

這樣的魔鬼訓練 讓我們汗顏

●這只是日本大學校隊訓練的內容，但連我們國家隊都要汗顏。留學日本大學的張嘉霖身臨其境，有著深刻的感慨。

日本大學是日本所有大學中高爾夫校隊最強的學校。共有六十多位選手，強調技術、體能訓練，更重視精神、紀律、輩份等傳統。

高年級前輩有絕對權威。平常白天大家都上課（有心轉職業者自行加強練習），晚上打練習場，每週三、四

不上課，全部為體能訓練。清晨三時，大一學生先到河川集合（遇到冰雪亦然）、四點鐘大二到，大三、四分別在五時、五時半到；教練六點出現，全隊開始長跑，八點才停；八至十時練腰力、體力，十時起再跑一公里河川地才解散。

每年春、夏各有一週集訓，稱為魔鬼訓練營不為過。清晨四至六時為晨操，早餐後七時開球，自己攜球袋，九洞限速一小時（平常為兩小時），

五小時打四十五洞，幾乎邊打邊跑。晚上七點起晚餐開會，七至十時由大四前輩訓後輩、十時至十二時由大

三前輩訓。如果大二生有興趣，會在十二時後繼續訓。會議內容包括規則解釋、禮儀、白天比賽檢討，有時候是默寫歷屆傑出高爾夫校友名字，依排名不得有錯，倉本昌弘、湯原信光、藤木三郎、大町昭義……共一百八十人。

魔鬼訓練操得筋疲力盡，每天只能

睡四五小時。教練強調，高爾夫比賽一場就四天，放鬆一天就死定，比賽壓力之下，可能都只有四、五小時睡眠，甚至於失眠，所以平常就需如此訓練。其他棒、足、籃、排隊皆然。

日大有二十年連勝紀錄，挑選校隊非常嚴格，他們幾乎都是從數千位高中生中推選進來的。張嘉霖是外籍生，因此受到一些優待，沒被學長訓過，但是他和其他人一樣跪麻了腿也不敢動一下。他主修園藝、土壤等和高球場有關課程，期望學成返國有所貢獻。

本報記者 王麗珠

