



企畫／溫曉君 繪圖／蔡景文 版面設計／蔡資敏 圖文資料提供：財團法人2009世界運動會組織委員會基金會（KOC）
運動圖照提供：IWGA, DOC, Ghalamslah, Gustavo Cabana, firo sportphoto All Rights Reserved.

2009世運在高雄！

第^八屆^世運^會將^在高^雄舉^行！這^個以^非奧^運的^運動^項目^為主^的比^賽活^動，分^為：時^尚、球^類、精^準、技^擊、肌^力、藝^術與^舞蹈^六大^類運^動。五^花八^門、新^奇好^玩的^競賽^項目[，]你^可能^連聽^都沒^聽過[。]別^擔心[，]「高^妹」和[「]雄^哥」現^在就^來告^訴你[，]不^管你^是親^臨現^場，或^是在^電視^機前^觀戰[，]都^能幫^選手^們大^聲加^油！

前進世運，
GO！GO！GO！



高妹

雄哥

世運會主場館

舉行開閉幕典禮、七人制橄欖球與飛盤競賽的主場館，由一根根螺旋形的鋼梁打造出馬蹄型的結構，屋頂上8844片太陽能光電板，不只美觀也兼顧環保，是座能容納55000人的優良綠建築。

太陽能光電板





上天又下海～時尚運動

時尚運動集合了許多獨特又超炫的新趨勢運動，不管是天上飛、地上跑，還是水中游的都有，讓人直呼過癮！

化身為空中鳥人 飛行運動

飛行運動就是「高空跳傘」，選手必須搭乘飛機到數千英尺的高空後，跳出機艙，朝地面指定的標點降落，或利用傘翼打開前的短暫自由落體時間，在空中做出各式各樣的花式動作。這項運動大部分用於空降部隊的軍事訓練，但也很受到熱愛冒險的戶外運動家歡迎喔！



❶「定點」項目：選手在2700～3300英尺的高空起跳，跳出機艙後立即開傘，朝地面上的標點降落，越接近中心的選手得分越高。



▲選手從飛機跳下後開傘。



▲透過操控線調整方向。



▲降落在標點位置。

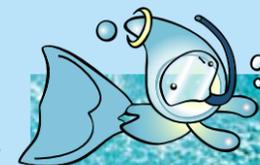
❷「花式」項目：在1萬3000英尺的高空起跳，利用開傘前約45秒的自由落體時間做出花式動作，還需搭配一名攝影隊員，將選手在空中的表現拍攝下來，裁判會依據動作的難易、流暢度來評分。



像是攀登、定向越野、滑輪溜冰、滑水等，還有些能讓運動員在空中翱翔的飛行運動，或是變身為美人魚的蹼泳，這些好玩又有新意的項目，雖然大部分都需要昂貴的器材或工具來輔助進行，但仍吸引許多人來挑戰，形成蔚為風潮的時尚運動喔！

變身為水中美人魚 蹼泳

假如雙腳只穿一隻蛙鞋，要怎麼游泳呢？答案是以「海豚式」動作奮力向前游！蹼泳是一項融合潛水與游泳的運動，選手們在雙腳上穿戴一片重約3公斤的玻璃鋼材質腳蹼，藉由腿、腰的力量，加上腳蹼輔助推動，游泳起來就像是海豚一般，也是人類目前在水中前進速度最快的運動喔！



▲▶蹼泳者跳入水中後，上身需保持不動，雙臂向前伸直交疊不划水，藉由腰、腹及雙腿鞭打的動作，推動身體向前游。



世界運動會

世界運動會簡稱為「世運」或「世運會」，由國際世界運動協會舉辦，以非奧運的各種熱門、受歡迎及壯觀的高水準運動競賽項目為主軸，每四年舉辦一次。第一屆世運會是在1981年，於美國聖塔克拉拉舉行。

〈圖片來源／維基百科〉





〈圖片提供／達志影像〉

另類又有趣～球類運動

你有可能打過網球，但你玩過對著牆壁打球的「壁球」嗎？你也許投過籃球或踢過足球，但你試過駕駛



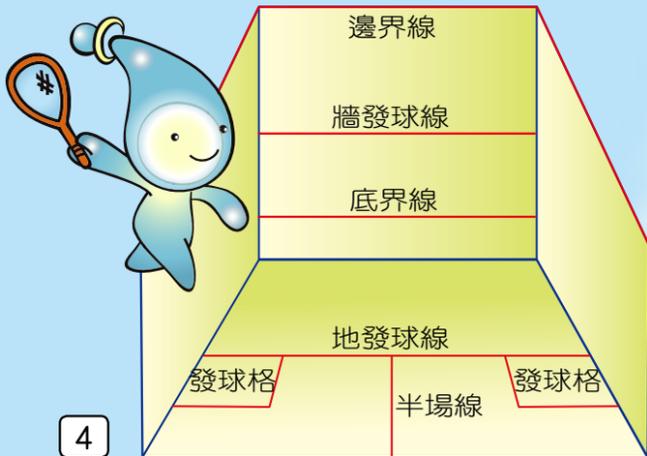
〈圖片提供／達志影像〉

對著牆壁打球 壁球

壁球是一種在密閉式空間進行的球拍式運動，玩法與球具都和網球類似，但是沒有球網，而是面對牆壁擊球。以網拍將球擊至牆上，對手再將彈跳回地板上的球給予回擊，是種考驗體力與耐力的比賽。這項運動起源於19世紀的倫敦監獄，囚犯因為無聊又想要鍛鍊身體，因而發明了這項面壁擊球的遊戲。

❶ 挑戰一下：選手在發球格內發球，擊球之後，必須立即騰出空間讓對手反擊，而且要在球反彈地板兩次之前用網拍回擊，否則就會失分。

❷ 必殺絕技：由於場地小、球速快，彈來彈去的球路線變化莫測，選手必須跑個不停，還得具備敏銳的判斷力。如何控制比賽節奏，利用打短球、截擊等方式讓對手滿場跑，就是致勝的關鍵。



著小艇，在湖面上打「輕艇水球」嗎？世運會的球類運動千奇百怪，包括合球、巧固球和浮士德球等，這些球類運動的玩法和排球、足球、網球有些類似，卻又有些不太一樣，相當刺激、有趣喔！

駕駛小艇打球 輕艇水球

輕艇水球結合多項陸上運動的精華，包括手球、足球、籃球、水球與馬球，它的精神源自於馬球，但騎馬打球變成了「駕駛」打球。選手除了要會打球、射門，還需擅長游泳與划船。比賽時船速極快又容易翻船，選手們在水花四濺的湖面上推擠與搶球，又凶狠又刺激喔！



▲每隊有五名隊員，選手都身兼攻擊及防守的責任，可徒手或利用槳來射門，只要將球射入龍門框就算得分。



臺灣味十足的2009世運會獎牌

此屆的世運會獎牌具有濃厚臺灣味，正面的海洋波浪代表高雄是海港之都，還有能呼應臺灣為「蝴蝶王國」的蝴蝶，而蝴蝶在臺灣原住民文化中，象徵矯健和敏捷，非常能代表運動健將的矯捷身手。



緊張又刺激～精準和技擊運動

所謂的精準運動，就是需要將球或箭毫米不差地投射進正確的位置，包括撞球、滾球、保齡球，還有須具備準確度與耐力的原野射箭。技擊運動則有柔術、武術、相撲及空手道，不管是中國功夫還是日本格鬥，選手都能打得嚇嚇叫，緊張刺激的比賽節奏，讓你連眼睛都捨不得眨一下！

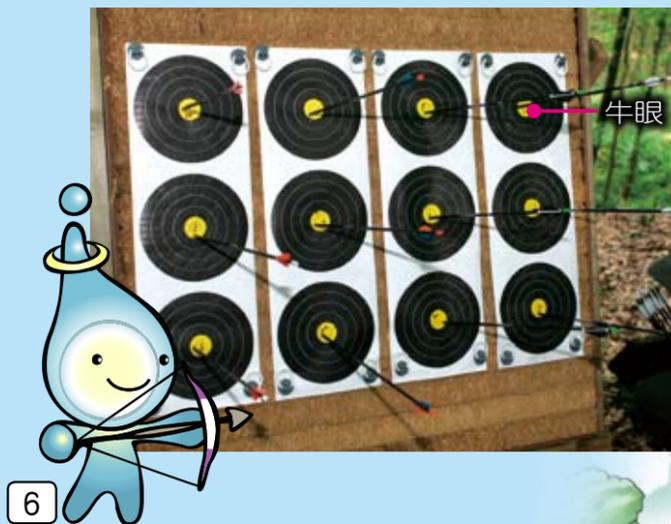


在山林中專注瞄準 原野射箭

一般的射箭比賽都是在空曠的平地舉行，原野射箭則是在樹林密布、地形崎嶇的山林或公園中舉行，這也是與奧運射箭比賽最大的不同。這項運動起源於古歐洲，人們在打獵季節結束後，會在森林的樹幹上設置一些「標靶」，進行趣味比賽，後來就演變成現在的原野射箭。

❶ 挑戰一下：比賽共分三天進行，主辦單位會在賽場設置24個距離不等（5～60公尺）的靶位，選手必須依序射擊並計分後，再前進下個靶位。靶面由黃、黑兩色組成，射出的箭越接近「牛眼」得分越高。

❷ 厲害絕技：原野射箭比賽因為在野外進行，選手必須克服變化莫測的天候及風向，除了要有很好的專注力，還要有絕佳的體力，因為箭靶可能設在懸崖邊或山坡旁，要先爬山，才能射箭，是難度相當高的競賽。



6

好斜的坡，我要更小心、專注。



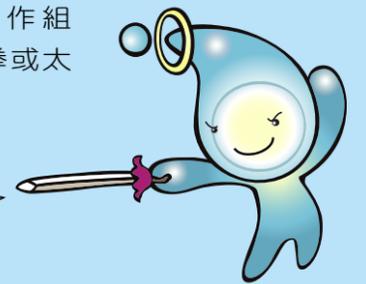
中國的傳統技藝 武術

武術運動，在臺灣稱為「國術」，是一項以追求「強身健體」為目標的運動項目，也是中國傳統的防身技藝。競賽場上，選手們擺出各種氣勢十足的姿勢，打出一套套各有千秋的拳法，有的還會搭配刀、槍、棍、劍，讓兩名選手比畫一番，打出一場精采的擂臺賽。



▲ 武術套路項目是一連串包含技擊和攻防的動作組合，包括南拳、醉拳或太極拳等拳術。

武術選手就像現代版的李小龍！



◀ 散打項目是將選手分成紅、黑兩方，徒手面對面打鬥。雙方以「踢、摔、拿、打」四大技法展開攻擊，擊中對手頭部、軀幹、大腿及小腿就算得分。



〈圖片提供／聯合知識庫〉

猜猜看。本屆世運的LOGO是什麼涵義？

你看出來了嗎？這個符號就是高雄市的「高」。五彩繽紛的字型，看起來就像一條充滿律動的彩帶，傳達「和諧、友誼、律動、飛躍、進步、歡樂」的概念。

7

奮力又美麗～肌力和藝術與舞蹈運動

看完這麼多另類的運動，也別忘了展現人體力與美的肌力項目以及體操舞蹈項目。肌力運動包括拔河、健力和健美，其中健美運動除了要有超乎常人的力氣，還得兼顧肌肉的美感。體操舞蹈項目則是揮

展現人體的力與美 健美

健美是一項強調肌肉健壯與美感的運動，起源於1877年，德國人山道在前往羅馬美術館參觀時，被古代鬥士雕像健壯的體格給深深吸引，於是開始研究如何讓人體的肌肉發達，並積極推廣健美運動。起初，只有男性才能參與此項運動，一直到19世紀，人們才打破女性柔美的刻板印象，讓男女都能響應健美運動。



❶ 挑戰一下：肌力運動又分為「指定動作」與「花式動作」，前者是選手依循大會所選定的特定部位作肌肉展示；後者是選手搭配自選的音樂，將各部位的肌肉展示串聯在一起「秀」出來。

在我們身上，看不到任何一塊贅肉喔！

❷ 厲害絕技：健美選手通常會將膚色晒成古銅色來吸引評審目光，而選手們平常除了要做重量訓練，飲食控制也不得馬虎，高鹽、高熱量的食物都不能吃，必須持之以恆的辛苦訓練，才能展現出絕美的肌肉線條喔！

別忘了競技體操的硬感，例如彈翻床體操，選手們在空中翻轉、跳躍，創作出一場娛樂效果十足的舞蹈競賽！

在彈簧床上跳舞 彈翻床

世運會的體操項目總共分為五大項：有氧、韻律、特技、騰翻和彈翻床體操。其中彈翻床體操是項易玩難精的項目，選手們在又長又大的彈簧床上跳躍，試圖爭取在高空中停留的短暫時間，做出優雅且高難度的動作，展現人體姿態的力與美。



▲彈翻床的團體賽又稱為「同步比賽」，是指兩名選手各自在自己的彈簧床上，做出一套相同的動作，兩個人必須有絕佳的默契，保持同樣的速度、高度與動作，呈現出來的表演才會整齊畫一，得分才會高喔！

◀彈翻床長4.3公尺、寬2.1公尺，由尼龍布條編織而成。這種彈性極好的床面可以讓選手在上面盡情跳躍，即使在空中翻轉三圈都沒有問題！

大家一起來幫選手們加油！

來高雄看世運會！

第八屆世界運動會將於7月16日～7月26日在高雄市展開，11天的賽程，共有26項正式賽、5項邀請賽和6項表演賽，趕快前進高雄，一起為臺灣的優秀選手們加油吧！

