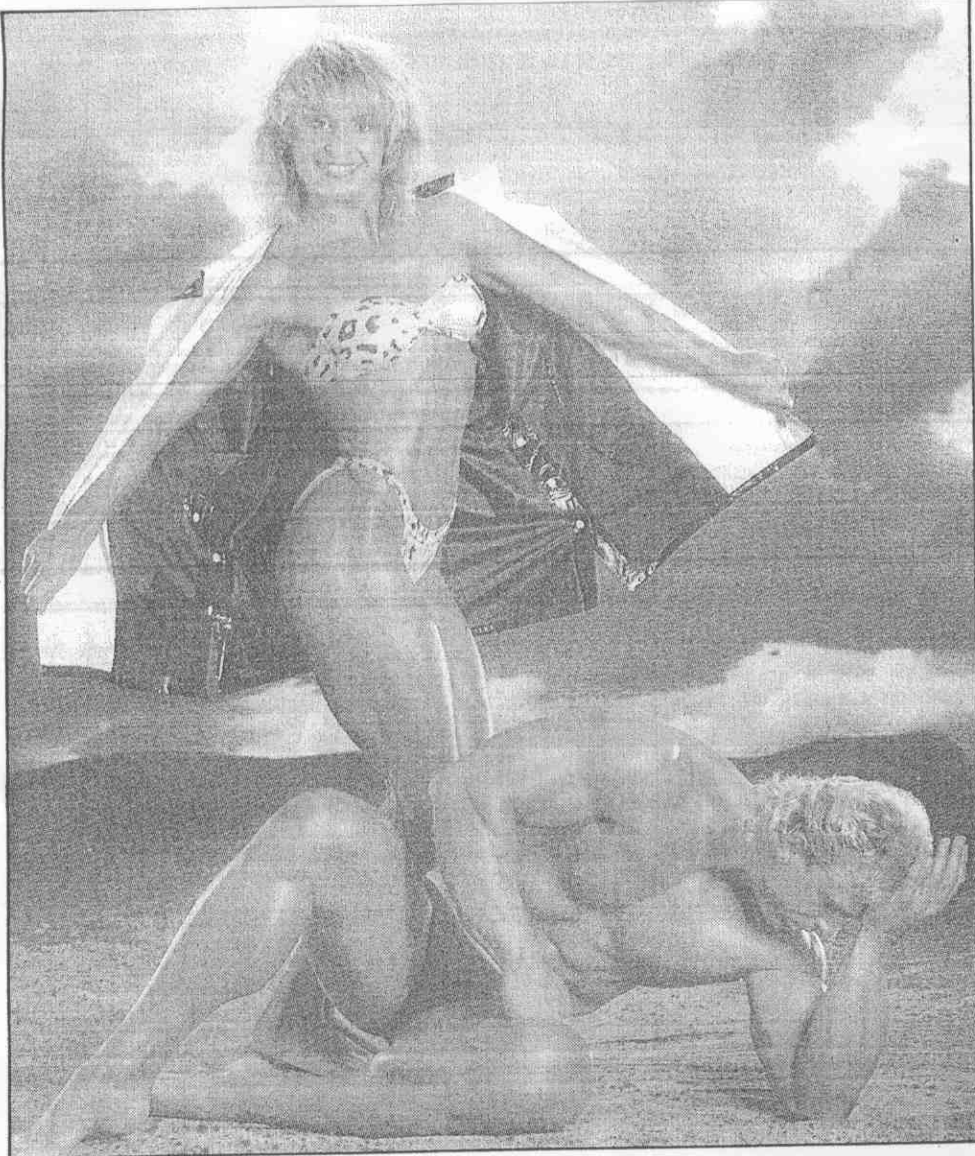


## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 健美 來源 民生報 日期 770321 版面 五版



左圖：世界第一健美女人柯莉艾佛森的冠軍夫妻檔（史文生提供照片）。右圖：首任「奧林匹亞先生」史高特與威德夫人。

你**健**我**美**最佳拍檔

本報記者 何長發

歐美開健美風氣之先河，水準為亞洲女將所不及，最高榮譽的「奧林匹亞」健美先生與小姐，均為歐美人的頭銜，其中有些是出色的夫妻拍檔。

●被喻為當今世界第一健美女人柯莉·艾佛森，本身不但是近四屆一九八四至八七年的「奧林匹亞小姐」，她的丈夫傑夫艾佛森，也是全美的健美強人之一。



夫妻倆搭檔合作，曾經在一九八三年贏得了全美的男女配對賽健美冠軍。

傑夫艾佛森本身還是世界健美最暢銷的一本雜誌「肌肉與健身」的主編，她的傑出老婆柯莉的健美照片，是該雜誌促銷有成的靈魂人物。

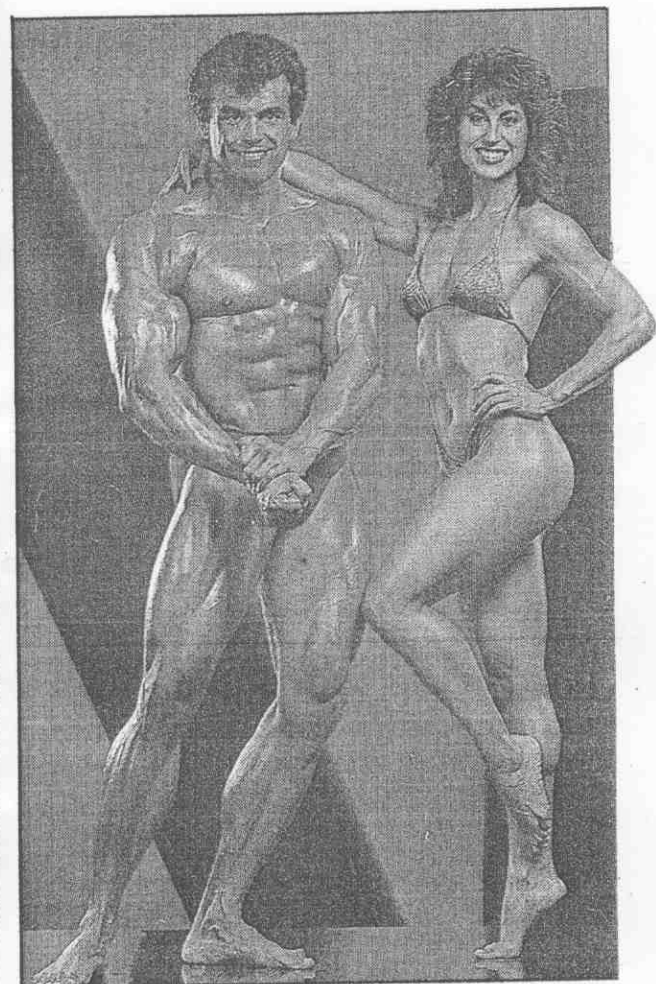
●第一位贏得「奧林匹亞小姐」的另一位美國人拉查·瑪克琳，她的丈夫賈納特奇也是「奧地利健美先生」，曾經在一九八二年世界健美賽得到第四名，八三年也得到第五名成績。

瑪克琳的成就在先生之上，除一九八〇年外，還在八二年第二

度榮獲「奧林匹亞小姐」，自從柯莉竄起之後，瑪克琳實力已不敵柯莉，逐漸自健美台退出，轉於著作健美書籍。

●至於體態性感、皮膚白皙的美女貝娣·威德，您相信她已年過五十歲了嗎！她雖不是奧林匹亞小姐，但她身邊的男子史高特，卻是第一任的「奧林匹亞先生」，如今也已年過半百。

貝娣·威德本身是早期的女子健美先鋒，那時候女子健美觀，還不似今天這般重視肌肉發達，她是國際健美總會的主要贊助者裘威德的太太。



▲首任「奧林匹亞小姐」瑪克琳與健美丈夫。

選手 濫用藥物  
健美 美中不足

●亞洲女子健美賽昨天在台北登場。依規定，選手必須在賽前接受藥物檢查，但國內在這方面的檢驗設備與技術不夠，於是檢



選手不可亂注射藥物。

查不了了之。

近幾年來，運動比賽的選手藥物檢查，在國際間甚受重視。一九八六年的世界業餘男子健美賽，由於有十三名選手濫用藥物，被取消比賽資格，導致只剩下七人與賽，前六名輕鬆進入了決賽。

一九八六年全美重量級選手中，從第一名到第十五名都有使用禁藥，使美國該年無法派出重量級選手。

一九八七年美國的情況更嚴重，僅能派出兩名合格的選手，參加世界業餘比賽，結果只在輕量級

得到第三名，令美國健美界大失顏面！

去年世界業餘女子健美賽在美國內華達州雷諾市舉行時，國際健美總會也執行賽前藥物檢查，有五名女選手均因服用禁藥，在檢驗儀器上露出狐狸尾巴，其中包括前年來台北比賽，肌肉最發達的澳洲女將伊琳韋絲。

健美選手服用藥物的目的為：(一)快速增加肌肉成長的尺寸與速度。(二)加強肌肉的線條明顯。(三)縮短肌肉恢復疲勞的時間，減少肌肉痠痛。(四)增強肌力、體力與耐力。(五)比賽前排除體內肌肉中多餘的水份，使肌肉更明顯。

禁藥的種類有四大項：類固醇、人工睪丸酮素、生長性荷爾蒙及利尿劑。

經國際奧會註冊核准，世界合格的著名藥物檢查所，以美國、

加拿大為首，在亞洲僅知日本東京大學附設醫院也有，檢查人員的經驗、資格很受重視，在美國檢查一次要二五〇美元左右，廿四小時內便可測出結果。

使用禁藥的後果，有的會皮膚長膿瘡、粉刺、下顎骨過大，易禿頭、高血壓、脾氣暴躁、男性乳頭增大且尖、女性變男性化、陰核變大，且生理停經。嚴重的話會因而喪生，七二年的「美國先生」黑人好手戴維杜里，便因藥物起作用於前年死去。

在健美刊物上常可以看到這麼一句警惕的標語：「用禁藥是危險且犯法的行為！」國際健美人士均鼓勵選手以服用胺基酸(L-form Free Amino-Acids)這類食品，來代替那些危險且不合法的藥物。

(本報記者 何長發)