

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 **體育評論** 來源 **民生報** 日期 **770205** 版面 **二版**

韓國高麗大學棒球隊在台中時，總教練一聲令下，全隊跑四百公尺一百圈，面不改色。

一百圈跑下來，剛好四萬公尺。請問我們的棒球選手跑過沒有？

體能不是天生的，強制練出來的，肯去練就會有結果。以前，韓國最好的投手朴魯俊，有一次在台中應趙士強之請，喝了一點酒，回去被教練聞到有酒味，立刻挨罰也跑了

我們國手跑過四百公尺一百圈嗎？

不吭一聲。

韓國運動隊伍之所以進步那麼快，體能好是根本，累不垮，撐得久，當然能把「疲勞點」往後延，贏就贏在你先累，他後累。

更早以前，韓國國家代表隊來華，跟我們成棒甲組球隊比賽，每役俱北，實在看不出會有什麼前途。

他們回去以後，進行訓練，適逢寒冬，冰天雪地去那裡打棒球。球隊規定所有國手不准回家，教練團

也僅一個月可以返家探親十天而已，他們沒有什麼自力救濟，人人守約，聽命令行事，一個冬天的訓練以強化體能為主，從漢城居然可以分段跑到另一城市。等到開春以後靠著堅強的體能，很快就進入情況，飛躍的成長，在那一年的亞洲杯擊敗日本、中華、澳洲與菲律賓，贏得亞洲杯的冠軍。

棒球技術大家都差不多，日本能拿奧運金牌，韓國能贏得世界杯冠軍

必定有他的條件。今天，我們也想打奧運金牌、世界冠軍，機會人人

一樣，條件則不

一，我們的國家隊練了多少體能，

能不能在嚴厲考驗下面不改色。

如果體能的問題不輸人，那麼進而談金牌就更有希望。

