與家人相聚，甚至孤獨過聖誕，為的只是達成當上職業拳手，甚至站上拉斯維加斯出戰世界級賽事的美夢。陳衍婷希望證明拳擊不是男性主導的運動，女生亦可以打遍國際擂台，圓個人夢的同時，亦推動本地女子拳擊發展。

大公報記者 梁潤森

香港屬較罕見的職業女拳擊手陳衍婷，本來只希望結婚時穿婚紗更好看而學拳擊修身，沒想到一接觸後便全情投入，更由努力操練、繼而成為業餘拳手，甚至到現在職業拳手。為了實現拳擊夢，陳衍婷更願意放棄有穩定收入的文職工作，全情投入到職業拳擊中。陳衍婷表示，拳擊給予她別處無法找到的成就感，也是為了創造更多回憶，希望自己追夢的故事，可以激發更多人嘗試為夢想奮鬥。

就在3年前，當時29歲陳衍婷因結婚前希望身形好看點才嘗試拳擊，此前的她甚至是不喜歡做運動的女生。沒想到，學習拳擊後，便好像找到「真愛」一樣，追逐拳擊的夢想一發不可收拾。她想到工作會令訓練時間減少，為了全情投入拳擊，便有所犧牲，毅然放棄文職工作，增加訓練時間去挑戰業餘賽，當她越來越愛拳擊，又看到「神奇小子」曹星如22連勝的壯舉令全港注目，她認為自己也可以從女拳手的角度爭取成績，為自己創造成為世界冠軍的美好回憶。她如此熱愛拳擊，是因在播台上那種專注作戰，及努力後取勝的成功感，一切都是非筆墨可以形容。

冀在拉斯維加斯舞台比賽

談到目前訓練情況，陳衍婷表示職業拳擊手的訓練包括跑步、體能訓練及技術訓練，每周要訓練6天，每日大概要4、5小時。問及最深印象的比賽，她表示是職業賽

4連勝、去年12月在泰國出戰取得世界拳擊理事會(WBC)亞洲洲際輕蠅量級金腰帶的賽事，當時她對陣泰國排名前三甲的女拳手，為備戰她更邀得曹星如前教練、來自菲律賓的名師Mr. Jaro特訓足一個月，當時她的對手是有過百場拳賽經驗的老手，但她憑着自己業餘及職業合共15連勝的戰績越級挑戰，結果在首次打10回合賽事便贏得金腰帶成為洲際女拳王，令她定下打拳終極目標，希望在拉斯維加斯比賽，站上世界舞台並奪得世界冠軍腰帶。

「中途出家」成為職業女拳擊手的陳衍婷，沒有遺憾與拳擊這個「最愛」相逢太晚，她認為有心唔怕遲，反過來利用歲數這特點，告訴自己，要把未來每一場賽事都當是最後一戰地努力，這樣便不會後悔。她的家人與丈夫，亦由之前反對她轉戰職業，到現在變成支持，因為大家看過她在比賽中的努力而改觀。同時當上拳擊教練的她，更把自己學到的專長及知識教導他人，同時又可以趁機會認識有共同愛好的人，希望在香港好好推廣拳擊運動。

職業賽4連勝 成亞洲洲際女拳王

陳衍婷在業餘拳擊中錄得12連勝，轉戰職業賽後，亦拿下4連勝，目前是16連勝的不敗女拳手。陳衍婷在職業賽贏得的4場比賽都值得留意，目前她已是亞洲洲際女拳王，未來目標她希望能成為下一個香港國際冠軍拳手。

澳門IPBU初試啼聲

去年5月31日，國際職業拳擊聯盟(IPBU)系列賽揭幕戰在澳門舉行，陳衍婷初試啼聲，同時支持中國職業拳擊推向世界舞台，出戰當晚唯一一場女子賽，與黃皓珈在女子50公斤級別中對陣，結果陳衍婷在4回合以點數勝出，雖然未能列入職業紀錄中，但為之後首場泰國職業賽打下信心。

陳衍婷6月正式出戰職業賽，她在泰國「Way of the Champions」女子輕蠅量級賽事出戰，面對泰國Sukanya Wangarsa，陳衍婷當到職業賽勝利初體驗。

去年7月底，陳衍婷遠赴泰國，出戰「CLASH OF TITANS」拳賽女子輕蠅量級賽事，那次她轉戰6個回合的賽事，對手是泰

國女拳手Monthawee Srisongkham，沒想到表現更佳，在第4個回合，陳衍婷首次以K.O.勝出，迎來職業拳擊生涯第2場勝利，賽後她表示，將來目標要贏得亞洲職業拳擊聯合會(ABF)亞洲冠軍腰帶。

自去年9月底，陳衍婷再度飛往泰國曼谷應付第三場賽事，出戰泰國職業拳擊協會(PAT International)輕蠅量級別賽事，今次她在輕蠅量級迎戰泰國拳手Chutinan Khonghoi，比賽亦進一步提升至8個回合。為應付更高強度比賽，陳衍婷賽前更特意與男拳手進行對打和抗打訓練，結果她亦順利贏得職業賽3連勝。

出戰職業賽第4戰前，陳衍婷亦在去年12月初贏得香港拳擊總會女子組48公斤級別冠軍，成為香港女拳王，並以這個身份，在同月底到泰國出戰世界拳擊理事會(WBC)亞洲洲際輕蠅量級賽事，在這場職業賽第4戰中，比賽強度已提升至最高的10個回合，對手更是泰國排名前三的女拳手Peeyaluk，最終陳衍婷獲勝為WBC洲際女拳王。

陳衍婷夢想打遍國際擂台



▲陳衍婷夢想成為女版曹星如。受訪者提供

▲陳衍婷(左一)在亞洲洲際輕蠅量級賽事勝泰國排名前三的女拳手Peeyaluk，成為WBC洲際女拳王。受訪者提供

拳擊四大組織話你知

簡稱	名稱	冠軍金腰帶樣式
WBC	世界拳擊理事會	綠色帶面配金色標誌
WBO	世界拳擊組織	棕色帶面配金色標誌
WBA	世界拳擊協會	黑色帶面配金色標誌
IBF	國際拳擊聯合會	紅色帶面配金色標誌

教練：贏國際冠軍腰帶不是夢

曾連續6年奪得香港男子業餘拳擊冠軍的王偉明(Ken Sir)，打而優則教成為拳擊教練，連續10年獲得香港傑出表現教練及卓越教練獎。訓練拳手是Ken Sir的工作之一，其間曾訓練出7個香港冠軍級人馬，職業女拳手陳衍婷是其中之一。這位有志推廣女子拳擊的教練表示，陳衍婷6個月贏得3條冠軍腰帶，足見她努力與實力，希望社會各界能贊助及支持女子拳擊，好讓有夢想的運動員能走得更遠，實現挑戰世界夢。

王偉明曾是2008至13年香港男子60及64公斤拳擊冠軍，亦曾與曹星如的哥哥曹

聲揚一同成為港隊隊友，又看着「神奇小子」曹星如走上職業賽道路，他心中便一直有個職業拳擊冠軍的夢，退役後他當上教練，更於2010至20年連續10年贏得教練獎。

Ken Sir雖然平時會教普通人減肥健身，但在18年的教練生涯中，他一直希望培訓出職業世界冠軍拳手，當然亦包括女子拳擊手，他表示職業拳擊手在香港很罕見，大概每一千名業餘拳擊手，才會孕育出一位職業拳擊手。陳衍婷的出現，更有助達成自己未竟的夢想，就是當上職業拳擊手，甚至贏得冠軍金腰帶。

年齡大小不是限制

談到陳衍婷年過30才當上職業拳擊手，Ken Sir表示不成問題，因為若有能力及體力，打到50歲也不誇張，目前拳壇便有一名39歲日本頂尖女拳手。Ken Sir又認為陳衍婷打拳很有奮鬥心，如今她亦是世界拳擊理事會(WBC)亞洲冠軍拳手，最近6個月贏3條金腰帶，只要她肯努力肯堅持，未來1年再贏3條，包括國際冠軍腰帶也不是夢。

Ken Sir未來1年希望陳衍婷再打5場比賽，包括金腰帶防衛戰，及4大拳擊組織另外一些冠軍賽，包括國際冠軍金腰帶，如果計劃順利，故事如同曹星如一樣，成為香港一類拳擊明星，能夠為拳擊運動帶起熱潮，為香港拳擊發展出一分力。

女子拳擊體重級別話你知

體重級別	體重
迷你輕量級	45至48公斤
輕蠅量級	48至50公斤
蠅量級	50至52公斤
雛量級	52至54公斤
羽量級	54至57公斤
輕量級	57至60公斤
輕沉量級	60至63公斤
沉量級	63至66公斤
輕中量級	66至70公斤
中量級	70至75公斤
輕重量級	75至81公斤
重量級	81公斤以上