

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 休閒運動 來源 民生報 日期 780301 版面 三版

草地保齡球
老少皆宜

球不足一磅重，呈扁圓形，比賽動作溫和，不需助跑，在英、澳、極受中老年人歡迎。

●草地保齡球(Grass Bowling)是流行於英國、澳洲、紐西蘭的運動，動作溫和，適合老人家玩樂。

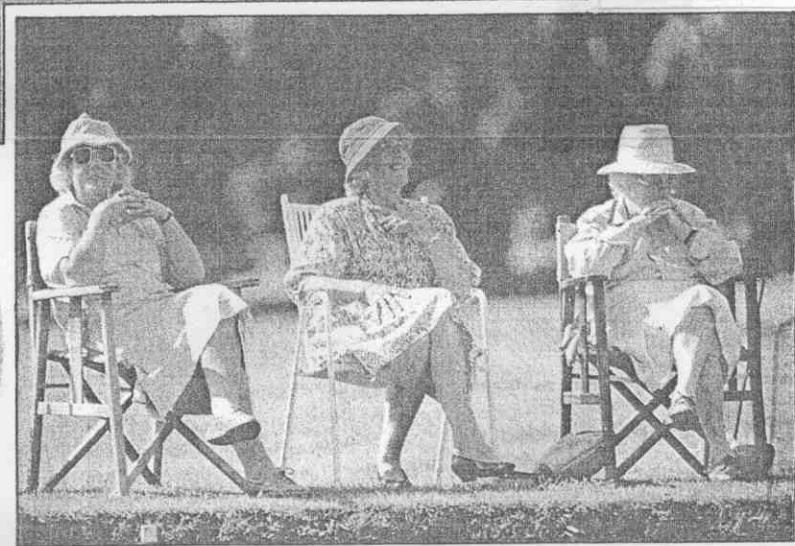
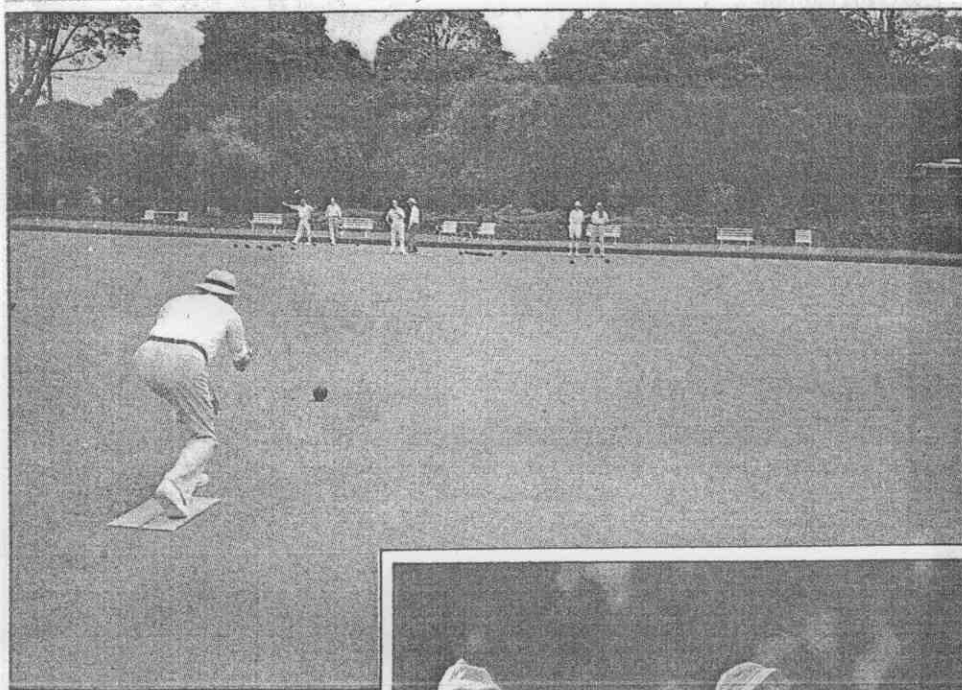
國人所熟悉的保齡球都是在室內進行，球的重量都在十磅以上，用到腰力、臂力，不常打保齡球的人，打幾局下來，都會腰痠背痛呢！而草地保齡球就緩和多了，球不到一磅重，呈扁圓形，比賽時，不需助跑，輕鬆把球送至對方即可。

比賽時一組四人，分兩隊對抗，每局每個人四球，球上有記號，最接近白色母球的人得一分，先擲球的人若已貼近白球不要得意，因為後擲者可運用戰術把原先的局面攪亂。打幾局自行決定。

由於球呈扁圓形，所以會有左曲球、右曲球、直球的各種變化，不易控制。記者在澳洲墨爾本皇家高球場內初次見到草地保齡球，以為年輕的一定可以贏老的，於是加入了戰局，沒想到一分也沒得。

據說，草地保齡球已風行三百多年，場地只需有五十公尺見方的草地即可，因此，許多高球場內都有草地保齡球設施，造福了許多中老年人。

本報記者 王麗珠



►草地保齡球
既可健身，又可
與老友話家常，老人家
們樂此不疲。
(本報獨家採用「全運」攝影)
▲把球送到對方的白球附近，
需要高度的技巧。
(本報記者王麗珠攝)