

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 大陸體育 來源 民生報 日期 780430 版面 三版

# ！穩更、美更、新更、難更求追 力餘不牌獎取爭 訣字四操體陸大

植大雲 者記報本

●大陸體操之所以能夠出人頭地，我國體操界「老大」在參觀過設在訓練局的體操館之後，語重心長地說：「人家是當一回事在做。」不論是誰在體操館裡，他們所追求的是難、新、美、穩四個字。在此共識下，他們有了共同的目標。

在此情況下，我們看到一位教練一位選手，為一個動作的完美，他們討論，反覆不停地練了又練，務求無瑕。

因為在世界賽上，決勝的差距往往在零點零幾分之間，這麼微小的差距，他們若不完美，又豈能求勝於競技場？

其實這些道理，國內教練誰不明白？問題是做的時候能否確實，細節也要求一絲不苟呢！

在亞青賽上，我們選手高難度動作不是沒有，像張峰治在單槓上演出「特卡切夫騰越接後空翻加上轉體一八〇度」，以及陳欣慧在平衡木上，一個後手翻加兩個後空翻動作，都足以與其他選手相抗衡，但是為什麼我們就沒辦法拿牌子呢？

相信我們教練心裡有數，我們選手距離完美，總是缺那麼一點點，就是這一點點叫我們與獎牌無緣。所以，要拿牌我們選手訓練不但量要夠，質也要好。競技場上非常現實，沒有實力不必奢談勝利，畢竟天下沒有白得的成功。

不諱言，金牌是運動員共同追求的目標，但須憑本事。



→小選手滿臉痛苦地忍受後拋的力道。  
←男教練協助選手練習空翻動作。



- ◊ 練訓始開好，己自點打在正將小陸大
  - ◊ 地基練訓隊操體陸大的全齊備設
  - ◊ 館育體都首一地場賽比的賽操體青亞
- (攝榮豐鍾 者記報本)

