

《亞運奪金之路系列②—設施篇》

嚴格操兵之後 放輕鬆

施壓與疏壓並重 訓練中心增加文康設備

記者 馬鈺龍／特稿

●亞運奪金，各界給予選手教練壓力；訓練中心則提供選手們疏壓之處，讓選手能完全放鬆，迎接第二天的挑戰。全國體總在南北兩大訓練中心大興土木，改善營舍及文康設備，就是要讓選手能在嚴格的訓練之後，回復輕鬆、愉快的心情。

左營訓練中心從今年六月分至今已經接獲行政院體委會一千七百多萬元的補助，將中心內環境大幅翻修、改建。日前被颱風吹襲損壞的營舍進行修復，樹木、花草重新修剪，選手宿舍的天花板、電線重新配置，以往蚊蟲很多，現在的左訓，蚊子明顯減少。左訓中心主任蕭松彩表示，光是修剪樹木、整理庭園就花了二百多萬

元，他的目標要將左訓變成「訓練公園」。

北訓中心以桃園縣立體育場為主體改建，設施比不上左營完善，但是體總撥款支助，卡拉 OK、電動玩具、電影院、網際網路等休閒設施一項都不少，從八月底開始，北訓實施英文生活會話課程、社交舞課程，普受教練選手歡迎。

左訓中心新設的 KTV 月初驗收，四間獨立包廂加上一座大舞池，可以讓好動的選手充分休閒；好靜的選手也不怕沒有地方休閒，左訓採購了大批期刊、書籍，甚至年輕選手喜歡的暢銷漫畫書，都在進期內會「進駐」左訓圖書館。體總秘書長廖裕輝比喻：訓練中心要到「施壓與疏壓並進」，才能讓運動健兒充分發揮訓練潛能。