

# 國手之道

楊一帆\*

在臺北市文山區的貓空山區有一條跑友們的夢幻跑道「國手之道」，所謂的國手之道是以貓空的「春茶鄉」為起點，先往小天空步道公車站牌方向跑，跑到小天空步道公車站牌後原路折返經過春茶鄉，再由春茶鄉跑往瓦厝公車站後折返回春茶鄉，一趟距離約5km，這條跑道雖有高低起伏但不致於太陡非常適合訓練腿力，而且一趟五公里也很方便安排跑步的課表、沿路又有樹蔭遮擋陽光、可飽覽台北盆地美景，是非常理想的訓練地點。這條路線最早是由跑界喊水會結凍的張寶財張叔叔帶著他的兒子也就是代表台灣參加2012年倫敦奧運的馬拉松國手張嘉哲進行

訓練的跑道，其後很多跑者慕名而來，除此以外諸如2017年世大運國手曹純玉（女子馬拉松全國紀錄保持人）、鄧新詮及全運會女子馬拉松冠軍陳雅芬等諸多國手級的跑者會在此訓練，因而得「國手之道」之名，為近年來跑友間的跑步聖地，諸多愛好跑步的道長君漢前輩、丁章前輩及桃園律師公會路跑社均曾來此朝聖。封面照片是於今年1月23日早上五點半左右筆者從國手之道的起點春茶鄉拍到的景致，當天整個台北盆地都籠罩在雲海之下，台北101大樓則聳立於雲海之上為極為難得的景致，筆者隨手拍下與道長們分享。

\* 本文作者係執業律師