

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 棒球 來源 民生報 日期 801213 版面 五版

另一種職棒

森下正夫專訪

編譯 劉滌昭 / 取材
自日本棒球週刊

問：聽說您為台灣的球員寫了一本書？

森下：並不是什麼大的著作，只是有關作戰的解說，包括圖解在內，厚約25頁，請人翻譯成中文後印刷成冊，已分發給球員們。寫這本書雖然花了不少心血，但是相信對球員們有很大的幫助。

我不可能一直待在台灣的職業球隊中，為了使球隊在我離開之後也能正常

運作，我希望預先確實打好各種有關棒球的基礎。明年，在春季集訓之前，我將要求球員實施自我訓練，以培養體力。

問：台灣球員的自我訓練大概內容為何？

森下：過去球員在集訓之前並沒有所謂的自我訓練，集訓開始後立即展開正式而嚴格的訓練，因此球員很容易受傷。球隊雖然有鍛鍊體能的器材，但是卻不了解正確的使用方法。所以，明年我和山根教練赴台灣時，原中日隊

由於前途樂觀，魅力無窮，因此
我一定盡力協助台灣職棒發展。(下)

的體能教練塚田也將和我們同行，協助兄弟隊進行兩週左右的體能訓練。

問：對台灣職棒而言，這也是一項「革命性」的措施吧？

森下：這是因為台灣過去一直沒有實施的緣故。以前，台灣的教練們曾參觀過日本職業球隊的集訓情形，但是他們卻沒有見到體能訓練的過程，因此回到台灣後，一開始集訓就令球員猛打猛投，而前面最重要的階段卻被忽略了。明年的兄弟隊將先做到體能的訓練，然後再展開集訓。

這才是職業球隊應有的做法，而且台灣的職棒極

受球迷所喜愛，因此我一定要使這種正確的做法在台灣職棒界中紮根。

問：不久之後，台灣的職棒隊將從目前的4支增至6支？

森下：92年巴塞隆納奧運結束後，國家代表隊的球員們將轉向職業發展，職業球隊也將增加兩支，有興趣成立球隊的企業相當多，因此我一定盡力協助台灣職棒發展。

問：能否談談您對明年球季的目標？

森下：今年球季前期冠軍為味全龍隊，後期冠軍和總冠軍是網羅了原大洋隊教練引地信之的統一獅

隊。兄弟隊前期名列第3，後期落居4隊之末，綜合成績為第3名。

目前4支球隊實力非常

接近，因此兄弟隊絕對有奪魁的機會。未來，我除了採取前述各項訓練措施外，希望日本球迷能來台

灣欣賞充滿鬥志、激烈無比的職業比賽，也希望大家為最受歡迎的兄弟隊加油！
(完)

