

■ SITI KHADIJAH 新加坡马来武术(SILAT)队队员 在SINGAPORE SPORTS HUB锻炼

20岁的Siti为参与东南亚运动会(SEA Games)马来武术竞赛,毅然选择增磅15kg(以符合重量级别标准),无论对身心都绝非易事。然而作为一名运动员,她坚持一旦设定目标就该勇往直前。

是如何爱上silat的呢?

机缘巧合!12岁那年,有一次回教堂举办了silat课程,结果我“一踢”就“踢”出兴趣,还加入马来武术团队。幸运的,我也在人生第一场silat竞赛中获胜。后来2015年的SEA Games作为赛场的体育志工,当时现场热血沸腾的气氛、观众为健儿打气的声音都令我起鸡皮疙瘩。我对自己说,这是我要做的事(成为silat运动员),一旦开始就会坚持到底。

你的履历有很多得奖记录,可否为自己设定终极

的观念在成为专业运动员后有了转变,现在的我会对自己说“一定要赢”。因为mindset对运动员至关重要,更可能是必要突破点。虽然如此,我也会提醒自己别因想赢而忽略了表现——毕竟若只专注在输赢这回事,那也会影响表现,甚至让我在失败后无法前进。

你如何形容擂台上的Siti?

我妈以前会叫我bulldozer,刚开始还挺介怀的,后来理解可能是因为我的攻击style。我不会说擂台上的Siti很凶,因为教练总会提醒我在打斗时要微笑,以免我太被情绪牵着走,反而不能集中。

听说你为了silat增磅15kg?

是的。我原是参与50至55kg轻量级别赛事,可是在本届运动会没有这个级别,所以我必须增磅15kg