

●1986年世界杯女壘錦標賽倪兆良教練（右一）帶領中華隊繞場。



帶領女壘過關斬將的 總教頭～倪兆良

■ 倪兆良小檔案

撰文：陳祥麟

生日：1951年6月4日

出生地：臺南市

學歷：輔仁大學體育系第二屆

經歷：1976年中華男子壘球隊國手

1977年中華成棒代表隊總教練

1986年第六屆世界杯女壘賽教練

1992年第三屆世界八強女子壘球挑戰杯教練

2000年第十屆世界男子壘球錦標賽總教練

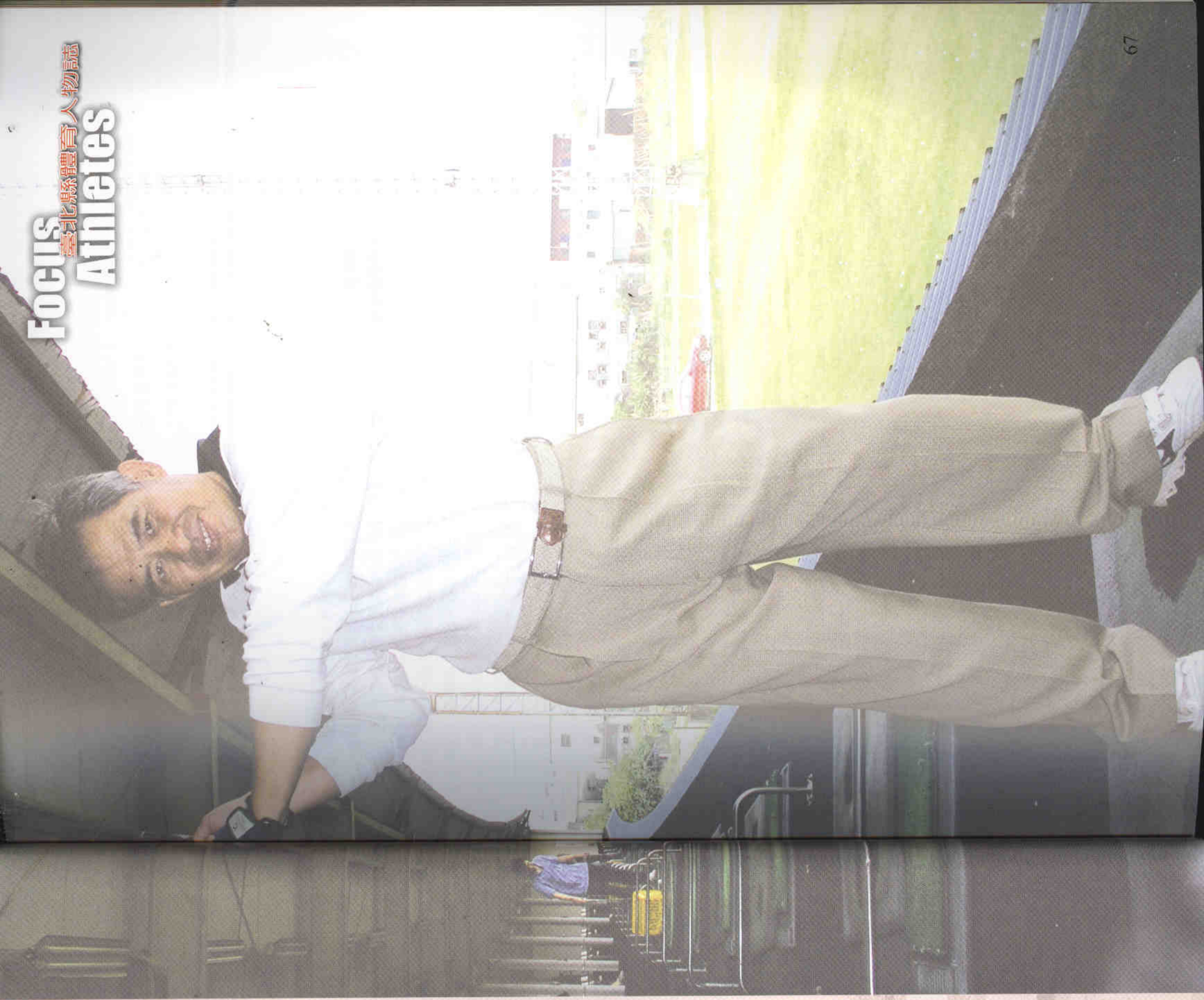
2004年雅典奧運中華女壘隊總教練

現職：輔仁大學體育室副教授

輔仁大學女子壘球隊教練

臺北縣體育會壘球委員會總幹事

專長：棒球、壘球、高爾夫球



指導成就：1995年獲教育部頒發二等二級國光體育獎章
2000年獲行政院體育委員會頒二等三級國光體育獎章
2002年體育節菁英獎入圍全國傑出教練

2002年第十屆世界女壘賽總教練獲第三名
取得2004年雅典奧運參賽權
2002年獲得釜山亞洲運動會女子壘球賽
總教練獲第二名

一、前言

球，幾乎可以說是倪兆良的生命。從年輕時的棒球、青壯時候的壘球、到現在迷戀高爾夫球，在人生的每個階段，倪兆良總是用熱情去擊出掌握在手的那顆白球；他打球也教球，他希望能帶領更多年輕人擊出人生最漂亮的一球。

二、求學過程及擔任教練經歷

十年棒球教練生涯成績輝煌

和一般運動員一樣，倪兆良從小就好動，也愛打球，一路參加學校球隊，初中時打橄欖球，高中時開始打棒球，還參加臺南南英棒球隊，上了輔仁大學體育系，則是先和棒球結下長達十年的緣分。他說：「喜愛棒球是受了爸爸的影響，爸爸愛看棒球賽，總會帶著他到球場加油，小時候看中美棒球賽時就幻想有一天自己也能站在球場上為國爭光。」

倪兆良因為棒球保送輔大體育系，他是輔大的棒球隊代表隊，畢業後留在輔大當了四年助教，那時候黃平洋、郭源治都是輔大體育系學生，也都是倪兆良陪著他們一起打球。倪兆良在26歲時，就當選中華成棒代表隊總教練，直到37歲退出棒球界，整整十年時間，倪兆良帶領輔大所屬的葡萄酒王棒球隊成績非凡。

輔大在臺復校時就有棒球隊，1975年教育部公布體育成績優秀選手保送制度，也是我國第一批少棒、青少棒選手成長至大學階段的時候，輔大在那一年首先增添了郭源治、劉秋農、伍茂東、黃宏茂等青年國手，第二年又加進林華章、黃志雄、黃永祥、蘇豐原等國手，讓輔大棒球隊的實力更增進不少。當時，大學球員是成棒的主要兵源，可說是臺灣振興成棒的主力，球隊成績自然引人關注。在這段時間，帶領輔大棒球隊的正是倪兆良。

倪兆良回憶：「當時輔大棒球隊是和葡萄酒王公司

建教合作，球員有不少是華興中學青棒名將，素質相當優秀，實力也堅強，像是投手郭源治就以拿手的外角側肩投法讓他在墨西哥世界杯賽創下三振對方十九次的紀錄；另一名投手劉秋農則以變化多端的上、下肩投法，飄忽不定的上浮曲球取勝；還有像是投手莊勝雄、打擊手林華章等人的根基也都都很雄厚，打球本錢很夠。」

和壘球結下不解之緣

帶了十年棒球隊後，曾經是中華男子壘球隊國手的倪兆良，轉而投入當時還相當冷門的壘球。他說：「我一向堅持一腳不踏兩條船，做什麼就什麼，既然選擇離開棒球界，就不再插手棒球，我要用心發展壘球，希望能有和棒球一樣的好成績。」

倪兆良在壘球教練生涯裡，幾乎都是帶領女子壘球隊。他說，帶人要帶心，可是帶心最難，加上經常帶的是女生，所謂女人心海底針，更是難上加難，不過只要懂得方法，該嚴厲的時候嚴厲，要放鬆的時候放鬆，女球員可以激發的潛力其實和男球員不相上下。

倪兆良說，壘球在臺灣所受到的重視和棒球根本比不上，不但國家給的資源少，球員也少，許多在壘球界奉獻的人，若不是基於對壘球的熱愛以及希望為國爭光的一股熱忱在支撐，臺灣的壘球怎麼會打進奧運？

三、指導成就

最難忘的戰役讓倪兆良熱淚盈眶

倪兆良從1987年取得壘球國家級運動教練證後，就經常帶領國家男女壘球隊出國比賽，大小戰役不知凡幾，可說是千經百戰。問他最深刻的一場戰役，他都想都沒想，就說是2002年在加拿大沙斯卡通市

的世界女壘錦標賽爭奪奧運資格賽這一役了。

倪兆良說，中華女壘隊在一月成軍，要在短短的七個月裡參加世界杯和各國強隊爭奪奧運代表權，可說是「挑戰不可能的任務」，雖然是不可能的任務，他還是告訴球員們一定要盡力達成。

他回憶，那年八月的世界女壘賽，中華隊首役就碰上地主隊加拿大，以往中華隊和加拿大交鋒，中華隊總是輸多勝少，這一役，加拿大視痛宰中華隊為理所當然，不料，因為天雨使得賽程延後，中華隊遇到對手荷蘭安地列斯，以3：0力克安地列斯取得第一場勝利，全隊士氣大增，一路過關斬將，擊敗義大利和加拿大，氣勢越來越盛。

倪兆良說，接下來中華隊更是擊敗守備堅固的「中國長城」，以幾乎可說是奇蹟的戰力打倒中國隊，讓中國隊士氣跌到谷底，中國隊教練還對隊員讓著「中國的青里長城都被妳們輸垮了。」

擊敗對岸，讓中華隊走出每逢中國隊就容易輸的魔咒，對全體隊員來說，自然欣喜若狂；然而最興奮的還不是這場戰役，接下來對澳洲隊的那一戰才更讓人感動。

這場比賽，勝利者不僅可以爭三、四名，贏球的還可獲得2004年的奧運參賽權，輸球的則要揮揮手回家去。倪兆良說，能贏澳洲真的就是奇蹟，應該是有天使相助吧！

中華隊奇蹟式地贏了澳洲隊，球員緊緊擁抱，倪兆良說：「當時眼淚直流，擦都擦不完」現場加油的華僑也丟下面國旗。中華隊的隊長楊慧君忘情地拿起國旗繞場揮舞，差點引發政治事件。

倪兆良說，打贏澳洲隊後，他正在接受NHK及CNN電視臺的訪問，訪問才

開始，就聽到身後歡聲雷動，一轉身就看到楊慧君拿著國旗向僑胞揮舞，想要阻止已經來不及，不過，看到自己國家的國旗在國際舞臺飄揚，實在相當感動。

四、教練工作對自我及選手的影響

挑戰不可能的任務

中華隊會打進雅典奧運，倪兆良可說功不可沒。中華隊員年齡層從19歲至35歲，資歷不一，他善用中華隊裡幾位資深女將包括楊慧君、顏秀姿及王雅芬等人的經驗，以母雞帶小雞的方式，尊重資深國手，讓隊員的經驗傳承。另外，他也帶著球隊一起打坐、坐禪，讓球員心靈沈澱；讓球員既有氧舞蹈、交際舞以及唱卡拉OK，則是訓練球員的膽量、協調力及心肺功能。

倪兆良身為總教練，自己也以身作則，練球絕不遲到，練球時間也有計畫不拖泥帶水，這樣的訓練方式，讓中華隊一路過關斬將。倪兆良說：「我在世界杯的中澳之役後接受NHK及CNN電視臺訪問，提到臺灣



● 2002年世界杯女壘錦標賽中華隊順利取得奧運參賽權，倪兆良教練代表中華隊接受世界壘球總會長波特頒獎。

打硬式壘球的不到一百人，外國記者都不相信，認為臺灣的壘球一定是蓬勃發展，怎麼可能沒人打還能打出那麼好的成績？」

為了替國家爭光，中華女壘隊在美加移地訓練，受限於經費不足，全體隊員自力更生，自己烹煮三餐，這樣的訓練雖然辛苦，卻激發了隊員堅強的團隊精神，大家都有背水一戰的共識。

經過全力訓練，中華女壘也成功進軍2004年雅典奧運，拿到第六名。回國後，倪兆良卻決定「永久退出」國家代表隊。他的決定和國家體育政策有相當大的因素。

五、自我期許及建議

呼籲政府重視壘球發展

從準備參加奧運到奧運會後，面對行政院體委會的種種作法，都讓倪兆良相當難過，也告訴自己奧運是最後一役。他說：「臺灣能打進奧運會有幾項團隊運動？每支代表隊到了奧運競技場，都是基於對國家

的愛與使命感，大家出錢出力，隊員也拚了命在為國爭光；可是政府好像都看不到，只看到少數熱門運動項目，對壘球選手很不公平。」

他說，很多運動項目受到體型限制，像是游泳、田徑等，要推廣不容易，壘球是少數不受體型限制的運動，應該得到政府更多關愛的眼神才對。

倪兆良也建議，體委會應該明確訂出各項運動的發展目標，同時鼓勵企業認養壘球隊，讓壘球風氣更普遍，而不只是少數人的運動。他說，要養一支球隊，一年需要好幾百萬元的經費，光靠個人有熱情根本不夠，需要政府號召企業一起投入，才能更蓬勃發展。

自費前往雅典奧運替中華女壘加油的中華民國壘球協會理事長黃林玲玲，四年理事長任期屆滿後，也因為有深淵的無力感打算交棒。她相當贊同倪兆良的看法。她說，中央應該好好關愛每項運動，而且要注重紮根，訂出獎勵及升學輔導制度，讓學生從小學習沒有後顧之憂，不要讓運動還有熱門冷門之分，讓選手受到不公平的差別待遇。

淡出壘球國家代表隊，積極向下紮根

倪兆良說，「體育是國力的展現，體育不好，國家哪有希望？」雖然決定不再過問國家代表隊，倪兆良對壘球還是有濃厚的感情和使命感，他將和黃林玲玲一起致力推動中小學壘球運動，讓壘球的種子，在臺北縣發芽開花。

他說：「在壘球界這些年來，我幾乎什麼戰役都經歷過了，亞洲杯、世界杯、男壘、女壘、奧運都

帶過了，可說是什麼都有了，長江後浪推前浪，我雖然不再當國家隊總教練，但是只要壘球界需要我，我還是會盡力幫忙，未來也會把重心放在中小學壘球選手及教練培育上，替臺北縣盡番心力。」

高爾夫球是現在最愛

雖然對壘球的關心依舊，倪兆良笑說自己現在正在培養「第三專長」，也就是打高爾夫球。他說，高爾夫球是他的最愛，他已經打了十五年了，以前為了帶壘球隊，總是犧牲自己的最愛，現在他要多點時間給最愛的小白球，還希望有一天能打入長青職業隊。

倪兆良自己打高爾夫球，每個星期都要和球友打球，每個月還會和輔大體育系同屆畢業的老同學一起「以球聚會」，回憶陳年往事；他也在輔大擔任高爾夫球教練，還拿到了大專高爾夫球教練證，開設的課程相當熱門，一開課就爆滿，經常有學生動作太慢選不

到課。他說：「高爾夫球是我人生最後一項用生命熱愛的運動，希望未來也能在高爾夫球領域裡開創出另一片天地。」

六、結語

從27歲開始打球到現在53歲，倪兆良在球場上都穿著「66號」球衣，連鞋子都穿66號，他說：「這是六六大順，希望球場上一切順利。」

倪兆良在輔仁大學當了二十八年的教練，從棒球、壘球到高爾夫球，他感性地說：「好的教練要有好的球員，沒有輔大球隊，哪有倪兆良？有好的球隊，才能發揮最佳戰力，打打出好成績。」

●2004年雅典奧運倪兆良教練（右一）擔任中華女壘隊總教練。



●倪兆良教練和新莊市長黃林玲玲致力推動女壘向下紮根。