

國立臺灣體育大學圖書館剪輯資料

分類 世運會

來源 自由時報

日期

98. 7. 03

版面 S 三版

世運小常識

韻律、有氧體操 兼顧力與美

今年世界運動會的體操項目，有別於奧運場上的競技體操，唯一的共同點是：一樣美麗。

韻律體操又稱「藝術體操」或「新體操」，起源於歐洲。19世紀末出現有音樂伴奏的各種身體動作練習。

20世紀初，瑞士日內瓦音樂學院教師雅克-達爾克羅茲（Emile Jaques-Dalcroze）創編的韻律體操，將身體練習與音樂結合，並從最初的徒手發展為使用輕器械的形式。

韻律體操不論是個人還是團體項目，都必須以成套動作的形式出現，運動員根據個人風格、規則要求，將所掌握各種動作組合，編排成一套完整套路，現時正式比賽有5種器械，分別

為繩、圈、球、棍棒及彩帶。

特技體操是世界上最古老的運動之一，自西元1999年後納入國際體操總會項目之一，特技體操需要勇氣、力量和耐力，選手配合音樂運用舞蹈和肢體動作，在地面或是空中展現多樣化的姿勢與控制身體的技巧。

至於有氧體操，則是有氧動作規則化，成為專業競賽項目，比賽中可見識到選手的心肺能力表現，在極具活力的動作裡，也像特技體操一樣，強調身體的柔軟度和肌力的表現。

有氧體操選手須在比賽時間限制1分40秒至50秒內，配合音樂連續做出一連串節奏性及動態動作。

（記者龍柏安）

世運點將錄

挑戰健美賽 3健士先瘦身

肌肉線條、身材比例，在在都是健美評分的依據，台灣健美代表隊總教練張來秀坦言：「這個比賽項目沒有數據可以作依據，現階段選手除要完成減重的任務外，還有加強POSE的設計。」

今年世界運動會台灣為主辦國，取得3張參賽外卡門票，地主參與角逐的選手包括75公斤級以下黃建智、80公斤級以下許崇煌及85公斤級以上許家豪。

張來秀強調，台灣3位選拔出線的國手，過去都是中、中重量級的選手，體重都在90公斤以上，3人從去年就開始積極瘦身，其中黃建智要從90公斤降至75公斤以下，非常辛苦。

「不過，大家距離標準值都只剩2至3公斤，在減重的同時還要保持肌肉不流失，是最大難題。」張來秀說。

健美評分標準，是所有選手必須在7個指定動作，經由肌肉分離度、線條、色澤等比對給分，另有60秒的自選動作，依據節奏與肢體呈現做出評選，定出排名高低。張來秀指出，每一個選手先天的肌肉線條都有極限，表演時只能透過POSE來揚長避短，因此集訓最後階段除了體能控制與調整外，最重要的就是動作設計。

張來秀表示，去年世界盃埃及在9個量級豪取5冠，也是最大勁敵，不過目前選手企圖心非常強烈，他們希望能為國家爭得好成績。（記者龍柏安）

世運維安選手重視
隊要求單獨住宿

〔記者許明禮／台北報導〕為避免1972年慕尼黑奧運屠殺事件重演，即將來台參加高雄世運會的以色列代表團向我方提出要求，希望11名隊職員單獨住宿，以確保人身安全。

高雄世運組織委員會基金會（KOC），原本希望安排以色列代表團入駐左營國家訓練中心，但體委會表示，目前左訓中心已有5、6百名教練、選手進駐，沒有多餘床位，將代為尋覓隱密地點。

隨著世運會開幕腳步逼近，各國選手維安問題也引起重視，體委會昨天召開跨部會專案小組會議，針對以色列代表團住宿及境內維安問題進行討論。

1972年9月，一個名叫黑色九月的巴解游擊隊，潛入慕尼黑奧運選手村，殺害2名以色列選手之後又擄走9個人，最後德國拯救行動失敗，9名以色列人質慘死槍下，寫下奧運史上最血腥的一頁。

為避免憾事重演，以色列方面要求帶槍隨扈隨代表團入境，但遭我方拒絕。另外，根據世運會慣例，同一運動項目選手必須住同一選手村，但基於安全考量，以色列要求單獨住宿。

體委會副主委陳顯宗強調，世運會期間警政署將在高雄設指揮中心，全力做好選手安全維護工作，至於以色列代表團部份，將會代覓較隱密地點集中住宿。

