

喜見棒壇成長茁壯

社評

國際棒球邀請賽自開賽以來，因各隊實力相當接近，鮮有冷場，競爭非常激烈。球賽過程中常出現戲劇性的變化，精采非凡，中華健兒的表現尤其值得推崇，以目前戰績而論，中華、光華兩隊已脫穎而出，可望爭奪冠軍，球迷們莫不翹首以待。

我國此次舉辦國際棒球邀請賽，在國內棒球史上應屬規模最大、水準最高的一次比賽，面對欣欣向榮的棒球運動，特提出兩項意見供體壇有關人士參考：

（一）我國此次舉辦國際棒球邀請賽，國際業餘棒球聯盟主席史密斯、亞洲棒球聯盟主席金鐘洛、荷蘭、波多黎各、加拿大等國棒球協會會長皆蒞臨參與盛會，各國嘉賓對我國推廣棒球運動，以及本身所具備的實力、國際水準的場地設備等都留有深刻的印象。國際棒球聯盟主席史密斯認為我國已擁有主辦世界錦標賽的能力，可以爭取一九九〇年世界棒球錦標賽的主辦權。

我國目前舉辦的「邀請賽」，而非正式的錦標賽。邀請賽的好處是客隨主便，邀請的對象由主辦國本身意願而定。但是經國際業餘棒球聯盟認可的正式錦標賽，則必須依照規章邀請特定的對象，不能考慮到國情和政治因素，因此，值此各國嘉賓對我極其推崇之際，國內有關單位對此項問題，應作周延而長遠的考慮。並早日確定政策，俾有所遵循，因為日後其他單項協會也會面臨同樣的問題。

（二）中華和光華兩支代表隊，在此次比賽中無論老球員和新國手，都有不俗的表現。去年我國棒球隊赴洛杉磯參加奧運表演賽返國後，若干球員應國外職業棒球隊之邀出國謀發展，一時之間棒壇人士曾耽心我國棒球水準可能產生青黃不接的現象。但是此次國際棒球邀請賽中，我們看到老球員精湛的球技，但也看到許多新秀大顯身手，無論球技、默契及敏銳的反應，較之以往的國家隊，在整體水準上並不遜色。球迷們曾有的憂慮一掃而空，大為振奮。

中華、光華具有現今的水準當非僥倖所致，應是長期勤奮訓練的結果。我國棒球連年大有可為，因為，目前我們參加的邀請賽，它雖屬一九八八年漢城奧運的熱身賽，我們在國際棒球邀請賽中爭得榮譽是過程，最後的目標應在奧林匹克運動會中奪得錦標。



克里的磅〇一四

克里的松拉馬哥加芝完跑

輕一身渾·斤公99掉減年一 命生新開展·松拉馬跑練

【本報巴黎訊】來自法國中南部奧維耶省的巴黎男子波樂，將於本週六嘗試打破一項世界紀錄，與傳統馬拉松不同的一點是——他準備「倒跑」。

「倒跑」馬拉松 準備打破紀錄

這個打賭可不是即興式的，自本年初起，他每週練習倒跑一百公里，最近這一段時間，更增至每週一百六十公里。他還加強一種腦部的體操訓練，以免跑步時昏了頭。

三十幾名长跑俱樂部的好手，將分成十一人組，輪流陪他在全長三點四八公里的跑道上跑完十二圈多，陪跑的目的是防止他迷失了方向。

里克·比沙洛在一年之內達成兩項艱難目標：他不僅減掉二百二十磅（九十九公斤）；而且把身體練成好到可以跑完芝加哥馬拉松。

他說：「那就是我減掉一半體重之前的重量。」

三十六歲，五呎七吋的里克，經過在醫師監督下進行節食並改變行為方式後，現在體重一百九十九磅。

俄亥俄州哥倫布市的里克說：「我一直肥胖，有食物癮，吃東西是我的娛樂。這一生，我從未只吃一個漢堡，三層漢堡上市，在我看來是世界最偉大發明。」

「我長大後，可以吃一整塊義大利脆餅或四罐十六盎司汽水和幾個三明治當電視點心。我經常到速食店吃乳酪漢堡當開胃食物以維持晚餐。」

可是，成年後，他六十吋的腰圍開始折磨他。

他說：「我節食過幾次，減掉幾磅肉，但是從未能夠持久。」

一場噩夢使里克驚覺，想活下去就得減輕體重。

他回憶說：「我夢到自己死了，這場噩夢終於使我了解，食物實際上在謀殺我，我一定要改變生活。」

在醫生督導下的節食，第一星期減了十七磅。他說：「起初像是受苦刑。有三個星期，我夢裡全是五顏六色的食物。」

六個月內，里克每週平均減七到八磅，當他減到二百五十磅時，才恢復固體食物並訂下馬拉松的目標。

他說：「我的運動從散步一條街開始，逐漸展開慢跑。然後參加生平第一個五哩賽，不久就加入十哩賽。」

在照相器材行當業務員的里克說，他回家探望父母親，「他們不認識我。」

里克以四小時五十八分跑完二十六哩的馬拉松。他說：「跑芝加哥馬拉松是夢想成真，有人說跑完就是勝利。他們說的一點不錯，我非常高興，我即使爬行也要越過終點線。」

體重劇減加上運動帶給里克全新的生命。他說：「人生要做抉擇，我選擇了健康和快樂。現在，我寧可外出跳舞也不要吃一頓豐富的晚餐。」（許峻譯自明星雜誌）