

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 全民運動 來源 台灣運動報 日期 91.10.30 版面 十版

拔河—裝備篇

專業裝備 提升安全性

專用鞋底平滑無紋 專用外衣可免擦傷

記者 程自立／報導

專業的拔河比賽，為防止選手受傷，選手們有整齊畫一的比賽用制服，甚至還有防滑外衣，腳上穿的是日本品牌生產的專業拔河專用鞋。全民運動會拔河賽場上，只見選手在出賽前以布套保護鞋底，而比賽前也用清潔劑將拔河賽道清洗後再以乾布擦乾，這都是比賽時的要求動作。

參加比賽的基隆市女選手表示，這些都是目前專業的拔河比賽裝備，主要是因為比賽時拉繩的力量太大，在同隊八人對抗另一隊的力量時，在無法控制力量的拉扯間，身體很容易因此而產生擦傷，因此拔河選手都有一種外衣，除了防止拉扯時的受傷外，也可以藉衣服的材质幫忙拉住繩子。

至於腳上穿的鞋子，則清一色都是來自日本品牌製作的專業拔河鞋，這款鞋有些像攀岩鞋，鞋底平滑沒有任何紋路，鞋舌部則有魔鬼氈固定鞋帶。根據選手們說，在拔河界，這是大家公認的專用鞋，為了比賽，這雙普遍定價千餘元的拔河鞋，就在拔河賽場上四處可見。

拔河—準備篇

瞬間出力 準備動作多

熱身活動之外 手腳防滑尤其重要

記者 程自立／報導

拔河賽在雙方向拉力方向斜躺的準備動作完成，裁判鳴哨聲一響，雙方通常一個「殺」聲，瞬間開始用力。根據拔河協會曾經做過的測試，一名拔河選手的瞬間爆發力可以達到體重的兩倍，加上還要對抗來自對方的拉力，賽前選手通常都有一些準備動作，以保在比賽時贏得勝利。

根據一篇研究報告指出，以斜躺方式進行的拔河賽，有來自自己和隊友的拉力，還要對抗對方的力量，這正與物理學上「施力點」和「抗力點」的原理類似，而「支點」正是自己的雙腳。而在比賽時藉由腳部固定用力的身體，加上由腰部和大部分來自手臂部的力量，這幾個用力點在賽前顯然需要特別的活動。

因此賽前除了最主要的熱身活動外，最常看到的，就是選手以兩人一組，互做後背彎的動作。此外，為防止最主要接觸拔河繩的手部因強大拉力而受傷，賽前選手通常會沾上一些石灰粉，除了防受傷，也有防滑作用；另外，在保護鞋底的布套拿掉之後，鞋底部也會以沾有清潔劑的毛巾擦拭乾淨。有時比賽隊伍更會要求大會重新清潔拔河賽道，為的就是能在一切準備動作達到標準後，在哨聲響起時瞬間用力贏得勝利。

