

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 奧運 來源 中央日報 日期 93. 8. -5 版面 十六版

◆ 奧運專題之三 ◆

技術、心智更加成熟

林怡君射金有望



記者陳建興／特稿

奧運女子射擊——雙不定向飛靶是今年我國被評估奪金機會相當濃厚的項目之一，上屆雪梨奧運林怡君拿到第四名，當時世界排名高居第一，經過四年之後，林怡君心智更加成熟，奪金實力不容小覷。

林怡君可說是「天生好手」，在一九九八年十七歲生日那天，她決定學習射擊，經過短短二年訓練之後，就取得雪梨奧運參賽資格，但在不被看好的情況下，於延長賽擊敗加拿大選手，拿下第四名，寫下中華代表團在奧運射擊史上的最佳成績，四年後她在芬蘭世界射擊錦標賽女子雙不定向飛靶則射下金牌，同時取得今年雅典奧運參賽權。



走出心理壓力的陰霾，林怡君更顯得自信、成熟，對於奧運射擊項目拿下獎牌，充滿信心。
(記者陳建興攝)

儘管擁有一流的技術，但心理因素卻成為林怡君一直無法突破的魔障，當國大愈注意她，表現就愈失常，今年六月全國梅花杯射擊賽更是她參賽七年來首次未能封后的一次。

教練曾兆雄不諱言地說，四年前雪梨奧運，沒有人注意我們，比賽沒有壓力，林怡君就發揮得很好，但今年大家的焦點都在她身上，無法調適、愈陷愈深，讓她失眠、緊張、生理期失調，成績當然就「直直落」；所幸，在體委會委託知名催眠大師徐明輔導下，已恢復正常。

曾兆雄表示，去年起，雙不定向飛靶的規則進行修改，發靶的時間原本是固定時差，改為從零到一秒的亂數時差，不過林怡君適應的情況還好，並未受到太大的影響，日前模擬賽有一盤的成績不甚理想，但狀況已逐漸恢復正常，技術、心理都調整得十分理想，只要臨場表現正常，就有機會穿金戴銀。

「這兩個月來，我更了解自己，也更清楚知道自己要的是什麼，我有信心可以在雅典奪取佳績。」林怡君自己剖析此刻心情及狀況。

依照實力，目前對林怡君可能造成威脅的強手有美國金柏莉、大陸李清念，至於瑞典韓森因改變發靶時間，目前仍處於不穩定狀態，因此林怡君只要「正常」演出，奪牌絕對沒有問題，甚至於有搶金的機會。

至於參加男子十公尺空氣手槍的張憶寧，則將目標擺在前八強，他出身於大陸青海，曾有四年時間待在大陸國家隊，與一般大陸選手接受相同課程訓練，張憶寧是苦過來的，因此也練就了一身好本領，輾轉來到台灣後，除了繼續參賽外，也將紮實的基本技巧傳授給國內新生代射手。

