

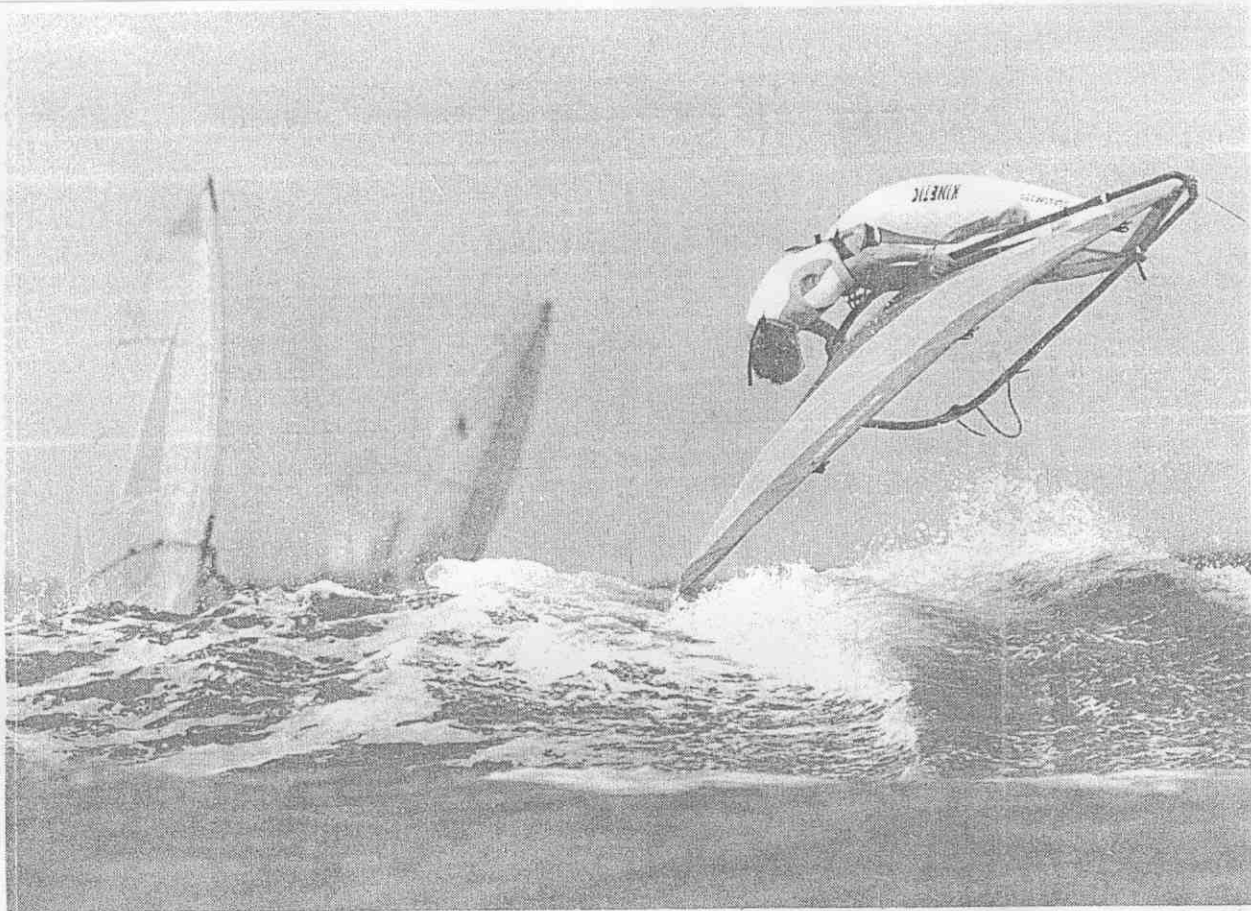
高手面授機宜

呂源榮

一點靈

風浪板前滾翻

一學成功



↑呂源榮是首位完成前空翻動作的風浪板同好。

白正宗 / 攝影



↑呂源榮躍空技術了得。周水隆 / 攝影

記者 鄭有利 / 報導

●在法國風浪板設計師馬可波羅指導之後，我國風浪板好手呂源榮在10月28日正式完成前滾翻的動作。

風浪板同好許山木表示，這是我國風浪板發展史上的重要里程碑，過去2年來有許多嘗試，但都有點土法煉鋼的味道，不但沒有成功而且造成許多意外。2年前呂源榮也嘗試過，但是沒有完全成功，因為在落水之後，並不是以船板落水而是人先落水。

另外還有一名風浪板選手2個月前在練習前滾翻時，因為沒人指導，動作不夠標準，造成相當程度的傷害。

法國風浪板設計師馬可波羅是10月25日來台，並且在白沙灣為我國同好指導風浪板前滾翻的動作，但是當天卻因為風力太小，以致馬可波羅的示範無法完成，只能夠在岸上利用口頭上的說明。

由於呂源榮原來的基礎已經很好，只是在運用上有點困難，經馬可波羅說

明之後，呂源榮於10月28日再度到白沙灣嘗試前滾翻的動作，居然一舉成功。10月28日當天的風況仍然不甚理想，大約只有4級風，呂源榮用他當天最大的6.0平方公尺的帆來駛航，由於各種動作要領均已學會，因此，做起來很輕鬆。

呂源榮表示，這種難度高的動作，往往只是一點關鍵就會影響整個動作的成敗，像馬可波羅來台只是指點一下一、二個關鍵處，他就順利完成。

《玩家經驗談》

從模仿中學習自我突破

記者 鄭有利 / 專訪

●玩了6年多的風浪板同好呂源榮，認為國內風浪板同好應努力學習新技巧，讓風浪板活動能突破現有格局。

呂源榮表示，風浪板是一種會令人著迷的活動，樂趣就在於每次去玩就會有新的體驗，每次在技術突破之後，更會有成就感及向上學習的衝勁。

對於初學者，風浪板要從穩定、駕帆開始，當船會動時，是一種突破，然後人船一體共同駕駛風浪板，體會馳風而行的樂趣，再到海上學習浪區駛帆的經驗，又是另一種突破。對於經驗豐富的

人而言，則應從技術上的提升來追求，才會持續下去。

現在很多風浪板同好都是利用錄影帶來學習新的技巧。呂源榮認為從模仿中學習是很快的方式，因為模仿也是一種競爭。他覺得我國風浪板同好缺乏競爭，因此技術的提升較緩慢。同好們一到海邊都在等待，風太小了，就不下海，浪太亂也不願玩，他表示，風浪板受天候影響很大，可是適應不同的風浪是學習進一步技巧的不二法門，因此，無論風浪如何，同好應把握下水機會，技術才會增進。