

「目頂擊技展發」有即人國，幕落運奧磯杉洛前年四。尋運奧城漢在能盼期，畫計訓培動推極積並，識共的「率獎中」賽範示道拳跆拳道了除明證果結是但，破突求。想理欠仍績成目頂等擊拳、劍擊、道柔，外高較選、練教在出題問？呢前不滯停績成的們我麼什為、劍擊、道柔是下以？呢環一那的境環、策政或抑手。法看的手選及練教車由自。

奧運代表團 得失在那裡？(中)

訓練分量不夠

張尚賢(男子柔道教練)：

●運動競技勝利關鍵不外訓練方法及環境，但因投注程度有別，自然產生不同的成績和績效。柔道隊本屆奧運比賽成績不盡理想，與體能訓練不足關係密切。訓練時數、分量不如外國選手，光憑技術就想扳倒對手不太可能，在水準最高的奧運會中更難出頭。柔道講究全面發展，技巧、體能、經驗缺一不可，所以紮根工作馬虎不得，基層教練養成與培植是第一要務。

如以國際競技為著眼點，長期培訓及政策配合最為重要，除了器材、場地、住宿妥善供應外，學業、工作、獎勵、補助及精神支援等客觀、主觀條件均需倚賴當局明確政策指引及保障。

另一方面，選手也應該自我反省，是否全心投入，是否盡了本份？有沒有戰鬥意念、有沒有憂患意識？

缺乏有力支持

李台忠(擊劍教練)：

●洛磯磯與運時以選手身分參加，得到不少實戰經驗，漢城此行擔任教練收穫更多，也付出不少心力，個人覺得相當值得，畢竟選手表現已達到預期待標。奧運會前有人批評「擊劍」為奪牌最無希望項目之

一，對實力集訓中的選手傷害極深，相對增加不少心理負擔，我對王三財、鄭明祥兩人此番盡責的演出感到滿意。

擊劍在缺乏支持、無人鼓勵的先天缺陷中，默默耕耘已略見成效，反遭外人誤解、非議，勢將影響未來會務的正常運作。

安定軍心重要

吳中川(女子柔道教練)：

●對首役即遭淘汰的戰果，辜負大家的期盼和支持，我願負完全的責任。

由於個人的疏忽和大意，使得周育萍未能在賽前十幾天時間，完成所有調適步驟，平白造成本身的緊張與不安，加上缺乏培訓對象，周育萍在漢城表現每下愈況，比賽當天甚至手腳發軟，當然吃了敗仗。

敵情蒐集工作重要，安定軍心也是急務，這一點是我此行最大的收穫，希望提供大家參考運用。

體能訓練奏效

許蔡傳(柔道選手)：

●很意外能在奧運賽中獲得名次，成績表現比其他團員還好。其實最令人滿意的，在於完全掌握自己的體能及心理狀態，才能在第三度國際比賽贏得第五名。代表團抵韓兩週後才上場比賽，使我有充分時間適

應當地緊張的氣氛和生活起居，賽前體能調節做得充裕而徹底，所以出賽時有恃無恐，表現與國內集訓要求相去不遠。

我覺得亞洲杯出征歸國後，張尚賢教練設計的「體能密集訓練」效果很好，對戰鬥意志和毅力、潛能激發也有不少助益，可能是柔道隊成績較其他項目突出的原因。

缺少磨練機會

楊秀珍(自由車選手)：

●由奧運比賽可以看出，亞洲女子自由車水準的確落後蘇聯、歐洲一大截，雖然我對「第八名」成績不滿意，但平心而論已是極限，實在無法再超越其他選手了。

參加自由車運動三年，發現國內女子選手僅有十餘人，出國比賽次數又少，全靠自己埋頭苦練，這種「土法煉鋼」的訓練方式，怎麼比得上身經百戰的西方選手呢？

一般人對自由車競速飛馳，產生不安全、不文雅的錯誤聯想，限制了自由車運動的發展，特別是女孩子更遭受家長反對和禁止。所以提升質與量得先從觀念釐清著手。

本報記者 鄭清煌