

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 奧 運 來源 民 生 報 日期 93. 5. 25 版面 B 四版

圖解奧運 跳高

ATHENS 2004 

選手試跳時不得觸落橫竿；連續三次試跳失敗，喪失繼續比賽資格

■ 技術分析與器材

1 助跑

速度達到最快，身體重心降到最低點，起跳腳強力蹬起，準備縱身起跳

2 轉體

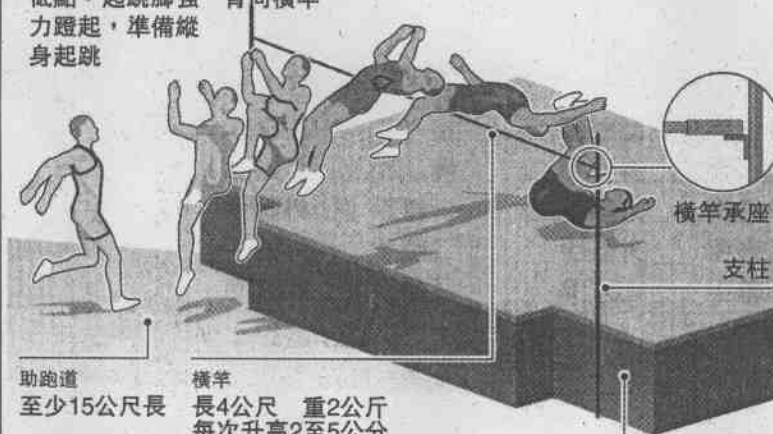
身體重心不變，但身體部位翻，背向橫竿

3 過竿

肩膀下斜、身體彎曲成弓狀

4 著地

過竿後落地時挺胸、縮膝



助跑道 至少15公尺長

橫竿 長4公尺 重2公斤 每次升高2至5公分

橫竿承座

支柱

著地區 海棉墊5X3公尺

比賽日	20	21	22	23	24	25	26	27	28
八月	○	○	○	○	○	○	○	○	○

■ 場地

奧林匹克體育場·馬洛西

REUTERS

