

非洲黑人豈止主宰了短跑項目



長跑 黑色勢力也在延伸

文：本報記者 呂美娟 圖：本報獨家使用全運攝影照片

熟悉田徑運動的人都知道，爆發力特別強的黑人選手，已主宰了短跑項目；但或許沒有注意到，從非洲來的另一股黑色勢力，也已經伸入長跑項目中。

去年八月的世界田徑錦標賽，肯亞、索馬利亞、摩洛哥的選手包辦了男子八百公尺到馬拉松的所有長跑金牌，今年三月的世界越野錦標賽，肯亞又是男子公開組和青年組的個人及團體金牌，而上屆的大贏家則是另一個非洲國家衣索匹亞，令其他膚色的運動員瞠乎其後。

其實，非洲的長跑勢力勃起，應溯自一九六〇年，著名的「赤腳大仙」阿貝貝，以破世界紀錄的成績贏得羅馬奧運馬拉松冠軍；一九六四年這位衣索匹亞的國王衛士，穿了鞋子照樣破世界紀錄，照樣拿金牌。他風靡了全世界，更深深影響非洲大陸的年輕人，刻意訓練來發揚光大他們的天賦潛能，造成長跑運動的一股黑色勢力。

在這二十年間，非洲自然還出了不少其他名氣響亮的長跑健將，但是從來沒有像這二、三年一樣，有這麼多非洲選手在這麼多長跑項目稱雄，顯示他們的長跑勢力，正在迅速擴張中。

由羅馬世界田徑賽和紐西蘭世界越野賽看來，非洲長跑訓練最是成績斐然的國家，無疑的是肯亞。地理環境是個重要因素，高原訓練法是鍛鍊長跑選手的好方法，肯亞正是個高原國家，在炎熱的天氣和險峻的斜坡中，本來就有利於磨練跑者的堅毅和耐力。

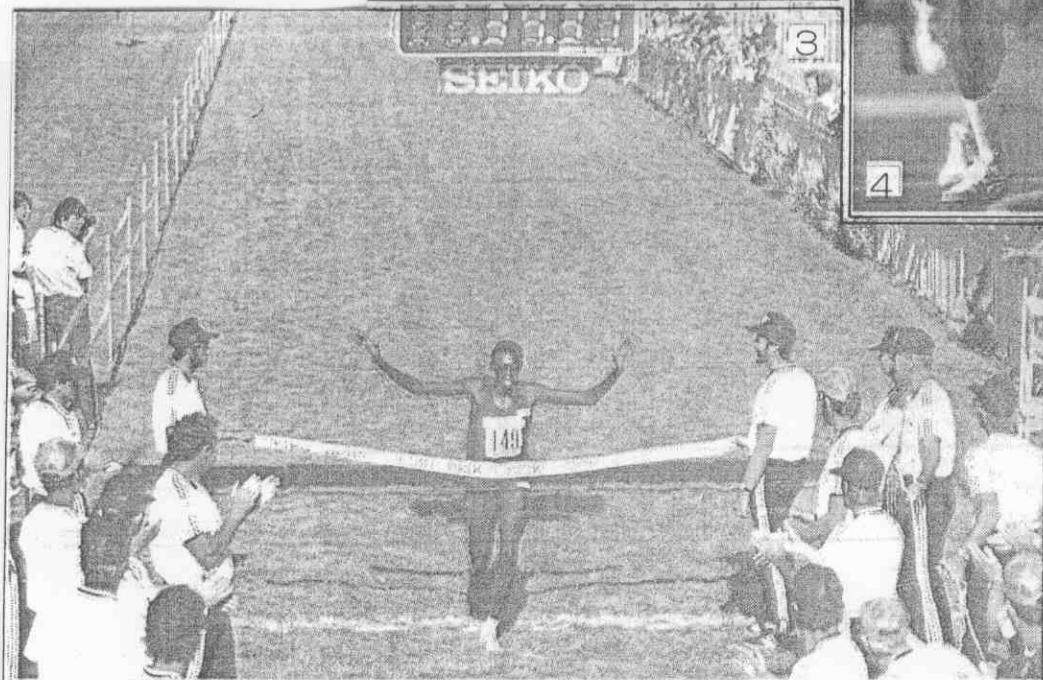
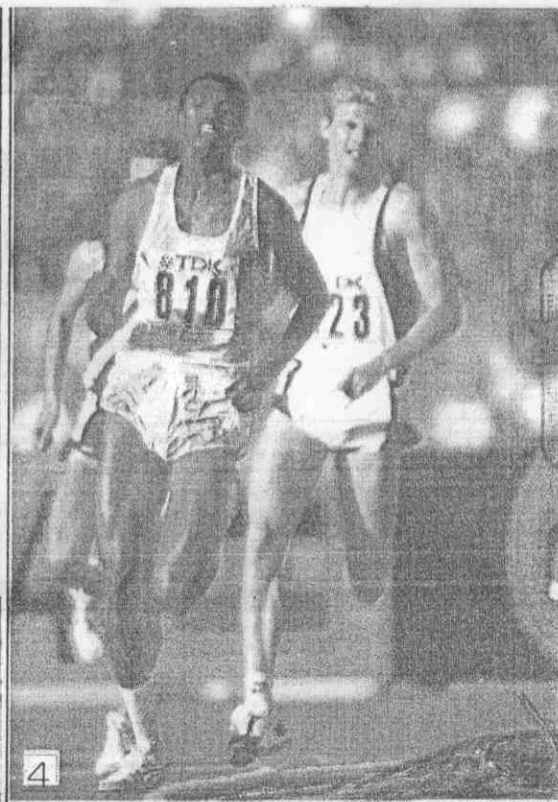
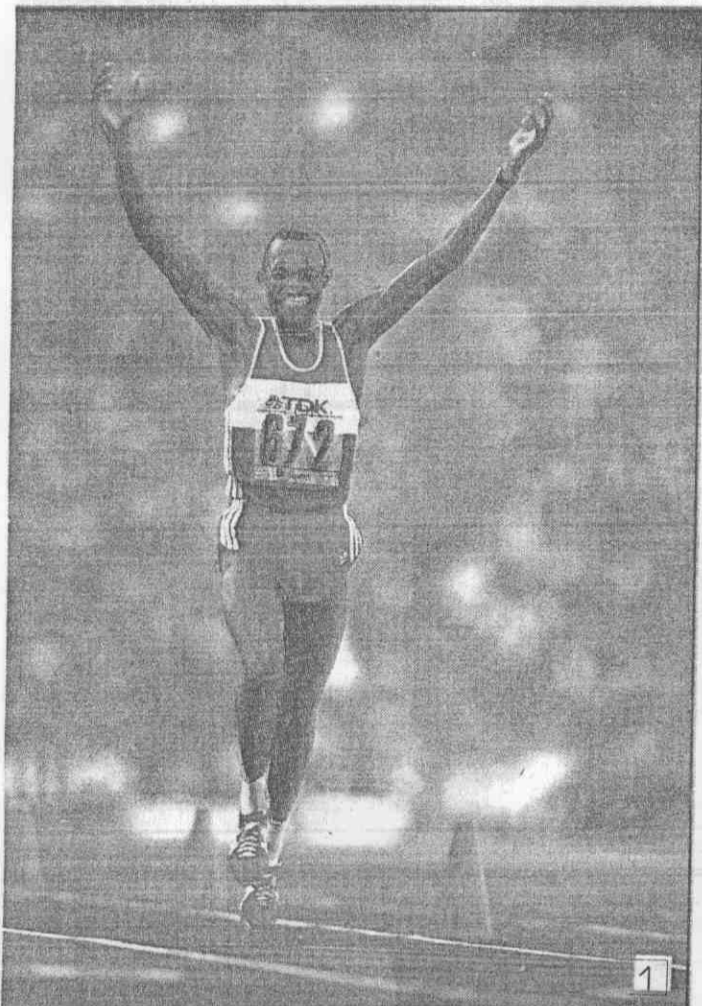
但後天的培養與鼓勵更重要。肯亞的政情較其他非洲國家穩定，總統莫爾又深知在體育競技的勝利能為國家塑造進步的形象，因此積極推展運動。就在羅馬世界賽前，他不惜投下五百萬英鎊籌辦非洲運動員，並興建了一座大型的國際體育場。

另外，他們成立了全國體育委員會，網羅了六〇年代、七〇年代的名將參與選拔及訓練工作；他們還聘了一位西德教練來負責訓練教練，越野賽通常是他們進軍國際田徑賽的前哨站。

優秀選手有機會送往國外進修，對非洲青年也是一大鼓勵，像世界田徑賽的八百公尺冠軍康奇拉目前就讀美國加州長堤學院，一千五百公尺冠軍拜里則是美國維吉尼亞州一所學院的學生，即便是賽前沒沒無聞的馬拉松金牌得主瓦奇胡魯，也曾先後到日本、紐西蘭受訓，在歐洲、美國、日

本等地吸取比賽經驗。

先天環境培養出來的心肺耐力，加上後天的科學訓練及實質鼓勵，已經使非洲的長跑選手，不讓美洲的黑人短跑健將專美於前，相繼揚威國際體壇。幸好到目前為止，這股黑色長跑勢力仍只限於男性，長跑世界尚未完全「淪陷」！



照片說明：

- ①奪得世界田徑賽馬拉松冠軍，瓦奇胡魯張臂歡呼。
- ②康奇拉獲得世界賽八百公尺冠軍後，高興地揮舞國旗。
- ③肯亞的納吉在世界越野賽率先衝向終點。
- ④拜里連續超越白皮膚的對手，贏得一千五百公尺世界冠軍。