

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 甲徑 來源 民生報 日期 790312 版面 二版

李福恩赴美訓練 已進入狀況

記者 劉善群／報導

●一心為爭取北京亞運金牌而赴美移地訓練的十項好手李福恩，經過2週在印地安納州大的適應期，目前訓練已進入狀況，不過因日前美籍醫生診斷發現他手臂肌肉受傷，也要求他接受治療。

據李福恩在打來的越洋電

手臂肌肉有拉傷 及時發現要治療

話表示，去年新德里亞洲田徑賽十項撐竿跳高不慎摔傷，回國後僅有胸口及臀部有疼痛及痠痛，不知手臂肌肉也有拉傷，這是由印地安納州大醫生檢查後才發現。

李福恩說，幸好發現的早，

否則比賽前才發現不對勁，對心理會造成影響。

對於目前的訓練環境，李福恩感到相當滿意，尤其是看到印州大選手自動自發的練習精神，使他在練習時也絲毫不敢鬆懈。

負責訓練李福恩的山貝爾教練，現在所開給他的課表都是短期，長度從1週到10天都有。李福恩表示，山貝爾教練要到4月份才會安排他參加幾場訓練比賽。

李福恩現在每天的作息很

規律，每天上午要越野訓練，下午3點開始練習，每週要做3次重量訓練，晚上時間則全部用在學英文。

關於日常起居，由於有教練吳錦雲照料，過的還算不錯，平常有空時則打電話找住伊利諾州的前標槍國手陳鴻雁聊天解鄉愁。

