

9秒77 百米新紀錄

包威爾 22歲牙買加好手 雅典奧運第五 成了世上跑最快的人

【記者黃顯祐／綜合外電報導】22歲的牙買加年輕好手包威爾，昨天在雅典田徑大獎賽引爆人類速度極限的話題，他以9秒77打破男子100米世界紀錄，成為世界上跑得最快的人。

男子100米世界紀錄演進速度已變緩慢，包威爾打破的是美國蒙哥馬利3年前在巴黎締造的9秒78，而昨天創下世界新歡的場地是6年前美國葛林跑出世

界紀錄9秒79的雅典奧林匹克體育場，所以這個場地被稱為「世界最快的跑道」。

包威爾打破世界紀錄對國際田徑總會而言是「及時雨」，因為蒙哥馬利與女友知名短跑女將瓊絲捲入禁藥醜聞，如果蒙哥馬利沒有通過聽證會，他的世界紀錄可能被取消。

去年雅典奧運只獲得第五名的包威爾

爾，昨天在觀眾稀少的洞穴型體育場打破世界紀錄，他賽後興奮地說：「很高興在希臘跑第二次就能達成這個成就，我很驚訝在葛林之後，我也在這裡跑出世界紀錄。」

他對締造世界紀錄充滿信心：「假如你問我今年還可以跑多快，你可能要等到田徑季結束，才會知道答案。我很高興可以打破世界紀錄，父親的信心也激勵了我。」

包威爾是在哥哥杜諾葛影響下，開始練習短跑，杜諾葛也是短跑選手，曾在

1999年世界賽晉級準決賽，之後兩人一起在美國德州練習，但包威爾當時並沒有展現短跑天賦，他哥哥還跟他說：「去做一些別的事吧！」

可是牙買加的教練法蘭西斯斯啓發包威爾的夢，他拿千里達好手波頓的比賽錄影帶給包威爾看，波頓曾在1997年世界賽200米摘金，並獲得4面奧運獎牌，而與波頓一起訓練的葛林更讓包威爾下决心追逐速度。

包威爾說：「葛林在雪梨奧運的演出，讓我下决心要效法他，我想成為葛林，他對我有深遠的影響，激發我努力訓練朝最棒的短跑選手邁進。」

包威爾偶像

葛林秘訣 鞋釘擺穴道

上半身健美 下半身纖細 短跑選手趨勢

【記者黃顯祐／台北報導】人類速度極限在那裡？沒有人有答案。全國田徑選訓委員、成洲高田徑教練潘瑞根說，科學化訓練、器材與設備是人類挑戰速度極限的利器，他曾研究的短跑名將葛林，就曾把短跑釘鞋上的鞋釘位置，對準選手腳底的穴道，以增加速度。

潘瑞根在國立體院攻讀教練研究所時，曾對短跑選手進行分析，他說，以訓練來看，想要推進成績，科學儀器可以幫忙檢測選手肌群的開發情形，加強訓練尚未開發的肌群，成績可以進步。

研究過美國名將葛林的潘瑞根說，葛林是上半身極為粗壯的短跑選手，他的上半身肌肉類似健美先生，但下半身卻纖細，「這也是目前世界優秀短跑選手的趨勢。」

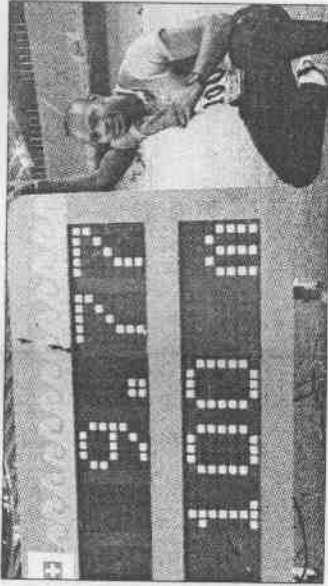
潘瑞根說，體委會主委陳全壽在研究所上運動訓練法時提出一個理論，他說

下半身輕的選手跑得（比下半身重的）快，「這個理論基礎是，帶著重3公斤雙腿跑，一定跑得比5公斤的快。」這就是目前短跑選手訓練方向，上半身加重，帶動纖細的下半身。

器材與設備也越來越好，潘瑞根說，葛林締造佳績的祕密之一是釘鞋他的釘鞋有六個釘子，由廠商量身訂做，鞋釘擺在選手腳底穴道位置，增加選手的速度。而跑道的材質開發也是重點，讓跑道更有彈性，釘鞋的抓地力更好，都有可能讓紀錄向前推進。

但是，現在談起世界紀錄，蔡葉陰影卻揮不去。

潘瑞根說，100米的速度推進幅度越來越小，糟糕的是現在用藥的選手太普遍了，只要有打破世界紀錄，心中就團團就是有沒有使用藥物，「這也使速度的追逐蒙上陰影。」



世界上跑得最快的人是他，牙買加籍包威爾昨天在雅典奧林匹克體育場締造男子百米9秒77世界紀錄，賽後他在計時器前的歷史性數字前留影。（路透）

男子100米各洲紀錄

北中美洲	9.77	包威爾 (牙買加)	2005/ 6/14	雅典
非洲	9.86	費德瑞克斯 (納密比亞)	1996/ 7/ 3	洛桑
歐洲	9.86	歐拜克維魯 (葡萄牙)	2004/ 8/22	雅典
大洋洲	9.93	強森 (澳洲)	2003/ 5/ 5	米托
南美洲	10.00	達西瓦 (巴西)	1988/ 7/22	墨西哥
亞洲	10.00	伊東浩司 (日本)	1998/12/13	曼谷

製表／黃顯祐 編表／陳金宏

