

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 射 箭 來源 民生報 日期 820122 版面 四版

《射箭趣聞》

# 神射手 留唇印

## 彎弓拉弦找定位 必練“嘴皮”功夫

記者 王麗珠／特稿

● 射箭選手每次拉弓時，都要把弦拉到嘴唇上，天天練，天天拉，他們的嘴皮會不會比別人厚？答案是——不會，但是，初學的選手可能會因拉弦不正確而拉破嘴皮。

射箭教練賴文郎表示，弦拉到嘴上，是為了固定位置，每次拉弦都要拉到同樣的位置，如有任何偏差，就很容易歪掉，以嘴唇為基點，若有偏差，很快就會察覺出來。正確的拉弦、放弦，並不會和嘴唇摩擦，嘴唇不會受傷，也不會長繭。

會受傷的情況多因弦已固定在唇上，又再向後拉弦，就很容易拉傷嘴皮。射箭選手每天數百次，總有疏忽大意之時，

- ① 范揚智拉弦最賣力。
- ② 秦秋月的動作標準。
- ③ 林宜螢的瞄準英姿，為她帶來很好的名聲。
- ④ 林政賢的拉弦正確。

記者 張福興、鍾豐榮／攝影

偶有失手再所難免。如果看到射箭選手嘴巴貼膠布，就表示他的唇受傷了。

資深國手賴芳美沒有拉破嘴皮的經驗，不過，卻曾因勾弦的指套太鬆，而刮傷了下巴，有一陣子，她的下巴都貼著膠布。平25公尺世界紀錄的吳聰義表示，每次比賽完畢，射了全項144箭之後，臉上就會留下一條印子，好像左、右分成兩半，不過，只要不射，印子就會消失。

標準的拉弦固定位置有兩種，一是拉在唇中間，叫做MIDIUM ANCHOR，一是拉到嘴角，叫做SIDE ANCHOR。賴文郎說明，通常初學者都是拉到嘴角，熟練之後，逐漸改為唇中，但也有些選手例外，如秦秋月的下巴中間本來就有一個「美人凹」，因此她從一開始射箭時就是拉弦到唇中固定。

射箭比賽予人的感覺，相當優雅、帥氣，不過，要成績好的先決條件是正確地拉弦至嘴角固定，這時，「歪嘴」正確的話，也能博得教練一聲讚美呢！