

國立臺灣體育大學圖書館剪輯資料

分類 世運會 來源 中國時報 日期 98.7.06 版面 C三版The World Games
2009 Kaohsiung

2009.7.16-26

高雄世運倒數10天

讓世界走進來 系列報導

運動攀登 勇氣大考驗

黃邱倫／綜合報導

攀岩是登山運動中重要的一環，登山者在攀高的過程中，常要克服陡峭的岩石裂縫或冰壁，但隨後發展出自己的一方天地，如今成為廣受大家喜愛的運動。

根據國際山嶽聯會（UIAA）資料顯示，當代運動攀登最早是從前蘇聯開始的。前蘇聯從40年代就有以競速為主的攀登競賽，但因冷戰關係，這種競賽只局限在蘇聯境內，並未在其他西方國家傳開，一直到1985年，義大利杜林舉辦第一次難度賽，1986年法國里昂室內攀岩賽，兩次比賽都相當成功，這項運動才開始在歐洲逐漸盛行。

目前運動攀登大約可分為先鋒賽、速度賽與抱石賽3種。先鋒賽是由原本的難度賽演變而來，比賽以考驗選手攀登技術和肌耐力為主，參賽選手必須以先鋒方式攀登，比賽路線需在長15公尺、寬3公尺的人工岩壁上進行。

速度賽則是以考驗選手的速度

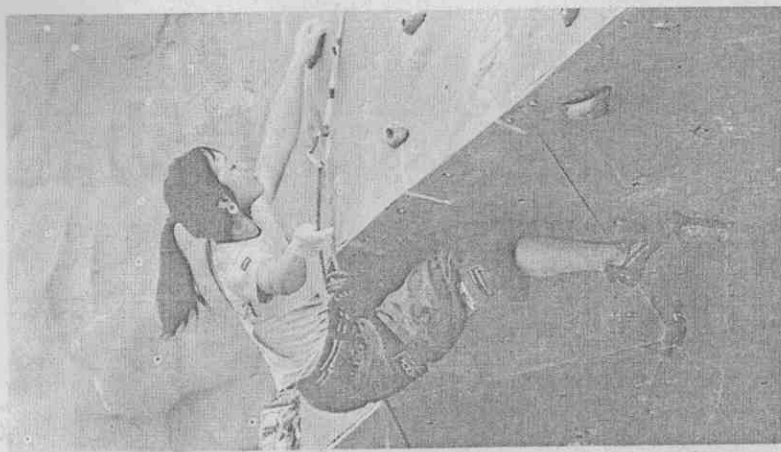
和爆發力為主，比賽時選手要攀登兩條高度相同難度不同的路線，以平均成績作為決勝標準，難度比先鋒賽簡單些；目前國際上已有一種趨勢，在速度賽指定路線或使用岩點盡量簡化、標準化、規格化，藉此比較出選手的真正速度水準。

至於1998年才成為國際攀岩比賽項目的抱石賽，路線長度較短，但岩點之間的距離卻比較遠，選手有時必須用跳躍的方式抓點，所以考驗著選手的爆發力。抱石賽通常設在垂直高度4.5公尺以下的岩壁上，參賽選手嘗試解決裁判在岩壁上給的難題，最少

次成功解決最多問題的選手即獲勝。

攀岩運動20年前引進台灣，由於既無危險性，又能深刻體驗到攀爬的刺激與樂趣，因而在各個年齡層造成流行，國內目前每年都會定期舉辦總統盃與大專盃攀岩賽，選拔出優秀的國手，進而參加各項國際賽事。

攀岩賽之所以能成為潮流，主要是選手只能靠雙手與雙腳，抓住突起的人工岩塊，進行騰挪、竄越與引體等動作，由於這些都是體能上的極至表現，讓觀眾們看得大呼過癮，成為攀岩賽最高享受。



▲攀岩是登山運動中重要的一環，如今成為廣受大家喜愛的運動。（KOC提供）

