

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類人物特寫 來源 民生報 日期 781113 版面 四版

李福恩

●施穎洲●

——中華田徑的希望(上)

●我可以說是非常熟悉十項運動及李福恩的，這兩三年來，常常掛懷為什麼李福恩不能如我估計的突破8千分大關。

勤加練習 有望打破8千分

李福恩撐竿跳5公尺27，在亞洲賽或亞運最多只能得到一面銅牌，在奧運是毫無希望的。而據我估計（我1981至84年在民生報發表的對李福恩的估計總是不錯的），李福恩如能好好練習，今年亞洲賽及明年亞運，可能突破8千分，打破楊傳廣的紀錄，奪得金牌；1992年奧運可能進入前6名。

我說我「非常熟悉十項運動及李福恩」，是事實。我搜集田徑統計資料已經50年，做「（國際）田徑統計學會」會士也已30多年（同年1956年起我搜集有「田徑新聞」月刊全套）。自從楊傳廣1954年在馬尼拉奪得亞運十項運動金牌以後，我對於十項運動及我國十項天才用了不少研究的苦工（中間我曾於1958年為楊傳廣籌集赴美受訓的旅費，已故的周頌聲先生寄來2年後楊傳廣站在羅馬奧運勝利台上的照片為酬謝）。我研究世界十項運動名將的訓練法。我寫過鼓勵楊傳廣、吳阿民、陳全壽、楊國華、陳進龍、林森麟、黃茂良、古金水等的文章，在聯合報及民生報發表。

1981年，李福恩還未曾參加過十項運動，我看到他在中學賽的跳高、跳遠等成績，我在民生報發表的一篇文章指出，李福恩如練習十項運動，可能打破7千分。4個月後，李福恩首次參加十項

運動（區運），果然有6920分驚人成績，如果不是首日遇雨，他會如我估計的進了7千分大關。自從那時起，到1984年為止，我在民生報發表5、6篇文章，先後寫出我對他的估計，並予指點。

高何土杯後 連串不如意

那3年間，李福恩的進步都如我的預估，因為我相信他的教練吳錦雲是接受我的意見的（吳錦雲是好教練）。我對李福恩的預估，一路風順，一直到1983年杪，我預測他將在奧運突破8千分，進入前六名。1984年4月，他首次參加十項比賽（宜蘭台區田徑賽），便有7733分（今日計分為7697）佳績，預告他在8月奧運可能有我預測的8千分成績（4個月是充份的調整時間）。不料5月高何土杯田徑賽他在雨中受傷，一蹶不振，以後兩年又屢次遇到傷病一連串不如意。他的狀況使我無法預測他的前途。我認為他應在1986年恢復原狀，並有進展。事實是：到了去年4月宜蘭奧運年田徑賽，李福恩的高欄、鐵餅、撐竿及標槍都創造個人紀錄，總分7739也是個人紀錄，但比四年前的7697分，只進步42分。為什麼？今年，李福恩參加過2次十項比賽，都只有7千4百多分成績，為什麼？

成績遲滯不前 其中有文章

李福恩後5項的高欄、鐵餅及標槍3項已稍有進步，撐竿跳有大進步，但是為什麼十項運動成績還是只與4年前差不多？

現在可以斷定，原來他在楊傳廣的「調教」下，楊傳廣不讓李福恩打破他的紀錄。事實非常明顯：楊傳廣的天才是跳高及跳遠，李福恩的天才也是跳高及跳遠，為什麼在楊傳廣的調教下，李福恩的跳高及跳遠反而大大退步，以致十項運動總分無法提高？如若說李福恩1984年奧運之前鼠蹊受傷，妨害跳高跳遠，吳清錦也曾鼠蹊受傷，但隔年不但恢復雄風，而且走上巔峰，李福恩這三年來跳高跳遠若不能再上一層樓，至少也應恢復5年前的水準了。為什麼不能？請問楊傳廣。

間歇跑四百 可改善千五成績

現在先由李福恩各項目個人最高紀錄來看他的潛力：

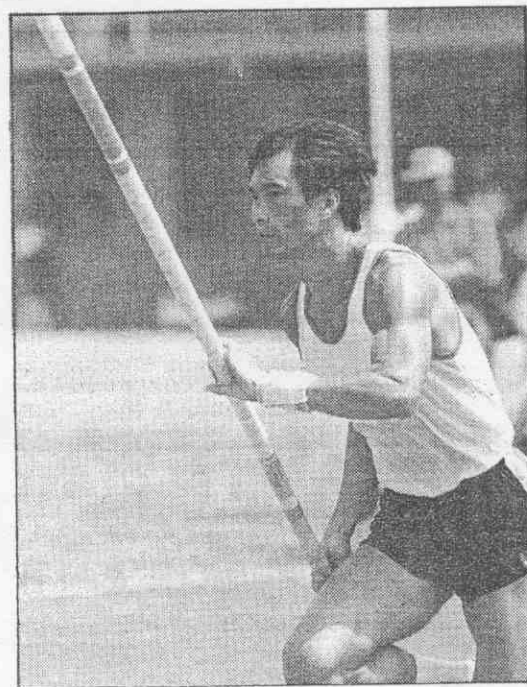
項目：	成績	年度
一百公尺	10秒84	1988
跳 遠	7公尺86	1984
鉛 球	13公尺49	1983
跳 高	2公尺15	1984
四百公尺	49秒28	1987
百十高欄	14秒81	1988
鐵 餅	39公尺96	1988
撐竿跳高	5公尺27	1989
標 槍	55公尺06	1988
千五公尺	4分30秒20	1983

現在逐項分析：

千五公尺，國內發表的李福恩最佳成績是1987年的4分38秒20，忘記了他在1983年4月台區田徑賽有4分30秒20佳績。1983年8月台中市中正杯田徑賽，他還有4分32秒19次佳績。1982年我曾在民生報上面指點他：在冬季休息時期，多練四百公尺間歇跑，以改善千五公尺成績，他的教練吳錦雲接受我的意見，所以有上述的佳績。我深信，李福恩如能在今年冬季再用上述方法練習千五公尺，他不但可恢復4分30秒水準，他還可以同世界十項第一流運動員一樣有4分20秒的水準。

經常練習 大有可為

一百公尺，李福恩5年前有10秒87最佳成績。5



↑李福恩的撐竿跳高成績大進，十項能否跟進？

年來，他一直徘徊於11秒左右，雖然去年有10秒84的進步，事實上他的水平線是動盪不可靠的。李福恩的弱點是沒有經常練習。如果他認真練習，他很快的就會回復到穩定的10秒85水平，甚至進步到10秒74。

跳高及跳遠，李福恩的實力比5年前退步很多，是他的十項總分未能提高的致命傷。我相信，只要他經常練習，像他在學生時一樣練習這二項，他的實力馬上可以恢復。他年齡只有26，大有可為。陳進龍應該可使他進步。

●編者按——施穎洲先生為亞洲知名的田徑統計家及評論員，對亞洲各國田徑知之甚詳。

