

顾方蓁射击生涯的高光时刻

经过检索挖掘，《女性户外运动》总编辑米雪·塞林诺 (Michelle Cerino) 发现了若干追踪与记录顾方蓁精彩成功射击生涯的录像。以下便是她的发现：

你可知道，在顾方蓁从事竞技射击运动与比赛期间，曾经录制过跟她射击经历有关的专业视频？以下为其中六则选辑，相信读者定会在其中发现乐趣、心得与启发。

在出版回忆录《顾方蓁：巾帼枪神 世界冠军之路》之前二十二年，方蓁就开始在这个早期视频 ([in this early video](#)) 中首次讲述了她的比赛故事。这要追溯到她参加国际实用射击协会 (IPSH) 射击的日子，而我却从来不知道方蓁也在其中竞技。方蓁向她的第一位教练欧阳 (Jim O'Young) 请益，也受教于来自日本的永田一郎，后者向她说明了女性射击选手与男选手同场较量时必须克服的体能障碍。视频还解释了比安奇杯的赛事；方蓁的比赛亮点在其中，年轻好手朱莉·戈洛布 (Julie Golob) 与射击冠军选手道格·柯宁 (Doug Koenig) 也一同入镜。

在这段二〇〇三年带有纪录片风格的录像 ([2003 documentary style video](#)) 中可观看方蓁比赛幕后的日常生活：方蓁、她的朋友和家人，包括传奇的手枪选手米奇·福勒 (Mickey Fowler) 等著名的射击选手都在其中露面，他们都回忆并分享他们所知的“方蓁”故事。观看她早年在大师靶场上的练习设靶的镜头也兴味十足。

透过这段二〇一五年的宣传片 ([2015 promo video](#))，在比安奇杯女子组及高龄组比赛中，我们可了解方蓁是早年是如何一路走来、达到今天的成就；看到她流露出的自信是如何今昔有别、如何引用励志名言激励人心，令人雀跃。我记得比赛期间曾经看到摄影师尾随在她身后拍摄她从靶场走上山坡的最后一幕。谁会想到方蓁和我日后会成为共事的同侪呢？

这个有中文简体字幕的幻灯片短视频 ([short video slide show](#))，也是二〇一五年的制作，内容显示了比安奇杯射击比赛的若干特点 (包括比赛时气温可能高达摄氏四十度并夹杂着暴雨)，并说明比安奇杯比赛的四大项目。

你知道枪支安全的四大规则吗？在这段视频 ([In this video](#)) 中，方蓁使用自己的赛枪，重点说明各项规则，也提醒射击运动员射击时应佩戴眼部与双耳护罩以保护自己。

仿佛是要将上述视频的所有内容整合成一套漂亮的包装，方蓁将《巾帼枪神世界冠军之路》有声书预告片也收入她的 YouTube 频道。即使已经阅读过此书，在观看此视频 ([watched this video](#)) 后也会想聆听为快。

新年将至，方蓁未来会推出什么新的心血，我都想先睹为快。

