



他是個天生好手？還是後天訓練出來的？

美國游泳好手畢昂迪的先被認為是不可能突破的四十九秒大關，游出了人類有史以來最快的速度後，在美國泳壇普遍地引起教練們的好奇與爭論。

畢昂迪（見圖）廣受矚目與議論的焦點是：在他進大學之前，從來沒有做過重量訓練。這代表他在十七歲以前，都沒有接受嚴格的游泳訓練。

這引起兩個疑問：畢昂迪是個天生的游泳好手，否則他怎麼可能游得那麼好？另一個疑問手論更激烈，「實施重量訓練的時間是否要往後延？延到像畢昂迪一樣，在進入大學後才開始重量訓練？」畢昂迪在十七歲之前，甚至連全國性的分齡賽都沒有參加過，游泳成績也不怎麼出色，直到他進入加州大學柏克萊分校後，才正式展開重量訓練。

「我認為為青少年選手應該著重於基本動作，並讓他們以游泳為樂事，不要把成績、名次的壓力加諸於他們身上，畢昂迪就是個最好的例子。」一位教練指出。

另一位熟悉畢昂迪的教練指出：畢昂迪雖然有很好的天賦，更重要的是他在進入大學之前，被小心翼翼地維護著，沒有遭到擾亂助長的錯誤訓練。

畢昂迪從五歲就開始游泳，在游泳風氣極盛的加州，他並沒有很早就進行

長期的訓練，只在每年暑假去游上三個月而已，一直到十五歲進入高中後才有全年度的訓練計畫。

在分齡選手時期，也有不少游泳俱樂部要吸收畢昂迪，可是他覺得喜歡去做的事情還有很多，不能一年到頭都游泳，他修了打鼓與鋼琴練習課程，參

加學校的合唱團，也參加教會的唱詩班，高中時除了游泳外，棒球也打，籃球也玩。

教過畢昂迪的教練都表示，我們不要他成為一個超級的青少年選手，因為他的興趣廣泛，讓他均衡地發展，我們唯一要做的是小心地看著他，為他設計適量的游泳訓練，把基礎打好，讓他到了大學再好好發揮。

不過，在十二歲時，就有一位教練推舉他將來必像納伯（當時納伯代表美國贏得蒙特婁奧運兩項蛙泳金牌並破世界紀錄，成為美國家喻戶曉的游泳英雄）一樣的成就。

當時許多人都很驚訝畢昂迪怎麼有此可能，如此的稱讚未免太過份了。如今，證明畢昂迪果然不同凡響。

由於畢昂迪的蝶泳技巧非常好，已有入把畢昂迪與史必茲聯想在一起。史必茲在一九七二年的慕尼黑奧運中，創下五項世界紀錄，贏得七面金牌，原因就是史必茲是位自由式與蝶式好手。

目前已有教練指出，只要畢昂迪願意，他要在一九八八年奧運會上拿到七面金牌並非難事！

八十年代的世界泳壇，舉世矚目的游泳巨星先是蘇俄的沙尼柯夫，再來是西德「大鵬鳥」葛羅斯，毫無疑問的，第三顆巨星——畢昂迪現在正冉冉升起。（本報記者姚志剛）

## 天生好手畢昂迪？

畢昂迪游出人類最快的後度，引起美國教練廣泛的爭論，游泳選手的手重訓練時間是否要往後延？