

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 大陸體育 來源 民生報 日期 8.21.103 版面 三版

✓ 游泳隊大訓練量 成績大幅提升 遼寧魯家軍 與馬家齊名

記者 江彥文／特稿

●遼寧「馬家軍」田徑選手平均每周訓練量在二百公里以上，成就了五破世界紀錄的赫赫威名；而游泳隊每周十二萬公尺的驚人訓練量，也使遼寧省繼廣東、上海後，成為大陸泳運重鎮。

大陸泳協副理事長梅振耀在中華泳協國家級教練講習會上指出，大陸泳運復甦自廣東省開始，上海則把大陸泳運推上世界水平。七屆全運，遼寧一舉拿下七面金牌，僅次於上海的十二面，大陸泳壇開始密切注意遼寧省的游泳訓練，是否能帶領大陸泳運更上層樓。

如同「馬家軍」傳奇，以魯永明為首的遼寧游泳隊，也是以大運動量、高強度訓練、高效率恢

復及神秘的「豔湯」，取得令人驚異的快速成績提升，最著名的選手就是七屆全運擁抱六金的戴國宏。

梅振耀曾於七屆全運前應邀走訪遼寧的游泳訓練中心，最令他印象深刻的，就是中心永遠擺著兩缸「藥水」，一缸是「王八湯」，另一缸是以梨皮為主熬的「阿膠湯」，運動員可以隨便喝。

梅振耀不敢把遼寧泳隊的快速進步完全歸因於「豔」或「阿膠」的神秘功效，但遼寧游泳隊能完成如此大的訓練量，而不會影響選手恢復，取得好成績，其中必有獨到之處。魯永明可望在十一月中，應邀來台作技術交流，梅振耀建議台灣教練當面向他多多了解。

