

百萬青少年上冰雪

——揭開大陸冰雪運動的面紗(下)

科研積極參與 期待豐收

記者 陳麗卿 / 特稿

●體育科研積極參與冬季運動項目的訓練，是大陸能在不到10年之間，崛起亞洲，進軍世界的一個主要原因。

這次的亞洲冬運，大陸不僅派出技術調研組專家分項指導研究，重點發展區哈爾濱市的體委副主任于再洲、體工隊長潘金魁和「國家」體委專門人員都趕至札幌，蒐集情報，分析技術；其中，



↑大陸的王秀麗(右)因高峯期調整不及，在亞冬運悵然敗給日本的橋本聖子(左)。

記者 鍾豐榮 / 攝影

最受注目的是黑龍江體育科學研究所研究員林棟。

在競爭白熱化的短道快速滑冰和快速滑冰場外，林棟以錄影機詳細拍攝了比賽的細節，準備帶回大陸好好研究。

林棟說，科研已是大陸發展冰雪運動的「優先考慮」，尤其是短道速滑的研究最為徹底。對短道速滑好手如王強、王秀蘭、李琰、鄭春陽等，他們經常性地給與生理測驗，檢驗選手賽前、賽後快速滑冰隊教練龔硯芳說，荷蘭及挪威教練對大陸速滑水準提升極有幫助。此外，送好手赴外集訓也是大陸嚐試的方法，男子速滑500公尺意外奪金的宋臣，冬天長年在日本教育，滑出不錯的成績單。

針對重點項目全力推展，大陸做得極成功。冬季運動大陸以短道速滑和快速滑冰最肯投資、訓練。目前短道速滑大陸已近世界一流水平，速滑的王秀麗也是世界級選手。

短道速滑大陸從82年才發展，84年才有正規的短道冰鞋，大陸滑冰領導人發現，室內的短道速滑適合亞洲人嚐試，遂找體育師資、科研人員積極研究技、戰術、心

理脈波，近年大陸的短道速滑人才輩出，如郭洪茹、李琰、張豔梅、王秀蘭、鄭春陽等都已能獨當一面，大陸的冰雪運動發展已走過了播種的階段，正期待豐收。

的尿蛋白、血紅蛋白，進行肌能水平測驗，包括心肺功能和心血管。

就生理角度而言，黑龍江科研所得到極佳的結果，並隨時將各項指標提供給教練，作為改進速度和技巧的參考，教練據此可針對選手個別安排不同的運動量。

此外，他們也在運動訓練學、心理、力學上專項研究，提供有用數據給訓練隊。

拿快速滑冰大陸王秀麗對決日本的橋本聖子失利為例，就是調整高峯期策略不同造成的。

老於經驗的橋本參加速滑的世界巡迴賽多年，充份吸收了歐洲好手流行的短週期小高峰比賽方式，擅於調整自己的高峯期；而大陸慣用週期性耐力訓練調節體能，王秀麗將自己的高峯放在今年元月的世界錦標賽，至札幌仍未及時回復最佳體能狀態，而與金牌絕緣。

聘請外籍教練和送教練去歐洲訓練並行，使大陸在訓練上跟得上最新技術導向。

