

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 來源 大成報 日期 890109 版面：十二版

記者賴孟科／彰化報導

槌球運動發源自日本，是日本老年人的主要運動項目，二十年前才由現任彰化縣槌球協會主委謝式毅的父親謝成哲自日本引進，從彰化社區的老人會進行推廣，由於槌球運動不激烈但能發揮最

未來可望成為全民的運動。

彰化縣槌球協會主委謝式毅指出，由於老人無法從事激烈的運動，一般人僅能做打太極拳、慢跑等枯燥的運動，其父親因而引進槌球運動，使社區的老人能從槌球運動中相互交流、溝通，增加

國內社會將更祥和。

槌球打法近似曲棍球或高爾夫球的打法，是一種相當溫和的運動，非常適合老人、殘障朋友及各年齡層參與，雖然槌球運動看似相當溫和，但是運動量卻很大，能發揮最高的運動效果。

溫和活動中發揮最佳運動效果

槌球適合全民一起來



佳運動效果，不危險不會造成運動傷害，且成本低只要一塊綠地即可，因此二十年來槌球運動在彰化發展甚速，全縣成軍隊伍達一千餘隊，除了老人參與外，協會也向低年齡層、殘障朋友推廣，

生活樂趣，同時得以提升體能增進身體健康，而槌球運動引進二十年，可以從社區老人相處更為和樂、健康情形更佳得到印證，因此如果將槌球運動向下扎根，讓各年齡層、各階層全民參與，則

彰化縣目前一千多個隊伍中，已有殘障、年輕隊伍加入，每個月都有舉辦比賽，協會更希望能快速推廣給青少年朋友參與，讓青少年從事槌球運動而減少在外遊蕩的機會。