

桌球新規則 輕鬆打易樂透

蔣澎龍職業經驗分享 不要比大小 提防亂刀流 無遮攔發球留給專家傷腦筋

記者馬鈺龍／專題報導

●國際桌總這一、兩年連番修改規則，從大球、11分制、到無遮攔發球，不要說一般球友，就連在國際征戰多時的國手都得花一番功夫適應。如果你正被這些規則搞得迷迷糊糊，打球打得不夠痛快，我們特地請來桌球世界排名第四的國手蔣澎龍為大家建言，他將自己的經驗與大家分享，祝大家新年度打球樂透、球技精進。

(一)40mm的大球如何適應？蔣澎龍給球友的第一個建議就是「不要比大小」，不管你以前打小球打了多久，不管你是不是第一次接觸所謂大球，記住一點：桌球只有一個size，也就是各位現在手中拿的、球拍打的這顆球。不管你在哪裡打球，球只有一種尺寸，那你還去記什麼大球、什麼小球。

業餘球友不要想得太多，只要專心去適應手上這顆球，大小球的打法沒有什麼改變，就連職業球員也一樣，只要提早適應就能打得得心應手，球友們打球是運動，是要尋求快樂，不需要花太多精神去「比大小」，現在就算你想買38mm的小球，恐怕還不太好買，那何必傷神想太多。對一般球友而言，球的大小只是心理因素，對打球的樂趣而言，影響不大。

大球倒是有一個現象會發生，就是雙方打相持球的機會增多，蔣澎龍說，相持球在一般程度以上的球友對打比較容易發生。想要求勝？有一個秘訣：多練基本功。找你的教練或球友多多練習來回球，包括多拍相持如何變化戰術，職業球員在比賽中是靠瞬間反應得分，一般球友也一樣，練好相

持球是打大球的最大秘訣。

(二)11分制怎麼打才能贏球？桌球一下子從21分改成11分，球友們每一局的比賽時間縮短許多，蔣澎龍表示，如果球友們經常參加業餘比賽，而且規則又是11分制，那你得趕快去適應這項改變，從心態、戰術方面都要適應，不然就算你球技多高超，都有可能被「菜鳥」擊倒。

11分制，雙方各發兩球，你有時根本還摸不透對手的特性，一局結束了，如果你贏還好；如果輸了，心一急，球友們比職業球員更容易陣腳大亂，哇！這樣輸得更快。11分制增加許多偶發性，尤其對程度較差的球友更容易出現。「敢打就可能會贏」，大家一起玩球、練球、再來場比賽，有些業餘球友打球很隨性，「亂刀流」的球風再碰上11分制，小蔣建議，程度稍高的球友還是得小心。

那11分制是不是就對程度低的球友有利？小蔣表示不盡

然。桌球的勝負還是取決於實力，實力高的球友如果適應這項新制度，當然不怕實力較低的「亂刀流」打法，蔣澎龍建議，如果你很在意規則、又經常會參加比賽，那還是趕快調整自己的心態，不要急、一球球慢慢打，盡量在前兩局弄清楚對手底細，那就成功一半，就算這次輸球，下次再打照面，心裡至少也有個底。

(三)「無遮攔發球」是什麼？哈！不要懷疑，這條規則要等到今年9月才實施，蔣澎龍自己都還在摸索，就連大陸國家隊都在研究這條規則的定義。對一般假日型球友而言，小蔣建議，先暫時別把它當回事，傷神的事，留給職業選手們去傷腦筋。

蔣澎龍指出，這條規則是指發球時，「球」要讓裁判及對手看得到，但延伸出來的執法問題卻相當複雜，到時實施起來，應該爭議很多。小蔣表示，桌球不外乎發球、接發球，並在前三

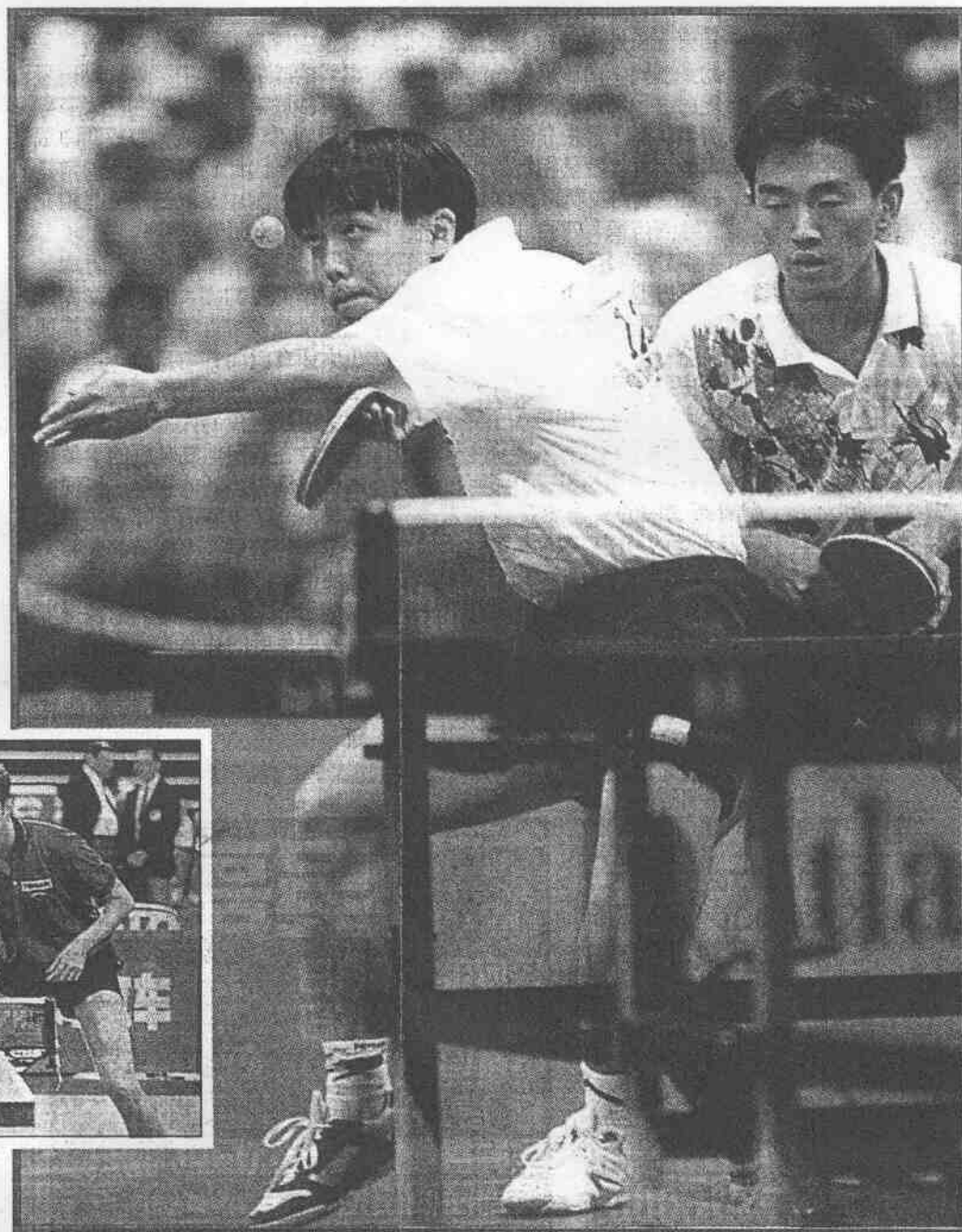
板找出契機進攻或防守，發球是當今桌球很重要的技術，結合膠皮、球拍及適時的遮擋，常

有出奇制勝的玄妙。

如今規則一改，發球得「赤裸裸」地向大眾呈現，很多選

手的絕活都無法施展，嘿，到時會很好玩，很多好手會變得不會打球，小蔣建議球友在改規則後，看看華德納、劉國梁，這兩位選手怎麼發球。

小蔣自己都還在摸索這條規則，正透過管道向大陸索取錄影帶來作功課，他很正經地表示，這條規則對他的影響也很大，得小心應付。不過他還是建議球友，不必在乎這條規則，甚至可以讓它「隱形」。



▲如果採用新版的發球規則，以發球見長的瑞典老將華德納，就會少了最厲害的武器。

資料照片記者郭運復／攝影

▲像山姆索諾夫這種具有一流實力的選手，蔣澎龍認為新規則對他的影響不大。取材於桌球王國月刊