

國立臺灣體育大學圖書館剪輯資料

分類 世運會

來源 自由時報

日期 98.6.25

版面 S三版

世運小常識

運動攀登賽 項目分3類

運動攀登很像電影「蜘蛛人」，飛天遁地無所不能。最早40年代從前蘇聯開始，直到冷戰結束，才在西方國家推廣開來。1983年法國發明了由玻璃纖維、砂石及樹脂合成物製成的可移動式岩塊，也奠定人工攀岩場基礎，之後義大利杜林與法國里昂等地舉辦比賽廣獲好評，這項新興運動很快風行歐洲以至於全球。

目前運動攀登，大致可分為先鋒賽(Lead)、速度賽(Speed)、及抱石賽(Bouldering)等3種。選手賽前不得觀看攀爬路線及對手攀爬過程，出賽時只能倚靠雙手或雙腳，進而完成騰挪、竄越或引體等動作，過程緊張刺激。

先鋒賽由原本難度賽演變而來，考驗選手的攀登技術和肌耐力，必須在

兩名確保員的確保下完成指定路線。比賽路線設計需在至少12公尺高的人工岩壁上，路線長度至少15公尺、寬度至少3公尺。

速度賽的難度，比先鋒賽簡單些。選手同樣拚速度和爆發力，只是比賽時得攀登兩條同樣高度的不同路線，以平均成績作為決勝標準，路線設於12至20公尺的人工岩壁上。

抱石賽1998年才成為國際攀岩比賽項目，與原本難度賽類似，但路線長度較短，而且岩點距離較遠，選手常得用跳躍方式抓點，對於體能和肌耐力要求極高。

抱石賽的難題，通常設在垂直高度4.5公尺以下岩壁，選手必須在不經確保情況下，嘗試以最少次數來化解裁判安排的難關。(記者梁偉銘)

世運點將錄

有氧體操 特訓脫胎換骨

以地主國身分取得今年世界運動會有氧體操門票的代表隊，目前5名隊員正在桃園武漢國小接受外籍教練安琦拉祕密特訓，總教練黃柏倫信心滿滿地說：「屆時大家會看到煥然一新的台灣有氧體操代表隊。」

29歲的安琦拉，是紐西蘭的有氧體操國手，也是這一次世界運動會參賽者，今年5月她受邀來台擔任客座教練，除負責編曲排舞，也一一修正選手動作、增加動作難度，此外她還得找時間自主訓練，維持自己的狀態。

黃柏倫表示，有氧體操在台灣推廣不過是最近2、3年的事，根據上屆世界錦標賽的表現，台灣選手仍保有相當大的進步空間，今年世運

會，地主代表隊員平均年齡僅18歲，其中女將張謹雅和賴婉真都只有高二，非常具有潛力。

由於有氧體操的特色在於音樂節奏感強烈，選手需在限定時間內完成指定動作，並依照難度高低給分，黃柏倫說：「隊員多是韻律體操改練，已有基本底子，只要假以時日，必能跟上歐洲列強。」

台灣靠著地主國身分，今年有氧體操取得2席入場券，包括雙人賽(混合)和3人賽(女子)，黃柏倫笑說，過去參加世錦賽和世運測試賽，小將的成績都不太好看，這次經過外籍教練調教，他有信心隊員能脫胎換骨：「目前隊員的狀況非常好，比賽時大家就能看到成效。」黃柏倫說。(記者龍柏安)

