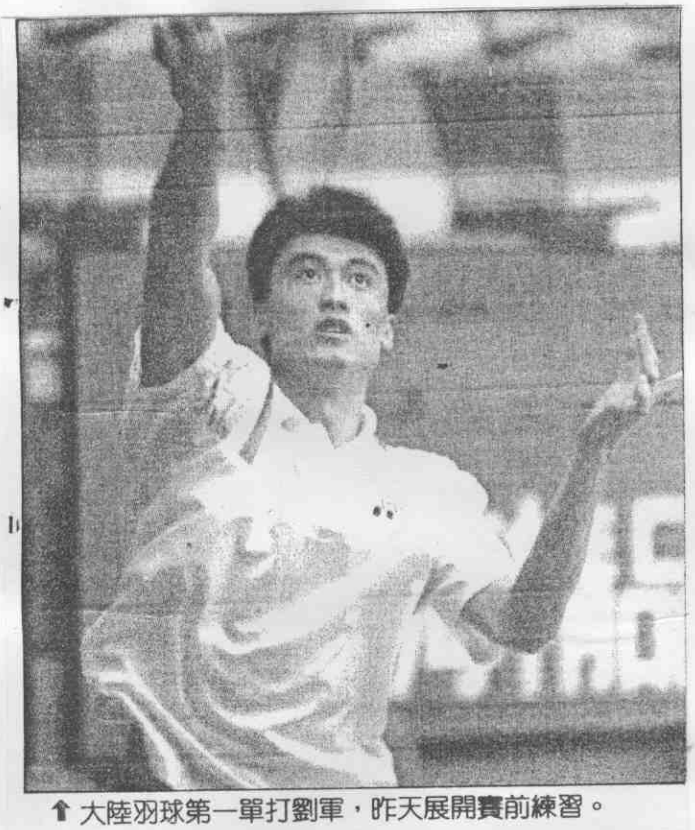
26495

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 東亞運 來源 民生報 日期 820509 版面 三版



↑ 大陸羽球第一單打劉軍，昨天展開賽前練習。

特派記者 黃育仁／上海傳真

《東亞運焦點人物》

先天有底子 後天再苦練

劉軍 大陸羽球王牌

特派記者 賈亦珍／專訪

●被看好能拿下東亞運羽球男單金牌的大陸好手劉軍，是個起步晚卻能迅速超前的選手，能如此，憑藉的全是苦練。

在父母親都是運動教練的遺傳下，劉軍從小喜歡運動，但喜歡的卻不是父親的排球或母親的羽球，而是在大陸最熱門的足球，父母親儘管曾多次表示過希望他接衣缽，但劉軍就是不理，直到１５歲時母親接任省隊教練，在她一再要求下，他才開始打羽球，比其他球員足足晚了五年。

起步晚，就得花較多功夫在基本功訓練上，劉軍在母親的指導下，每天咬牙苦練，一個單一動作要一作再作，直到意由心生為止。

父母親的遺傳這時發揮作用，天生對運動有較佳天賦的劉軍，在打下基礎後，球技開始快速進步，一路追過比他早起步的隊友，目前已成為大陸隊的主將。

劉軍說，一流的羽球員除了一般技術外，膝蓋力量的加強是很重要的，因為羽球的許多高級動作都要運用到膝蓋的力量，他表示，他自己都以摃鈴前蹲來加強練習。

最近幾年大陸隊戰績不理想，劉軍認為，這只是暫時的青黃不接現象，年輕一代很快可趕上，再登顛峰。