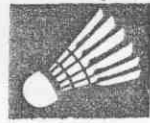


國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 羽毛球 來源 民生報 日期 770122 版面 六版

台北國際
羽球名將
賽人評術技
(四)析評術技



我國羽將要出頭 訓練計畫要完整

亞洲選手的「強力羽球」，繫之於加份量的速度、動力訓練，歐洲選手的訓練則著重在全面性擊球手法的純熟準確以及耐力的培養。

至於我國球員，論攻擊威力及速度，論手法和耐力，均遜亞、歐選手一籌，因而多年來，在國際賽場總是處於雌伏的局面。

以這次台北名人賽，我國球員戰績最佳的林學信、李健美為例。左手執拍的學信球技並不全面，他在這次比賽能淘汰了上屆冠軍「大馬怪傑」米斯本·西迪及瑞典選手約翰森，憑藉的是高昂鬥志所賦予他的追球本領，當然，近兩年他打下的良好體能基礎也是他能滿場逐球的因素之一。

丹麥教練蘇倫森說，學信缺乏反拍及良好網前動作，碰到守備能力強的對手，他只有長、切、殺三種球點的打法就很難奏功。

而李健美雖有兩招拐對角小球及瞬間化殺為切的欺敵手法，但移位速度和攻擊威力都不夠，加上反拍也是她

的致命傷——只能以繞頭球應付之，右網前即大開空門，令她的防守能力大為削弱。

林學信、李健美反拍手法的缺失，其實是國內球員的通病。至於健美移位緩慢，還與她下半身粗重的體型有關，這事實上也是普遍存在於國內女子選手中的現象，如何除「肉」留「肌」，加強柔軟度，是我國女將的特別課題。

亞洲選手如大陸、印尼、韓國等，是靠每天六、七個小時的專業訓練，在世界羽壇爭得一席之地，歐洲選手如丹麥、英國、瑞典等，是在承襲了歷史悠久的羽球傳統，奠定手法基礎後，以不斷的轉戰累積比賽智慧，而於世界羽壇維持一定的地位。

我國羽球不管何去何從，要想在這項運動也有出頭的一天，不早日設定完整的訓練計畫，無以為記。青延劉

跆拳道選派四支男女隊伍 角逐比利時國際錦標賽

【本報訊】全國跆拳道協會推動國際分齡比賽，加強青少年實戰經驗的交流計畫，即將邁出第一步，全國跆拳道已經選派台北體專、省立體專、崑山中學及基隆女中等四支男、女跆拳道隊，參加第九屆比利時國際錦標賽。

這項跆拳道比賽，二月廿七、廿八日兩天，在比利時的列日舉行，計有十五個國家的選手參加，比賽分十四歲至十八歲的青年組，以及十八歲以上的成人組兩組競賽。

擁有第八屆世界跆拳道錦標賽羽量級金牌選手李千祥的北體隊，與擁有第一屆世界女子跆拳道錦標

賽中、重量級兩位銀牌選手王芝友、劉怡伶的省體隊，分別是去年大專杯團體男、女冠軍隊，這兩隊將參加成人組的比賽。

崑山中學及基隆女中這兩支去年中等學校跆拳道賽的團體男、女冠軍隊，則將角逐青年組的比賽。

