

永遠的標槍皇后～林招枝

國立台灣師範大學 程瑞福
國立台灣大學 蔡秀華
國立台灣師範大學 黃怡玲

林招枝小檔案

民國二十三年生

台灣省屏東縣人

小學：大同國民學校

中學：高雄州立屏東高等女學校(屏東女中)

大學：台灣師範大學體育專修班(民國 47 年畢)

47-55 年服務於省立屏東女子中學，擔任體育教師

55-57 年服務於省立左營高中，擔任體育教師

57-60 年服務於高雄市立前鎮國中，擔任體育組長職務

60-70 年服務於高雄市立前鎮高級中學，擔任體育教師職務

70-85 年服務於高雄市立高雄女子高級中學，擔任體育教師職務

共服務 36 年，83 年 8 月 1 日於高雄女中退休

逝於民國九十年十二月，享年六十七歲

壹、前言

提起林招枝女士在 40 年代是家喻戶曉的標槍皇后，除了標槍，林招枝女士也喜歡音樂和美術，她的多才多藝顛覆了許多人對運動選手「頭腦簡單、四肢發達」的看法。林招枝女士會踏入體壇跟她中學時期的體育老師-----林德泉老師有關，她在她的自述中提到絕大部分的運動技能都是林老師傳授給她的，再加上本身運動能力也還算不錯，讓她在往後的運動生涯裡打下硬底子。



第七屆台灣省運動大會，屏東女中榮獲女子組壘球冠軍，第一排左邊第一人為林昭枝女士的中學恩師---林德泉老師，第一排中間則為林招枝女士。

貳、運動生涯

林招枝女士在民國四十年第三屆全國田徑賽時便開始嶄露頭角，展現她在標槍方面的長才。從外表一般人絕對看不出林招枝的專長項目，她的女兒賴孝珍女士認為林招枝女士是靠技巧取勝的選手，賴女士提出她小時候第一次在校運會時參加標槍比賽，林招枝女士教導她的情形，她覺得從她的教法及動作示範來看，林招枝是屬於天賦及技巧型的選手。

參加國內賽事方面，從民國三十八年第四屆台灣省運動會開始，林招枝女士開始參加全省大大小小的比賽，她在全國田徑賽、省運會、大專運動會等獲得好成績，其中從第五屆至第七屆田徑賽(民國四十二年及四十四年)連續三年冠軍且分別打破全運會及大會紀錄。在省運會方面，分別在第六屆、第七屆及第九屆破大會及全國運動會紀錄。



林招枝女士比賽的英姿

參加國際賽方面：民國四十三年當選為第二屆馬尼拉亞洲運動會之田徑國手，代表台灣出國比賽。第二屆亞運會為台灣光復後第一次以台灣身分出國參與之國際比賽，能代表台灣出國比賽意義重大，而林招枝女士也剛好恭逢了這項盛會。當初代表台灣出國的田徑女國手，也成了無話不談的好朋友，代表台灣出賽的田徑女戰將分別是林招枝、蔡明玲、吳韻珊、黃春棉、吳麗姿、賴純真等人。吳韻珊女士在回憶林招枝女士時曾提及林招枝在各方面都表現的很搶眼，在左營參加集訓時，因當時國家經濟狀況並沒有很好，政府對選手們所提供的訓練並沒有現今的完整，選手們的訓練通常都只是以做操、跑步的方式來進行，但林招枝會想一些輔助訓練的方法，如她曾提出建議將腳踏車的內胎剪成一半，綁在樹上以此練習手臂、大腿、小腿的肌力，這就是她特別的地方。

民國四十七年，林招枝再度獲選為第三屆於東京舉行的亞洲運動會田徑國手，她代表台灣參與標槍和接力賽兩項，這兩項都為台灣得到第四名的名次。

叁、教學觀



林招枝女士重視體育教學正常化與樂趣化，在她中學時期上體育課的過程中就注意到那些不擅長運動同學在面對運動時所散發出來的落寞，從那時候起，即立下決心，假如有一天能當上體育老師一定要照顧到每一位同學，尤其是要讓那些不擅長運動的同學也能享受到運動的樂趣。而這一點從賴孝珍女士的訪談中可驗證，她提到林招枝女士曾和她聊到校園裡有很多老師上課是「一顆哨子、兩顆球，哨子一吹都自由」的教學法，但林招枝女士覺得自己沒辦法這樣子，她認為透過體育教學可以培養學生做事情專注的個性，及做人做事力求大公無私的精神，因此她常會以不同的教學方式來吸引學生的興趣，以便引起學生們學習的動機。林招枝女士從一開始的點名、做操、基本動作的示範、學生運動時的安全講解都是上課時所特別注意的細節，而且她必定會待在球場上陪著學生直到下課，一方面是指導學生、注意學生的安全，另一方面是和學生培養感情，這種對教學敬業的態度與精神實在令人佩服。

個性強勢的林招枝將她對體育的理想充分展現在她的教學當中，個性雖強勢但是對於事情也很講道理，學生犯錯，絕對是先問清楚前因後果後才決定處理的方法，也因此她不贊成體罰學生，在早期很多老師認為體罰學生上理所當然的事情，而林招枝女士能尊重學生個體，以身體力行方式反對體罰，在學生權益未如今日高漲的年代有此觀念實屬難得可貴。

由於林招枝女士認真的教學態度及愛護學生的行為，學生和她的感情也都很不錯，常常會有學生下課後找她聊些家常或較私人的事情，而很多已經畢業的學生，在畢業後也會抽空回學校探望她。在節日前夕更可看出林招枝女士的超人氣，賴孝珍女士說到只要有節日，家中的櫃子上一定擺滿了學生寄來的賀卡，而且這些賀卡不乏是畢業後好多年的學生寄過來的。林招枝女士教學的成功我們可以從學生寄來的卡片中看出，有位考上醫科的學生在大三時寄了一張賀卡給林招枝女士，內容大概是說在中學體育課所培養出的人生觀，是幫他支持過醫學院學業上難關的大功臣。



肆、家庭生活

在參加第二屆、第三屆亞運會時，林招枝遇見了她人生中的終身伴侶----賴連光先生。榮獲九屆籃球國手的賴連光先生生活簡單，為人誠懇、忠厚，面對很多事情永遠保持著與世無爭的態度，這些優點深深的吸引了林招枝女士。他們同時參加二屆的亞運會，但直到第三屆亞運會時才有較深的認識及接觸，也因彼此的相互吸引使得他們第三屆亞運會回國後，未久即踏上紅氈的另一端。標槍國手和籃球國手的聯姻在當時轟動整個體育界，而婚後美滿的婚姻生活也證明林招枝女士識人的眼光。

他們育有二子一女，林招枝對兒女的教育非常的重視，據賴孝珍女士的說法林招枝

女士在一領到薪水後，第一件事就是將兒女的學費與家庭生活開支分開來處理，林招枝女士的觀念是認為兒女的學費無論如何都不能隨便動到的，一切以兒女的教育考量為優先。雖夫妻兩人均是體育國手，但她認為運動這條路的發展和其他工作比較起來是受限制較多的，運動可以當成是興趣、終身活動，但不能用來當飯吃，因此，在她的刻意保護下，兒女們的身體素質縱然比一般人好，但也都未朝體育這一條路進行規劃。



林招枝女士新婚照

伍、人際關係

個性開朗、充滿陽光氣息的林招枝女士是大家都樂於親近的對象，她是個惜福、惜緣的女性，吳韻珊女士曾提到說她和林招枝的相識是在第二屆亞洲運動會集訓時，那時的林招枝已有著老大姐的架勢，雖年紀只長她二歲，但對她和另外的幾個田徑女將都十分的照顧，因集訓及比賽這樣長時間相處下來，她們彼此之間的革命情感使彼此成了無話不談的好朋友，當時一起參與第二屆亞洲運動會的田徑女將還有蔡明玲、黃春棉、吳麗姿、賴純真四位女士，比賽結束後大夥各自回到自己的工作崗位上，林招枝女士仍陸陸續續的用電話聯絡彼此的感情，可以說她是個感情豐富的人。

台灣四〇年代的女性大多是害羞、溫婉的個性，而大部分的女性運動員雖在運動場展現身體的力與美，但私底下仍有這種傳統的性格，也因此個性大方的林招枝也是比賽後體育記者樂於採訪的對象，她的落落大方、能和記者侃侃而談女性參與運動的甘苦與經驗分享，這些行為都是許多女性選手爭相學習的對象。

陸、休閒活動

林招枝女士是個做事情很有計劃、對自己很負責任、生活簡單且規律、興趣很廣泛的人。個性開朗的她除了運動方面的天賦外，也展現出在音樂、美術方面的才氣。在年輕的時候，即對美術展現了高度的興趣，只要有空的時間，常可看到她拿著畫筆在美術教室畫素描、水彩，為了畫好一幅畫、插好一盆花，她會四處找書、或是請教別人，靠著驚人的自學能力素描、水彩、油畫、插花均難不倒她。林招枝在高雄女中退休前夕舉辦了一次為期一周的個人畫展，畫展的展出在雄女是叫好又叫座。在音樂上，林招枝更是喜歡聲樂，在音樂上有很好的造詣，她曾受邀在一次花藝研討會上上臺獨



唱。退休後她將自己的生活安排的很好，每天去長青老人大學念書，一直自我充實。

或許是年輕時過度運動透支了老本，林招枝在退休下來沒幾年的光陰，離開了人世，走過兩個時代，她活得精采，伴隨著林招枝的不僅有她那洋溢整身的才氣，還有學生、家人及朋友的滿滿懷念及祝福。

柒、賴孝珍女士訪談

訪談地點：賴孝珍女士台北家中(林招枝女兒)

時間：民國九十三年十一月五日 7：00~9：30

民國九十三年十一月二十四日 7：00~9：30

問：你母親小學、中學在哪就讀？

答：那時是日治時代，因此她就讀的學校是大同國民學校，中學是高雄州立屏東高等女學校也就是現在的屏東女中。

問：可否說一下你母親的家庭背景？

答：外公是做生意的，家中共三男一女，我媽媽是長女，下面有三個弟弟，過去因本省人都希望能生男丁，所以外公將我媽媽取名為招枝，希望能家中人口能枝葉繁華，結果不久後連接生了三個男丁。在我媽媽二十八歲時外公過逝，那時她最小的弟弟才十二歲，和她差十六歲，家中的生計突然中斷，因此我媽媽必須幫忙家計，一邊教書一邊養家照顧三個弟弟，所幸皇天不負苦心人，也將我三個舅舅拉拔長大，他們一個是國立藝專畢業，一個是台中體專畢業、一個是屏東農專，就當時的眼光來看都算是高學歷。

問：你母親從事運動，家中曾反對嗎？

答：外公是做生意的，因此那時家中小孩都是外婆在管，外婆個性算是蠻開通的，所以我媽有這方面的才華，外婆應會鼓勵，沒聽過家中有反對的聲音。

問：知道你母親為何會選師大就讀？

答：我媽家中的經濟狀況並沒有很好，我媽媽會就讀師大，最大的原因是因為公費。

問：你母親師大畢業後任教的學校是哪一所？

答：聽說當時有機會留在台北教書，但因為父母親都住在屏東，也認為屏東女中是她的母校，一路栽培她到大學，基於回饋鄉里的心情，一畢業後就回到屏東女中教書，之後陸續在左營高中、前鎮國中、前鎮高中、高雄女子高級中學服務，最後從高雄女子高級中學退休下來。

問：你父母是如何認識的？

答：他們在東京亞運的時候認識，我爸爸是籃球亞運國手，我媽媽是田徑標槍，我爸爸為參加亞運、遠東運動會、奧運、亞洲及世界男籃賽的國手賴連光，當時我媽媽和他同時參加第二屆亞運會，但沒有太多的接觸機會，但四年後，參加第三屆亞運的選手成立集訓大隊，他們生活在集訓大隊中，相識、相愛，到東京亞運結束回國後，我父母親兩人就結婚。聽說當時爸媽的婚姻是國內體壇的大事，籃球、田徑國手聯姻好不風光。我爸媽感情一直都很好，因為他們都是學體育的，不論是在興趣或是個性都很像。

問：你母親有帶校隊嗎？

答：我只記得她在當前鎮高中當體育組長的時候，有帶波浪操(大會舞的一種)，我知道這當時在高雄市算是走在前面的先鋒，很少人在帶這種新式的體操。她會為了編這些舞去請教別人，努力把事情做好，是個很有使命感的人，因此不管學校賦予她任務或是自己個人設定的目標，她都會努力的完成，至於她後面有沒有帶球隊，因為她待的不是體育重點學校，所以我比較不記得了，不過我知道只要有比賽的話我媽都很配合學校的安排。

問：您母親除體育外，有其它興趣嗎？

答：他喜歡鋼琴、聲樂、畫畫。我媽媽喜歡唱歌，聲樂唱的很好，她自己在空閒的時候參加合唱團也曾和合唱團出去比賽過，都有不錯的成績。她也曾在所參與的插花聯誼會上獨唱過。我至今仍會覺得我讀音樂系是她要我圓她的夢，因此從小我媽就讓我開始學鋼琴，她一直栽培我到省高女考上政戰學校音樂系，這段時間我媽栽培我很多年，她不會讓我鬆懈下來，當初我考上政治作戰學校音樂系，我的家人都很開心，我媽媽很高興，因為我讀音樂系，我爸爸很開心，因為他是軍人身份，而我讀政戰學校也算是軍人學校，所以我就念政治作戰學校。



在聯誼會上受邀獨唱

問：你母親是什麼時候開始畫畫，是自學嗎或是從小就接觸了？

答：在我有印象的時候就開始畫畫了，我記得很深刻的是我媽媽在屏女任教時只要她一有空，就會待在美術教室畫畫，素描、風景畫…等之類的都有。我覺得她畫畫畫得這麼好應是天賦，我媽媽小時候外公外婆家經濟環境不是很好，應沒有太多錢可以學這些才藝，她能在音樂及美術上有這樣的成就，一方面是天賦，另一方面也

是自學而來，她就這樣從年輕一路畫畫到退休，並不是退休後有較多的空閒時間才學畫，在退休前曾在高雄女中辦過自己的個人畫展，時間約一個星期，反應還不錯。



退休前於雄女舉行之個人畫展

問：你母親和學生相處的情形？

答：我媽對學生很嚴格但不會擺架子，她和學生感情很好，很多學生私底下會和我媽聊些家常瑣事，就是私底下，在記憶中只要是教師節和聖誕節，她收到學生寄來的卡片就是這樣擺滿我家的櫃子。而學生畢業後有回母校的時候都會回學校看我媽媽，他很有愛心，也算是在培養體育後進吧，以前看到喜歡學體育的小孩沒有好的球鞋，或資質潛力好的運動學生，她會主動買球鞋給學生，算是很有愛心的一個人，在我媽往生的時候我整理我媽的東西才發現我媽經常捐款，像創世紀的啦、喜憨兒的很多捐款的收據，我那時很驚訝，我都不知這一段。

問：可否說一下印象中的母親？

答：我針對我母親的教學來說好了，我媽媽她敬業精神很夠，就是從開始點名、做操、基本動作的示範、學生的安全、她尤其是注重學生的安全，她會在球場陪學生渡過上課時間，在社團活動方面我媽媽都會盡全力的協助，在我從小到大的記憶裡，我媽媽就是很專心在她工作上，不管學校有什麼任務，尤其體育方面她一定會盡一份她的心力，她參加比賽、當過前鎮高中的組長，到後來才到高雄女中，她在學校服務了三十六年，等年紀大了身體比較不能負荷的時候就退休了。

問：您母親是個老師，對你們的家庭教育有無特別之處？

答：我爸是個軍人在軍中服務，我們家三個小孩從小就是生活在左營眷村中，小孩子們聚在一起都比較愛玩，我媽媽怕我們玩瘋掉，應是也可以說我媽媽怕我們功課不好，所以就主動要求我爸爸要離開眷村，她也就到前鎮高中當組長。可以說他很注重我們的教育。



林招枝女士和其學生之合影留念



參與教師組的羽球比賽

問：父母都是優秀運動員，且母親也是位體育老師，她會希望你們也走體育這條路嗎？

答：因父母的遺傳關係，我們家三個小孩的運動神經都很好，我哥校隊一直打到大學，我弟弟的體育成績也很好，我個人運動神經也還不錯，但是我媽認為運動員的發展受限較多，所以我們家三個小孩在我媽刻意保護之下沒走上體育這條路，她覺得說運動可以當成是一輩子的興趣，但興趣究竟只是興趣，她不希望我們朝這方面做相關的生涯規劃，走別的路會比較好一些，所以我們家三個小孩受我爸媽的遺傳體育都很好，但都沒就讀體育系。我哥哥、弟弟都是高雄中學畢業，我省立高雄女中畢業都算是還不錯的學校，所以可看出我媽的教育她滿有一貫性的，有她自個的想法，希望我們朝別條路發展。所以基本上她覺得體育對小孩而言可以當成是興趣，我們三個人考體育系身體素質上其實都沒問題。我想三個小孩就是在我媽嚴明開通的教育下長大，他很重視我們的功課，你要讀書要買什麼，一定買滿足我們的慾望，圓她的夢嘛，這樣講。他律己甚嚴，這方面影響我很深，生活上很多事情她沒刻意教你，但很多東西是潛移默化的，我覺得對我影響很大

問：你母親的教學情形？

答：我沒上過我媽媽的課，我媽調去雄女的時候，我已經從那邊畢業了，但我們閒聊時她曾提過有許多體育老師是「一顆哨子、二顆球哨子、一吹都自由。」比較屬於放牛吃草型的教學，但她覺得這樣不好，覺得教學要認真、敬業。舉例來說上游泳課時，很多體育老師不一定會下水，但我媽一定換裝一定下去陪學生；在其它方面的課時，她一定是在球場陪學生到下課，我很佩服她樣的教學態度，我在雄女讀了三年，這中間也換過很多體育老師，但比較少有像我媽這樣子的。

問：你母親是位體育教師同時也是位優秀運動員，她有特別訓練或教你們運動項目嗎？

答：她並沒特別教我們哪一項運動項目，但我記憶最深的是學校校運會標槍的預賽，我報名參加，同一天正好也要代表學校參加歌唱獨唱比賽，我趕回來後我不會擲，我從沒擲過標槍，因這太危險了學校體育課不會教，但比賽有這個項目，所以我仍報名參加。我媽陪我回學校後也待在旁邊看我練習，我媽見我丟標槍的姿勢，

直說我沒概念，示範了一次給我看，並教我用哪邊的力量去丟，這是第一次她教我專項的運動項目，而那一次我也就這樣得到名次了，能得名或許是和我從小打躲避球和壘球所練出來的臂力有關，但重點也是有學習到技巧。別看我媽體型不是很高大就以為他擲標槍擲不遠，她是屬於不用蠻力而是用技巧的選手。

問：你母親的退休生涯是如何安排的？

答：退休下來的生活她安排的很好，每天去長青老人大學，學書法、念英文、日文，英文和日文她都講得很好，她一直在學沒中斷過，空中英文每個月都買、每天都聽，一個六十幾歲的老人家每天跟你念空中英語，我真的很佩服這樣的毅力，所以她退休下來的生活也都還是很充實，一直到身體真的有不好的時候，在各方面她才慢慢的減少。我媽做事情很有計劃，對事情很負責任，生活都很簡單、也很規律，她興趣很廣，所以還算很有才氣，每次都會砥礪自己做些什麼事、要學些什麼，她很有恆心，這方面的興趣和我是覺得我媽的人生觀是很積極很樂觀。



打網球之英姿

捌、吳韻珊女士訪談

地點：丹堤咖啡(台北羅斯福路)

時間：民國九十三年十二月九日 7：00~9：00

問：和林招枝老師當初是怎麼認識的

答：我們是參加一九五四年第二屆亞洲運動會集訓三個月的時候認識，當時她就讀屏東女中，是標槍選手，而我就讀台中女中，是跳遠選手，因為都是田賽項目所以那段期間我們常在一起。

問：您知道林招枝老師是何時開始練標槍的嗎？

答：我們小學時都還是中日戰爭，常要躲空襲警報，上課很不正常，所以她会練標槍應是中學的時候，那時開始有中學聯運，學校和學校間有對抗賽才開始練習，屏東女中田賽方面的表現比較傑出，像林招枝是標槍選手、吳錦雲是鉛球、林千玉是鐵餅，只有蔡明玲是徑賽一百、二百公尺比較好。

問：林招枝老師是怎樣個性的一個人？

答：她是個開朗、活潑的人，你知道楊傳廣和我們算是同一個時期的人，他們那一批人是山地同胞，很會講日文，又愛開玩笑，而林招枝她日文也說的不錯，個性也很開朗，他們的對話常常是用日文，相處的很和諧。參加第二屆亞運會田徑方面只有六個女生，記得集訓時，因林招枝大我們約二歲左右，因此很有老大姐的架勢，對我們也都很照顧，我們一起參加比賽，比賽完就各自回到自己的崗位上，但陸陸續續用電話連絡，可以說她是個感情豐富的人，你看我和謝天性老師出國二十年，我們回國後，她都還陸續和我用電話連絡就可知道。但後面這幾年她就過的比較辛苦，有一天她突然告訴我，她耳朵聽不到了，起先是她兒子打電話給她，她聽不到聲音以為是電話壞了，後來才知道是耳朵一邊有問題，聽不到聲音，為此她感到很沮喪。



東京亞運時和林招枝女士
和日本友人之合照



問：可否說明一下當初亞運會集訓的情形？

答：第二屆亞運會可以說是台灣第一次參加國際比賽，我們在左營集訓的時候是住在海軍士官學校，正確的名字我忘了，我們住的是上下舖，吃飯的時候桌子都是竹子做的，早上所謂加營養就是多一個奶油、饅頭和兩顆蛋，這就是所謂的加營養，你們沒法想像啦。以前國家不是很有錢，因此國家只發兩套衣服，一套西裝典禮要穿的，另一是運動服上繡國旗，其它的東西都是自理。順帶一提的是，你知道在剛開始，女生比賽的褲子還是穿日治時代留下來的有點像束褲的燈籠褲，但是林招枝老師她們屏女這批人將運動褲的褲管放寬，然後穿的比以前的運動褲短，因此臺灣女生運動褲應可算是她們改革的啦，後來運動會結束後林招枝老師他也留了一條給我。

問：她在運動場上的表現如何？

答：應可以說她是一個很有鬥志的人，我們一起參加集訓我就這麼覺得，她對自己的要求很嚴格，以前國家沒有什麼經費，我們集訓時不像現在有很多設備可以加強訓練，就只有練習跑步及做操，但那時林招枝老師就會想很多輔助練習的方法，例如把腳踏車的內胎剪斷，綁在樹上，用來強化手部和腳的肌力，這是他想出來的方法，也叫我們一起練習。

問：她和賴連光先生是怎麼認識的？

答：第二屆亞運會上認識，因集訓時就只有田徑隊在左營集訓。第二屆亞運會是在菲律賓，那時籃球隊有參加比賽，賴連光當時是籃球隊員，應是在那個時候認識的。會結婚可能是第三屆東京亞運時，接觸比較多，所以回來沒多久就結婚了，也是很突然啦，聽到他們兩個要結婚我也嚇一跳，平常大家都認識，不知道他們私底下有這麼密切的交往，那個年代是很保守的，像兩個人戀愛，也都不好意思走在一起，都是私底下，都是要結婚了大家才知道。

問：兩個人都是國手那時結婚在體育界算是盛事吧？

答：那個年代沒像現在這樣開放，當然報紙會報導一些，但沒有像現在這樣會被報紙搞的轟轟烈烈的。



結婚典禮時之獨照



和賴連光先生結婚時與
賴先生軍中袍澤合照



結婚喜宴上之情形

問：林招枝老師有擔任行政職務嗎？

答：她是田徑方面的專長，會在省運會、田徑賽中擔任裁判。那時已經有田徑協會但是印象中沒有在裡面當幹部，至於屏東那邊的田徑分會我就不知道有沒有了。

問：你知道林招枝老師在唱歌方面也有不錯的表現嗎？

答：她唱的不錯也可以說是很喜歡唱歌，是屬高音方面的。我以前比較少聽到她唱，我們那個年代是很保守的，在大家面前沒有很常唱歌，只有有時大家喝酒會哼個幾句。

問：可否說明一下林招枝老師教學的情形？

答：她教學的情況我沒很清楚，她在教學的時候我人住在國外，不過我相信她是一個好老師，你從個性上就可知道，對自己嚴格的人在教學上或者是任何一方面應都是很認真，可以問一下和她共事過的同事就知道了。對於林招枝老師，我們大家都是好朋友，大家彼此都互相關心，會打電話相連絡，以我們這樣在運動場上認識是

很難能可貴，她是很惜福惜緣的人，來台北兒子家中住的時候，有時間能見面時我們就一起出來吃個飯，沒時間見面她也會打個電話給我，我很高興也很懷念這樣一個好朋友，我們一起參加第二屆亞運會的田徑女將，已經走了二個，一個是她，另一個是林招枝老師的好朋友，蔡明玲。

林招枝個人參賽表

比賽名稱	年代	項目	名次	代表	備註
第四屆台灣省運動會	民國 38 年	標槍	第四名	屏縣	
第五屆台灣省運動會	民國 39 年	標槍	第二名	屏縣	
第三屆田徑賽	民國 40 年	標槍	第一名	屏縣	27.22 公尺
第六屆台灣省運動會	民國 40 年	標槍	第二名	屏縣	破省運
第七屆台灣省運動會	民國 41 年	標槍	第二名	屏縣	破全運
第八屆台灣省運動會	民國 42 年	標槍	第二名	屏縣	
第五屆田徑賽	民國 42 年	標槍	第一名	屏縣	31.35 公尺破全運
第七屆田徑賽	民國 42 年	標槍	第一名	屏縣	33.59 公尺破大會
第二屆中等學校運動會	民國 42 年	標槍	第一名	屏女	31.13 公尺破大會及全運
第六屆田徑賽	民國 43 年	標槍	第一名	屏縣	32.79 公尺破大會
第九屆台灣省運動會	民國 43 年	標槍	第一名	屏縣	34.14 公尺破省運
第十屆台灣省運動會	民國 44 年	標槍	第二名	屏縣	
第十一屆台灣省運動會	民國 45 年	標槍	第五名	北市	
第九屆田徑賽	民國 46 年	標槍	第一名	北市	31.71 公尺
第十二屆台灣省運動會	民國 46 年	標槍	第一名	北市	31.39 公尺
第六屆大專運動會	民國 46 年	標槍	第一名	師大	33.27 公尺
第三屆亞洲運動會	民國 47 年	標槍	第四名	台灣	39.18 公尺
第三屆亞洲運動會	民國 47 年	四百公尺接力	第四名	台灣	52 秒 3
第十一屆田徑賽	民國 48 年	標槍	第一名		39.24 公尺

參考文獻

雷寅雄 (1989)。台灣光復後田徑運動發展之研究。中華民國田徑協會。

相片來源：賴孝珍女士提供