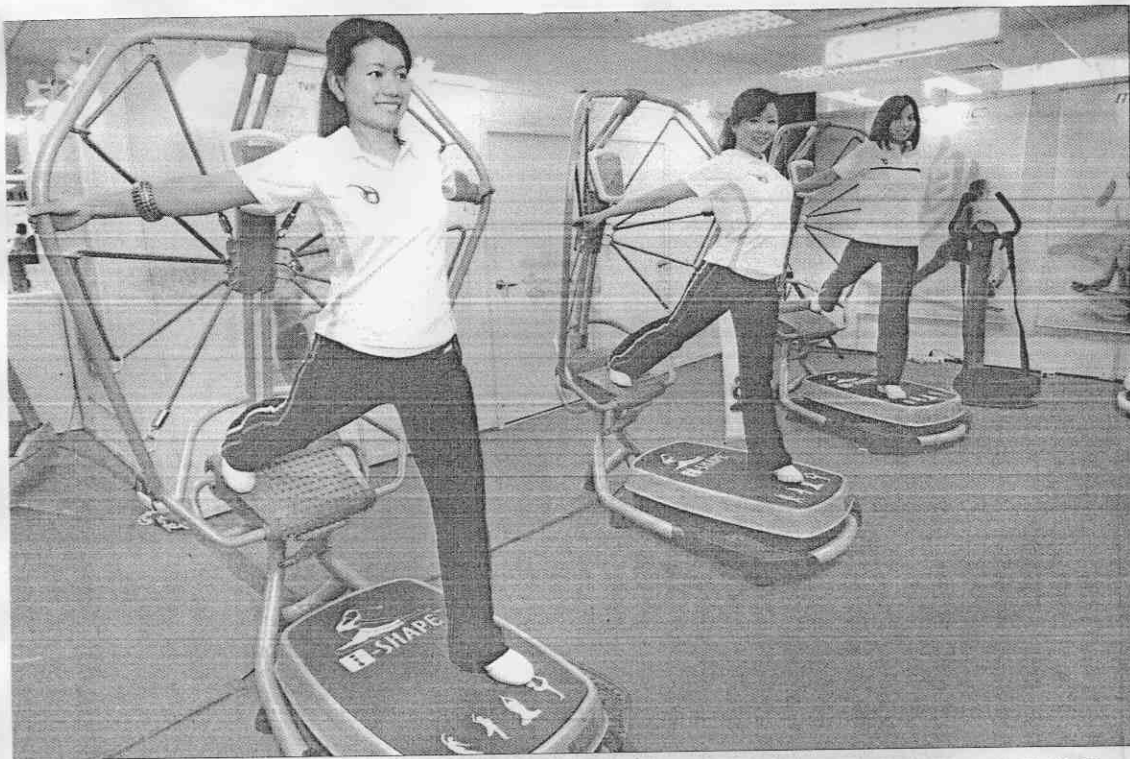


國立臺灣體育大學圖書館剪輯資料

分類 運動器材 來源 中國時報 日期 8.3.20 版面 A七版

智慧化運動

▲期美科技研發的美姿曲線雕塑機，利用TVR震動訓練的概念，底部及後方的踏板都有震動功能，會傳導到後方整個框架，加上具有虛擬教練語音導引，除了強化肌力，也能提高肢體的柔軟度、平衡性。（陳信翰攝）

虛擬教練指導 體育用品更人性

陳大任／台北報導

台北國際體育用品展昨日開展，吸引三十一家國內外廠商參展。多家廠商均推出結合電玩、運動軟體的新產品，讓運動不再單調。程式裡的虛擬教練能即時提供動作指導，幫人強化肌力及提高柔軟度。師範大學運動研究所教授相子元說，運動用品發展到現在，除了器材架構更精準，加入感應器、攝影機和專用軟體後，也更人性化。

新一代運動用品增加互動性，透過預先寫好的程式，跟著虛擬教練一起運動。相子元說，TVR震動訓練從歐洲流行過來，過去的震動方向與肌肉纖維垂直，就像腰部的震動帶，只有放鬆肌肉的效果。新的震動設計與肌理一致，幫助肌肉伸縮，才能增加肌力，達到訓練效果。

此外，美姿曲線雕塑機也利用TVR震動訓練的概念，底部及後方踏板都有震動功能，加上具有類似瑜伽的虛擬教練語音

導引，可強化肌力，也能提高肢體的柔軟、平衡性。

新式的智慧啞鈴內部有感應器能偵測脈搏，預先輸入身高、年齡、體重及運動時間，就會以鬧鈴提醒，不用時還可插上專用基座，變成迷你喇叭。

還有業者推出結合飛輪的腳踏運動，加上手部的左右施力，看著螢幕不斷踩踏，就像在飛行一般，握把頂端還有發射飛彈的紅色按鈕，讓使用者追著打飛機，相當有趣。

另一款互動式健身車可結合PS2遊戲電玩，踩越快、螢幕上的車就跑更快，多功能的握把具多向搖控功能，就像轉動自行車握把方式一樣，還可以二人一起運動兼遊戲。