

心收：條一第兵操 塵清頭溪上明棒成

【本報訊】中華成棒隊定今天在左營訓練中心報到，明天前往南投縣溪頭進行為期一週的清塵訓練。

中華成棒隊陣容為總教練林家祥，教練林信彰、李來發、管理林敏政，選手：

投手——陳義信、杜福明、羅振榮、黃廣琪、郭建成、郭李建夫。

捕手——曾智偵、洪一中、陳金茂。

內野手——王光輝、吳思賢、呂文生、羅國璋、羅世幸、洪正欽、郭建霖。

外野手——李居明、江泰權、宋榮泰、黃聖隆。

中華隊全體須於今天下午三時完成報到，明天上午八時卅分前往溪頭。

清塵訓練以身心調整為主，將由運動心理專家簡曜輝教授主持，以靜坐、心智訓練，意象訓練為主，協助選手瞭解自己的狀況，排除緊張情緒，集中注意力等。

另外訓練課程有柔軟運動、伸展運動、上下坡急走、上下坡持續緩跑、全身肌肉補強運動等。

清塵訓練後，將於廿五日回到左營訓練中心，進行全面體能、技術訓練，全隊定六月廿六日前往美國集訓比賽，七月廿日返國，加入自日本徵召回國的選手進行第二階段訓練，七月底決選，產生參加世界錦標賽及漢城奧運會的廿位國手。

活動運動科學車追蹤訓練

漢城奧運只剩一百五十三天，各國精英早已秣馬厲兵，躍躍欲試投入獎牌爭奪戰的洪流，東道主韓國揚言要拿十一面金牌，日本也自信有五、六個項目有希望。

預估獎牌不能充六來風，要兌現的。以日本為例，全國體協採取行動，強化選手最後階段集訓的體技能，他們設置兩輛稱之為秘密武器的「活動運動科學車」，兩部大卡車裡裝置了價值八千萬日元的三十三種器材，一部叫「體力測定車」，另一部叫「訓練車」。

車子裡有什麼機、儀器？有運動醫學治療機、所有體力測定器材、超音波、低周波器材、高速解析儀，隨時跟著集訓隊伍檢測選手情況。

當然，硬體是供專家使用的，日本體協的運動科學研究所整個投入這一戰役，隨時在動態狀態分析選手體能，

並研究其疲勞恢復等。

其實，「活動運動科學研究室」早已在先進強國美、蘇、東德採用多年，成效良好，從靜態、平面的實驗，研究進入動態、立體階段。採用東德模式的大陸游泳訓練也如此，選手比賽前後，立即做檢查，隨時追蹤考核，長期做出紀錄，供訓練參考，因而在這一次的廣州亞運賽大放光芒。

奧運會的獎牌競爭，從七〇年代起已進入科學化階段，專家投入，導引至科學領域而獲大成。我們體育界應該了解土法煉鋼，品質一定欠佳，一個不好，要拿金牌就更加困難，運動科學化是非走不可的路，再排斥也排斥不了多久，敞開心胸迎接新時代展開新行動，不容再蹉跎了。



放棄最愛的跳高轉攻三級跳遠，乃慧芳為的是走更遠的路，一年多的歷練，他確信這是正確的抉擇。

在長榮中學時代，乃慧芳的跳高二公尺一二，已是中學生中的翹楚。可是八六年到雅典參加世界青年田徑賽，看了太多體型修長的外國青年好手，乃慧芳自付一七八公分的體型實在很

放棄最愛的跳高轉攻三級跳遠，乃慧芳為的是走更遠的路，一年多的歷練，他確信這是正確的抉擇。

過去乃慧芳從未參加過單項一百公尺，平時測驗成績在十一秒二左右，今年台東巡迴大獎賽跑出十秒七，速度是動力的來源，對三級跳遠成績的好處可想而知。

於是，他的成績在去年區運進步到

轉攻二級跳 成績跟著二級跳 乃慧芳 志在亞青金牌

本報記者 呂美娟

難和人抗衡；再想想日本選手就曾靠三級跳遠拿奧運金牌，和楊文弘老師商量之後，毅然決定重心轉移到三級跳遠。

去年進入體育學院，乃慧芳的三級跳遠已具相當基礎。在田徑教練林純玉、簡鴻玖和重量訓練專家水大衛的

十五公尺八二，這次又兩度超過十五公尺九十，眼看著就要繼續陳明智、黃誠之後，第三個突破十六公尺了。

上屆亞青田徑賽，乃慧芳敗在大陸選手都本忠手下，得到銀牌；今年都本忠已超齡，乃慧芳若能維持十五公尺九十以上的水準，很有希望拿金牌。