

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 田徑

來源 民生報

日期 780108

版面 三版

王淑華勤練空中漫步

改變跳遠姿勢，企圖今年內突破六公尺五十大關。

【本報訊】去年曾以六公尺卅七超越紀政的女子跳遠全國紀錄的王淑華，目前正接受教練指導改變新跳姿，企圖在今年之內將女子全國跳遠紀錄推進到六公尺五十五以上。

王淑華以往的跳遠方式，是屬於一般加速度的彈跳，在騰空後的動作變化不大，經過教練簡鴻玖及體育學院精心的規劃下，決定讓王淑華改成和世界名將喬娜一樣的空中走幅跳姿。

這種跳起後很像在「空中漫步」的跳遠方式，一般在田徑場上常見男選手使用，前美國跳遠名將威廉斯和目前的劉易士，都是其中的佼佼者，但女選手並不多見，王淑華可說是國內第一人。

簡鴻玖表示，由於這種走幅跳姿的困難度和技巧性相當高，一般女選手很難練成，但王淑華速度和彈性的條件都相當夠，改成這種跳姿後，對她的成績進步會有相當大的助益。

這幾天王淑華除例行的冬季訓練外，已經開始練習「走幅式」跳遠，效果相當不錯，尤其從拍攝錄影帶的慢動作解析來看，王淑華對這種新的跳遠方式已能掌握和體會個中的技巧。

據教練團保守估計，王淑華今年內將女子跳遠紀錄提昇到六公尺五十五以上，應不成問題，但他們仍將她突破的大目標，定在七公尺大關。