

《大陸泳壇小飛魚》系列八之五

陳妍 未來號航空母艦

記者 許瑞瑜／特稿

●大陸奧運游泳選拔賽四金加身，使得年僅十五歲，身高卻已有一百七十八公分的遼寧大妹子陳妍在一夕間成名。如今，這艘「未來號航空母艦」正一步步駛向奧運，準備接受風浪的洗禮。

出生於一九八一年三月二十七日的陳妍，擁有極佳的先天條件，個子高、腿長、耐力又好，天生便是塊練游泳的好材料，當初父母為讓她增加食慾，把她送進體校游泳隊，沒想到卻因此改變了陳妍的一生。

一九九〇年，遼寧游泳二隊到體校一眼就相中陳妍，但因她抱持玩票心理練游泳，同齡隊友都已游出成績，小妮子還不知心急，九四年進入國家隊培訓四個月，因游不出名堂回到大連，雙親一度要她放棄游泳，經教練極力勸

阻才作罷，陳妍這才意識到，不能再這樣迷迷糊糊過日子。

有了這層覺醒後，陳妍徹底的脫胎換骨，從昔日的漫不在乎，變成自動自發，並養成敢拚肯纏，不懼怕對手，不受其他事情干擾的個性，加上過人的身體素質，使得陳妍的成績在短短一年內，以驚人的速度成長。

去年九月城市運動會，陳妍以黑馬之姿抱走三金一銀，且四項均達到奧運報名標準，今年奧運選拔賽陳妍更上層樓，在強敵環伺下勇奪兩百公尺、四百公尺、八百公尺自由式，以及四百公尺混合式四面金牌，成為池畔最風光的人物。

陳妍在本屆奧運或許還不成氣候，但可以預見的是，待這艘航空母艦完工之日，勢將在世界泳壇大興波濤。

《訓練小秘方》

仰式轉蛙式 採「大車輪轉身法」 林莉混合式 爭取0.1秒

●大陸林莉以不算突出的身材，能於巴塞隆納奧運創世界紀錄的摘取女子二百公尺混合式金牌，她在仰式轉蛙式首創的「大車輪轉身法」，幫助她爭取到寶貴的零點一秒左右，是重要關鍵。

林莉身高一六八公分，無法與莊泳、楊文意一七五以上身材相比，而且林莉的手掌、腳掌比平常人都手，這也影響她的划水效果，但透過精準訓練和大車輪轉身法，林莉於願登上世界頂峰。一般選手在仰轉蛙式時，都是

先轉體由仰變俯，接著在向腹部翻滾蹬壁時必須再轉體一次，才能繼續進行蛙式，兩次轉體動作過多，也容易引起不必要的水阻。

仰式規則不限以手觸壁後，張雄教練即在仰轉蛙式上大作文章。她要林莉仰式轉體時，順勢反身向背部作翻滾，蹬壁後直接成為俯式，可以立刻進行蛙式的划手動作。張雄估計，這樣可以爭取到十分之一秒左右，終使林莉得以百分之八秒成績打破高懸十一年的世界紀錄。（江彥文）

失去400公尺資格 反而更能專心 柏金斯 千五自由式尋求連霸

【本報綜合外電報導】對澳洲三項男子中、長距離自由式世界紀錄保持人柏金斯來說，失去四百公尺資格，反而更能專心於千五公尺自由式金牌衛冕大業。

柏金斯堪稱蘇聯沙尼可夫後，最偉大的長距離游泳選手，生涯中兩度刷新男子四百自由式、三度推進千五公尺自由式世界紀錄，目前男子四百公尺三分四三秒八〇、八百公尺七分四六秒〇〇及千五公尺十四分四一秒六六世界紀錄均為其保持。

柏金斯儘管頂著三項世界紀錄，但八百自並非奧運比賽項目，三月在澳洲選拔賽中，四百自竟然游不到參賽標準，千五自也落在隊友科瓦斯基之後，以第二名入圍。

柏金斯的亞特蘭大之行僅能參與一項比賽，失去摘取巴城奧運錯失的四百自金牌機會。上屆奧運，柏金斯敗在獨立國協「光頭沙魚」沙多維手下，一併讓出金牌與世界紀錄。他直到兩年後的羅馬世錦賽，才再搶回世界紀錄保持人地位。

柏金斯的教練卡魯表示，柏金斯選拔賽表現十分難看，但失去

四百自機會，更能專心於千五公尺二連霸。柏金斯是當今唯一游進十五分大關選手，今年最佳成績十五分零八秒七四，次於德國史密斯的十五分〇三秒四三。柏金斯若能及時恢復破十五分大關實力，衛冕金牌不成問題。

澳洲人愛柏金斯 對手屢遭泳迷恐嚇

●澳洲人究竟多愛柏金斯，從對手遭泳迷電話、書信恐嚇可見一斑。

柏金斯在三月澳洲奧運游泳選拔賽時，因血中嚴重缺鐵而表現不佳，四百自由式、千五自由式雙雙敗在隊友科瓦斯基手下，僅以千五第二名勉強獲得奧運參賽資格。

賽後，科瓦斯基屢次接到電話與書信恐嚇，要他不能再贏柏金斯，尤其奧運中不能搶去柏金斯的金牌。

柏金斯十八歲時首創千五自由式世界紀錄，其後一路將世界紀錄延伸至八百、四百自由式，他的運動英雄形象，自此深入澳洲民心。柏金斯對泳迷過度關愛，以致恐嚇科瓦斯基舉動不以為然。

