

「2010年廣州亞運會」代表隊  
暨「2010年世界舉重錦標賽」代表隊選拔賽

賽程表

日期	組別	級別	過磅時間	比賽時間
五月廿九日 (星期六)	男子組	56、62、69、77、85、 94、105、+105kg	10:00   11:00	12:00
	女子組	48、53、58、63、69、 75、+75kg	11:30   12:30	13:30

技術會議：5月29日（星期六）上午9時，  
假國家運動選手訓練中心舉重館舉行。  
裁判會議：俟技術會議完隨即舉行。

用心體會，用愛感覺；要懂得：  
幸福並不取決於財富、權力和容貌，而是取決於你和周圍人的相處。

『在現實生活中，我們常自認為怎麼樣才是最好的，  
但事與願違，使我們意不能平。

我們必須相信：目前我們所擁有的，  
不論順境、逆境，都是對我們最好的安排。

若能如此，  
我們才能在順境中感恩，在逆境中依舊心存喜樂。』  
人生的事，沒有十全十美。但是，我們應認真活在當下。

在順境中感恩，在逆境中依舊心存喜樂，  
認真地活在當下。讓世界因為我們，而變的更美好！