

羽毛球是港人最多參與的球類運動之一，不少人會定期訓練力求精進球技，而一支適合的球拍更可讓訓練事半功倍。不過新手應該如何挑選合適的球拍？趁羽毛球世錦賽將於8月中在印度舉行，港隊男單新星吳英倫（Jason）就率先分享選拍的原則，最重要是符合自身的風格：「球拍要以配合自身打法為主，建議從輕拍開始嘗試，逐步找出屬於你的球拍！」

圖、文：郭思華

港隊球員 使用球拍

伍家朗：FELET 3K WOVEN FENCE

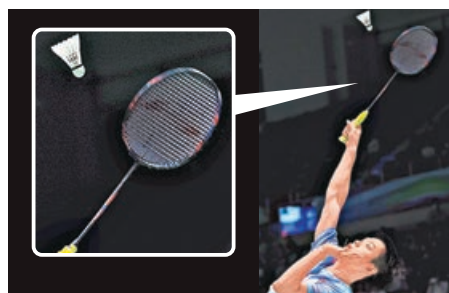
簡評：球拍彈性極佳，適合快速抽擋、鞭打發力與連續進攻，適合控球能力強的控球型球員。



■ 港隊男單球手李卓耀使用進攻型球拍。

李卓耀：YONEX ASTROX 99 PRO

簡評：這是一支拍頭重、揮速較慢及對前臂力量要求高的高階球拍，適合主打重炮進攻的球員。



吳英倫：LI-NING AXFORCE 90MAX 龍騰

簡評：殺球威力強大、彈性極佳，但對球手控球能力要求高，屬高階進攻球拍。

謝影雪：LI-NING 戰戟 9000

簡評：適合均衡型球手，控球落點準確度高，球拍控制亦相當靈活，上手相對簡單。



□「鄧謝配」鄧俊文（前）與謝影雪都使用平衡型球拍。

鄧俊文：LI-NING 戰戟 9000 POWER

簡評：兼具精準控制與強悍進攻的高階全能羽球拍，中桿回彈快速，適合高階球手。

港隊新星吳英倫教路

打法定羽球拍

攻要重 控要輕

工欲善其事，必先利其器，好的球拍就是打好羽球的第一步。坊間球拍多不勝數，仔細比較會發現重量、重心、材質、拍框及握把設計都各有不同，到底應該如何選擇？Jason笑言最重要是「夠順手」：「初學者連基本功亦未打穩，先不說球拍價格或型號，最重要是找到用得順手的球拍打好根基！我會建議先從較輕的球拍開始嘗試，熟練基本技巧後就可以慢慢摸索出自身風格，再依此選擇攻擊型、控制型或平衡型的球拍，才能做到相輔相成的效果。」

攻擊型球拍重量偏向拍頭以增強擊球力量，控制型球拍較輕方便靈活轉向應付網前或高速球，各國頂尖球手都有自己的風格及愛用球拍，不少

球迷亦會追求「偶像同款」，不過Jason直言未必有好效果：「就以港隊成員為例，即使同為男單球員，我、伍家朗及李卓耀三人都有不同風格，我與家朗屬於控制型，球

風偏向控制落點、靈活調動，選擇的球拍重量較輕；李卓耀是進攻型球手，經常以扣殺進攻得分，球拍亦較重，需要的手腕力量亦較強，若腕力不夠就無法發揮球拍威力。雙打球手亦有各自的風格與分工，如果只追求喜歡的球手所用球拍，但不適合自身風格，當然會影響表現。」

■ 吳英倫指選擇球拍最重要是適合自身風格。

球拍粗幼線有學問 高磅數考驗控球力

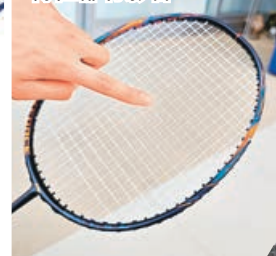
球手找到適合自身風格的羽毛球拍框後，下一步還要選擇拍線及設定磅數，才可成為真正能打球的球拍。Jason提醒拍線愈幼、磅數愈高，力量就愈強，但對球手的控球精準度亦有愈高要求，拍線亦愈容易斷，球手應量力而為。

拍線選擇和磅數設定會影響球的旋轉和



■ 球拍的握柄列有3U、4U等標示，數字愈大球拍愈重，G則代表拍柄粗幼，數字愈大拍柄愈幼。

■ 球拍的拍線粗幼與設定的磅數，對球速及旋轉性都有影響。



■ 不同類型的球拍，其平衡點都有不同。



■ Jason使用的球拍與前世界錦賽冠軍路健佑及印尼名將金廷同款。

