



經賽比場多最界世有擁，銓廣馬物人奇傳松拉馬奇華
(攝妮珠沈)。松拉馬場三十九百三了跑已計總，驗

老「馬」·永遠在跑!

馬廣銓

跑過393次馬拉松 世界紀錄保持人

他是全球最名副其實的「馬拉松人」——擁有世界最多次馬拉松比賽紀錄，三百九十三次。廿七日在紐約馬拉松比賽途中，不論是夾道加油的紐約居民，或是比賽選手，都不斷地跟他打招呼。

馬廣銓(Sy Mah)，五十九歲，五呎七吋，一百六磅，架一副深度近視眼鏡，看起來比實際年齡至少小十五歲。他是托利多大學(俄亥俄州)的運動科學與體育教授，在一九八一年二月廿八日打破了世界最多馬拉松紀錄(舊紀錄是一九六次)，以後每年三月中旬起每個週末參加馬拉松賽，一年至少跑卅五場以上，直到十二月冰霜封地為止。一九八三年一年還跑了四十五場馬拉松，比起一般人一年頂多參加一次到

他最令體育專家咄咄稱奇的連續跑馬拉松紀錄是在一九八八年勞工節長週末，連跑三場馬拉松(從密西根州赫倫堡，趕到密西根州布查南市，再趕到密西根州倫布市)。由於他一年花費將近六千元在馬拉松旅費上，所以都是盡量開車去比賽來節省開銷，「開車有時要比跑馬拉松還累人。」

最近這三星期，他再度創造令人咋舌的連續長跑紀錄，十三日參加在芝加哥舉行的「一百公里(六十二英里)超馬拉松」，廿日在芝加哥參加「美國馬拉松」，廿七日紐約馬拉松。紐約馬拉松是他今年第卅七場馬拉松。他自從四十一歲認真跑馬拉松以來，心跳數從每分鐘八十二次減至四十八次，血壓從一二六/八六降至

三次的行情，簡直是不可思議的超人行為。目前世界馬拉松參加次數於馬廣銓的是紐約州居民諾曼·法蘭克，遙遙落後，到廿七日為止，「才」累積下一百四十八場。

馬廣銓能夠這樣連續趕場跑馬拉松的祕訣有四。第一，他膝居，四個女兒都出嫁，週末寂寞，所以盡量找馬拉松去跑來消磨假日。第二，他看到自己的父親及很多中國朋友英年早逝，發覺要鍛鍊身體長命百歲。第三，他希望以身作則，喚醒亞洲人以及上年紀的人對運動強身的認識。第四，他知道自己體能的限制，不強迫自己超越體能限制，所以有精力及精神連續長跑。

本報特約撰述 沈珠妮