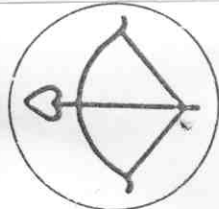


# 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 田徑 來源 民生報 日期 760808 版面 二版



## 美國射箭錦標賽傳佳音

### 開賽三天 我女將包辦前三名

#### 青年男、女組表現穩健取得領先

【本報記者呂美娟台北一美國邁阿】天總成績以一九〇八分，僅次於日本松密七日電話】正在美國邁阿密大學參加下和幹、美國麥金尼而居第三位，而且美國射箭錦標賽的中華隊選手，邱炳坤名次還有可能晉升。

九十六公尺雙局超亞運、單局破全國、女邱炳坤今天的九十六公尺射得三〇六分，子組及青年男、女組、我國破全國、三大賽程均領先各國射手。

美國射箭錦標賽暨國際射箭邀請賽，於台北時間五日至八日舉行，採全項雙連所創的五八六分亞運紀錄。

在這項比賽有來自澳洲、日本、中華

民國、巴西、墨西哥、土耳其、加拿大、二、賴芳美二八五七分第三。

哥倫比亞、瑞典、英國及美國參加的比賽，我國選手的表現普遍不錯，尤其是女子組目前領先的前三名都是我女將。

女子組第一個單局賽完，賴芳美以二二二分領先，劉碧瑜二二六分居次，秦秋月二四七分第三；但今天的七十公尺及六十公尺賽完後，劉碧瑜以一八九二分躍居領先，秦秋月一八五八分第

男子組除邱炳坤外，第一次當選國手的謝福鑫也表現穩健，單局二四七分，三天總分一八三七分；黃爾營一七四五分，李水河一七〇六分。

青年組有八隊參加，我國的呂嘉璋、彭那君也在男、女組取得領先。

### 找回失落的金牌



本報記者 呂美娟

## 足不嫌總 練訓量重 想理欠也 整調能體

第七屆亞洲田徑賽中華隊成績不如預期，無論是什麼因素所致，訓練及調整未臻理想應是不爭的事實。和我國其他單項運動一樣，田徑運動員的訓練時間很長，一天吃「三餐」（練三次）並不稀奇，可是實際訓練量卻往往不夠。

以全隊的情況來說，重量訓練是最弱的一環。像第一篇述及多數選手大腿肌肉發展前後不成比例的情形，照說就應該針對較弱的後腿肌訓練，但是大多數人，尤其是愛漂亮的女選手，都視進重量訓練室為畏途。

像男子十項選手古金水、李福恩，早在三、四年前就有不少運動生理專家提醒他們要多練重量，使體型更加魁梧，幾年過去，他們的體重卻仍增加有限。

本屆比賽異常突起奪得十項金牌的大陸選手魏國華，體型像三鐵選手一樣壯碩，他從八四年才開始系統訓練而能有七八百磅的實力，跟雄厚的本錢大有關係。

楊傳廣當年出國受訓，幾年內由瘦竹竿變成鐵人，也拜正確的重量訓練所致，更是明顯的事實。

再就以訓練量來說，第一次當選國手而且成績一再進步的鐵餅選手李俊雄，於比賽中與大陸的金牌選手李偉男一談後，發現李偉男的訓練份量是他的十倍，驚訝得不得了。

在百十公尺跨欄馬失前蹄的吳清錦，由於鼠蹊韌帶受傷的陰影，練習量向來不高。事實上，以技巧來說，他絕對可以勝過得金牌的楊光，但是訓練份量不夠使吳清錦的耐力不足，以致前五關領先而最後輸掉的歷史重演。曾有不少教練指出吳清錦平時應多參加一百、二百、四百公尺的比賽，練習時增加一百五十公尺和三百公尺的耐力訓練，但是幾年一見而過，吳清錦始終不能突破四年前的自己！

第七屆亞洲田徑賽是今年田徑選手的第二目標，經過長期集訓，卻發生有選手在重要比賽成績不如先前的選拔賽，也不如後後的泰國國際邀請賽，這個情形顯示出教練及選手想把高峰調移到亞洲賽，卻失敗了。

田徑協會總幹事紀政曾打比喻說，要一位選手適時發揮潛力，首先要教練開對處方，其次要選手肯吃處方。教練及選手們實在有必要平心靜氣地自我省察：到底是沒給對處方？還是不肯照處方吃藥？