

國立臺南女子高級中學剪報資料

資料來源： 114 年 4 月 27 日

聯合新聞網

台南女中李珮萱全中運奪 2 金 1 銀 未來當物理治療師幫助更多選手

2025-04-27 14:54 聯合報／ 記者鄭惠仁／台南即時報導



台南女中高三學生李珮萱在剛落幕的全中運拿 2 金 1 銀，上大學後還要迎戰國際賽，校長洪慶在為她加油。記者鄭惠仁／攝影

台南女中高三學生李珮萱在剛落幕的全中運大放異彩，游泳項目奪得 2 金 1 銀，除了優異的體育成績，學業也不落人後，獲學校以體育績優推薦申請成大物理治療學系，讓人才留在台南。

李珮萱說，過程中也先後遇到成績沒法進步以及懷疑自己的關卡，除了持續練習就是心情的轉換，以及態度、目標正確，自己每周都要做一次物理治療，也看到許多選手受傷後的心情，期許自己除了更努力能參加世大運、亞運，也希望能順利就讀物理治療學習，未來幫助更多運動選手。

李珮萱在全中運勇奪高女組 50、100 公尺自由式金牌及 50 公尺蝶式銀牌，才在去年參加亞洲分齡錦標賽，拿下 15 至 17 歲 50 公尺仰式金牌，並破全國紀錄的她，這次全中運成績再更上層樓，為台南添 2 金，讓師長與有榮焉。

李珮萱小時候因身體不佳而和哥哥一起學游泳，但也展現天賦，小三、小四參加競賽頻拿第一。家人也思考是否往競技發展，由於有天分又有興趣而開始有規畫性練習，上了國中後由前亞運國手尋系漸進指導，不斷突破瓶頸，屢創紀錄。

過程中也不是一帆風順，也有遇到瓶頸而萌生放棄念頭。李珮萱說，小六、國一時以及國三、高一時，因游泳成績沒有明顯進步而心生挫折，好在有教練、父母及學校老師的鼓勵，從中找出原因，在心情、態度上做轉換，把壓力化做考驗與享受，加上自己的目標明確，總能越過關卡，成績往上提升。像 2023 年 7 月就陷入低潮，和教練討論後，找出更佳調適方法，去年參加亞洲分齡賽，成績就明顯進步。

李珮萱的父母也分享，因有很好的學校台南女中做後盾，當遇到關卡，就會鼓勵女兒在持續練習下，把心情沉澱下來，把書讀好也很重要，而每次沉澱後再出發，也都能有好成績，並更有信心。他們說，任何學習，態度很重要，珮萱在同齡中，身體不是最好，但永不放棄的態度是勝利關鍵。

李珮萱的母親是護理人員，珮萱說因母親關係，而自己又是選手，常要做物理治療，因此對物理治療有興趣。目前已由學校推薦，以運動績優申請成大物理治療學系，希望能順利錄取，未來能幫助更多運動選手。

校長洪慶在表示，李珮萱正為接續國際賽事做準備，期待再次發光發熱，而台南的好選手應留在台南，因此也在升學之路上提供協助，讓良才無後顧之憂，更能專心練習及精進。



台南女中高三學生李珮萱在全中運奪 2 金 1 銀，未來的目標是當物理治療師，幫助更多運動選手。記者鄭惠仁／攝影



台南女中高三學生李珮萱在剛落幕的全中運拿 2 金 1 銀，上大學後還要迎戰國際賽，校長洪慶在珮萱的父母為她加油。記者鄭惠仁／攝影