

# 亞運蛙王 究竟誰屬？

200M應為日本渡邊的天下，100M將是大陸陳劍虹、日本川口及我國蔡心嚴3強競逐的局面。

特派記者 江彥文／特稿

●「亞洲蛙王」究竟誰屬？大陸游泳隊總教練陳運鵬分析：200米多半是日本渡邊健司的天下；100米則是大陸陳劍虹、日本川口伸之和台北蔡心嚴3強逐鹿局面。

陳運鵬指出，誰能游出1分03秒以內成績，就一定能拿下100米蛙式金牌，能有1分03秒50左右水準則是坐2望1。

根據大會公布的選手個人資料，陳劍虹是1分02秒94亞洲紀錄保持人，也是亞洲人至今唯一游進1分03秒的人，今年成績穩定保持在1分03秒1左右，亞運會報名

最佳成績是1分02秒90，充分顯出勢在必得雄心。

日本川口伸之是2年前冒出頭的蛙泳新秀，年僅20歲。去年他的100米蛙式最好成績1分03秒75，列當年世界第31位，今年6月他在日本選手權大賽，又將成績推進到1分03秒30，並以此成績報名亞運會，是一個實力穩定的選手。

蔡心嚴去年區運創下1分03秒83全國紀錄後，今年赴美接受大陸教練穆祥豪指導，7月游出1分03秒78個人最佳成績。本次參賽報名最佳成績是1分02秒80，比陳劍虹還要好，看來「蔡頭」真是「愛拚才會贏」的實踐者。

渡邊健司方面，他的100米報名成績比較保守，是1分03秒90，也具有爭牌實力，他的強項是200米蛙式。

今年6月，渡邊創造200米蛙式2分15秒70的亞洲紀錄，迄今無人能望其項背，據了解，他目前實力保持在2分17秒左右，這個成績包括陳劍虹（報名成績2秒22秒50）、川口（2分21秒）、蔡心嚴（2分21秒），都不足以威脅。

另外，南韓19歲選手尹周一漢城奧運會後，全力專攻此項，成績進步幅度很大，此次報名200米成績2分19秒90，來勢汹汹，將影響銀牌之爭。

## “單點入水”更快更遠 蔡心嚴有秘密武器

特派記者 江彥文／特稿

●蔡心嚴將以訓練的「單點入水」向亞洲蛙王寶座及亞運獎牌挑戰。

蔡心嚴過去跳水都採傳統的平直入水；在美國隨穆祥豪訓練時，穆祥豪教他改練最新發展的「單點入水」跳水。

周明杰教練說明單點入水是選手盡力向前、向高躍出、空中屈體後，近似垂直的一頭栽入水中，有點像跳水的人水動作。

單點入水的特點是入水較深，但水中所得到的水動力和反作用力大，只要選手掌握入水深度，將垂直動力引導向前，則可以爭取更遠、更快的跳水距離，而100m蛙式金牌誰屬，可能就決定在這點差距。

蔡心嚴7月分創個人最佳成績就是用這種跳水方式，當時還是初學乍練，經過2個月苦練後，將是他邁向金牌之路的最新秘密武器。

