

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 棒球 來源 中國時報 日期 97. 2. 21 版面 F三版

## 練慢速變化球 建仔不吃虧

李弘斌／新聞分析

「台灣之光」王建民在坦帕的春訓基地開始練投，重點球路仍是仰仗的快速沉球與去年闖出名號的滑球，恩師基德瑞還建議他練些「慢速變化球」。然而，不論要琢磨哪種球路，重點都是把握春訓熱身賽的黃金時間，避免去年季中仍在「喬姿勢」的狀況，今年肯定能投得

更好。

建仔去年雖然拿下19勝，但例行賽常在調整「手肘太低」的毛病，比賽中也多次出現某一局「突然投不進好球帶」的狀況，顯示在沉球、滑球和變速球的交替運用中，建仔無法完全掌握放球點。平心而論，他的滑球成長雖然令人驚豔，但沉球威力不若往昔，卻是不爭的事實。

有人說，上了大聯盟、並被視為第一豪門的王牌投手，在球季中得「喬姿勢」的狀況相當奇怪，但這和建仔去年在春訓尾聲突然拉傷大腿免戰，其實有著絕對的關係。

春訓就是為正式球季做好準備的時間，除了體能和球速的調整外，包括新練的各種球路也得在此時準備妥當。尤其是在熱身賽中，投手可以放手測試新球種的威力，去年春訓建仔的快速指叉球就投得虎虎生風，甚至各款以大聯盟為題材的電玩遊戲幾乎都納入此一球路。

然而，大腿拉傷讓建仔全亂了套，儘管他投了兩場復健賽，但對手全是小聯盟打者，當時重返大聯盟亦僅代表其腿傷痊癒、體能OK，球路其實沒有時間再測試到妥當地步。復出主投魔鬼魚（現更名為缸魚）之前，建仔還擔心「沉球不掉」的問題，例賽也只敢琢磨前年就曾用過的滑球，而將指叉球等束諸高閣。

基德瑞要建仔練慢速變化球的建議，長遠來看也有道理，畢竟目前清一色為剛猛球種，隨著年紀漸增球速下降，就很難再與打者抗衡。視建仔如子的老基著眼5年以後的問題，不過現階段趁熱身賽測試球路，其實也不吃虧。只要快速沉球維持水準，即使新球種在春訓並不管用，開幕戰應該還是建仔的囊中之物。