



陳德同浪子回頭 金拿來

↑高雄市陳德同在全運會打破全國紀錄，高舉第一手指。 記者周永受／雲林傳真

成功減重10公斤 恢復蛟龍身手 再破全國紀錄

●爆肥至90餘公斤，高雄市陳德同在最胖的「肉粽」教練許峰銘指導下，成功減重10公斤，恢復蛟龍身手，昨天在全運會打破男子四百自由式全國紀錄摘金。師徒二人同聲說，「證明給大家看，我們練得回來。」

上屆全運打破二百自全國紀錄，陳德同被看好將稱霸自由式中距離項目，但生性放達的陳德同讓泳界失望了。雅典奧運回來後，練習不正常，還出車禍，養傷期間爆肥逾90公斤，今年大運會成績奇差，大家都說，陳德同不行了。

陳德同不甘心就此走入歷史，傷勢養好後，今年七月重回高市許峰銘門下苦練。許峰銘說，「只要你想拚，我們就來練。」

許峰銘自己就是體質易胖的人，選手時代曾有劇烈減重，導至體能全失的痛苦經驗。他要陳德同正常吃、正常訓練外，再輔以跑步減重。期間，練太少，怕強度不夠；練太多，怕受傷，煞費苦心。

其實，陳德同這面金牌、全國紀錄來得幸運。許峰銘原來看好陳的師弟蔡國銓破紀錄摘金，而且能游進4分大關，但蔡國銓預賽出發時，重心移動違規失格，破紀錄機會讓給陳德同。陳德同復出的努力得到回報，還真的是「天公疼憨仔」。(江彥文)

泳總新規則

蛙式技術跟不上國際潮流 選手在東亞

【記者江彥文／報導】國際泳總(FINA)修改仰式、蛙式部分規則，允許仰式出發蹬壁的雙腳出水面、水面下蛙腳後允許一次蝶腳打水。前者本屆全運會已採用，後者卻因為泳協對規則解釋尚有未明之處，全運會不敢採用。影響所及，我國蛙式技術可能跟不上國際潮流，選手在東亞運會上會吃大虧。

蛙式出發、轉身後，選手在水面下踢完蛙腳，很容易發生雙腳向下打水的「海豚腳」(dolphin kick)，即所謂的「蝶腳」，過去規則明文禁止。此一規則由於爭議多，包括日本蛙王北島康介

雅典奧運一百蛙奪金後，都被檢舉「加踢蝶腳」，雖然未被採納，已引起修改規則聲音。

國際泳總基於消除爭議及促進蛙式成績考量下，今年七月世錦賽期間修改規則，並自九月中開始採行。

根據泳總網站上最新蛙泳規則(sw7.1)原文：a single down-ward dolphin kick followed by a breaststroke kick is permitted while wholly submerged.依其文意可大致翻譯為：蛙泳選手出發和轉身後，在水下第一次蛙泳腳後，允許一次向下打水的蝶泳腳踢水動作，然後浮出水面繼續



泳總

新規則 我們不敢用

蛙式技術跟不上國際潮流 選手在東亞運上會吃大虧

【記者江彥文／報導】國際泳總（FINA）修改仰式、蛙式部分規則，允許仰式出發蹬壁的雙腳出水面、水面下蛙腳後允許一次蝶腳打水。前者本屆全運會已採用，後者卻因為泳協對規則解釋尚有未明之處，全運會不敢採用。影響所及，我國蛙式技術可能跟不上國際潮流，選手在東亞運上會吃大虧。

蛙式出發、轉身後，選手在水面下踢完蛙腳，很容易發生雙腳向下打水的「海豚腳」（dolphin kick），即所謂的「蝶腳」，過去規則明文禁止。此一規則由於爭議多，包括日本蛙王北島康介

雅典奧運一百蛙奪金後，都被檢舉「加踢蝶腳」，雖然未被採納，已引起修改規則聲音。

國際泳總基於消除爭議及促進蛙式成績考量下，今年七月世錦賽期間修改規則，並自九月中開始採行。

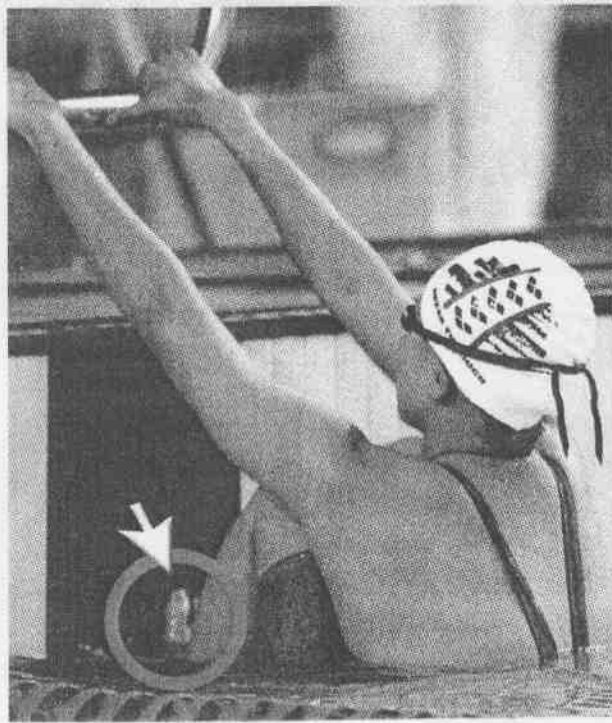
根據泳總網站上最新蛙泳規則（sw7.1）原文：a single down-ward dolphin kick followed by a breaststroke kick is permitted while wholly submerged. 依其文意可大致翻譯為：蛙泳選手出發和轉身後，在水下第一次蛙泳腳後，允許一次向下打水的蝶泳腳踢水動作，然後浮出水面繼續

正常的蛙泳動作。

全國泳協技術委員許東雄表示，上述條文中對dolphin kick沒有明確說明是「順勢自然」的，還是「刻意」的，泳協不敢遽然採行，將在全運會後去函泳總詢問，待明確了解後，再行採用。

不過，有人認為，泳總規則已經很明確，世界各國，包括大陸「蛙后」羅雪娟都已練習，並在十運會上發揮。許多教練估計，每一次蝶腳可以加快速度近0.5秒，國內選手若不能及早跟上國際潮流，國內蛙泳成績不能進步外，國際賽上也肯定吃虧。

（全運相關新聞見B4）



←全國運動會新制定的仰式規定，允許選手登牆露腳趾於水面上。

記者周永受
／雲林傳真