

# PENTAX K200D

2008全天候防水防塵數碼單鏡反光相機  
連DA18-55mm II及DA50-200mm雙鏡套裝

驚喜價 HK\$7,490  
HK\$5,990

- 10.2 Megapixels 1020萬有效像素
- SR Shake Reduction CCD防震系統
- DR Dust Removal CCD除塵系統
- SEALED 防塵防水機
- 200% DYNAMIC RANGE 動態範圍擴大
- Auto Picture 自動圖像模式
- PRIME ENGINE 高速影像處理器
- 14 bit A/D Converter 模數轉換碼後



總代理：廣成洋行  
香港總公司：香港中環皇后大道中101號廣成洋行1011室 電話：2502 2087 傳真：2501 9086  
廣州分公司：廣東省廣州市惠愛東路101號廣成洋行1011室 電話：8383 1200 傳真：8383 6209  
北京分公司：北京東直門外大街101號廣成洋行1011室 電話：6466 8888 傳真：6466 8209  
廣州分公司：廣東省廣州市惠愛東路101號廣成洋行1011室 電話：8383 1200 傳真：8383 6209



# 京奧2008 戰場內外

## 金牌教練苦樂榮辱

### 柔道教父劉永福

在中國乃至世界柔道界，無人不知劉永福。60歲高齡的他在培養了李忠雲、莊曉妍、孫福明、袁華共4屆奧運冠軍後，又在本屆奧運會將其閉門弟子楊秀麗送上女子78公斤級冠軍領獎台。他對中國柔道的貢獻無愧「教父」美譽。

從1979年組建遼寧省柔道隊開始，劉永福縱橫柔道界近30年。在1988年到2000年4屆奧運會上，劉永福培養的弟子在金牌爭奪中無一失手，獲得世界冠軍和亞洲冠軍更是多達數十次。不過，2005年江蘇十運會，他因弟子孫福明「假摔事件」受輿論批評，一度陷入沉默。其後為了北京奧運會，他頂着壓力重新擔起柔道隊總教練一職，還特意戒了酒。

◆**獨門教案：**20多年執教經歷，劉永福汲取了摔跤、中國武術、日本柔道、歐美柔道的特長，摸索出獨特的訓練方法。某國外柔道隊甚至研究其4名冠軍弟子的比賽錄影帶以作比較，無奈找不出箇中規律。

◆**語錄：**「柔道要講究道，我們的道就是要想着國家，國家利益是第一位的。我告訴隊員，為了國家要有犧牲一切的精神。」



▲柔道教父劉永福（右）及其愛徒楊秀麗

一個成功的運動員背後必定有一個偉大的教練。奧運會不僅是運動員逐夢的舞台，也是無數教練孜孜不倦渴望證明自己的地方。已故美國田徑教練奧利弗·傑克遜以率領弟子創造15項世界紀錄名垂青史；中國跳水、舉重、乒乓球、羽毛球等多支王牌隊伍多少年來為中國贏得無數榮譽，也承受過難以想像的壓力，其中可謂五味雜陳。今天讓我們走到競技場背後，擷選幾位金牌教練的故事一起分享。

### 賭命教練黃玉斌

北京奧運會前，中國體操隊總教練黃玉斌曾對媒體發過毒誓，「假如本次還是只拿一枚金牌，我就從樓上跳下去」。令人興奮的是，體操隊一共拿到9金1銀4銅，黃玉斌也以鍛造了一支橫掃世界大賽的金牌強隊，成為最有價值的體操教練。

黃玉斌曾是中國男子體操第一個世界冠軍，執教24年來，黃玉斌帶領的中國體操隊包攬過從1997年到2000年世界盃、世錦賽、奧運會所有金牌。獨在4年前的雅典遭遇「滑鐵盧」僅獲第5名，雅典之後，楊威想過退役，李小鵬腳傷難癒，整個體操隊士氣低落，黃玉斌的壓力可想而知。經過4年臥薪嘗膽，想金牌想到頭髮花白的黃玉斌終於可以揚眉吐氣了。

◆**獨門教案：**一支王牌體操隊要保持常勝的關鍵，就在變。京奧實行難度不封頂的新規則後，黃玉斌為每個隊員設計了新的高難動作。這些都成為蕭欽、鄒凱戰勝對手的獨門法寶。

◆**語錄：**「感謝你們不讓我跳樓。」

### 帶病上陣文亨哲

韓國女子射箭隊在北京奧運會射箭團體賽上實現了奧運連霸的偉業，但是她們的教練文亨哲卻一直忍受癌症的折磨。去年12月，文亨哲驗出患上甲狀腺癌，因應射箭訓練日程的需要，他的放射線治療推遲到射箭團體賽結束後的8月11日。

文亨哲從1983年開始當教練員，家裡有3個孩子。他結婚23年，在家的時間少之又少，北京奧運會前20個月裡，他在家的時間總共不到1個月。在帶隊備戰期間，他從不在隊員面前露出病態。在弟子的眼中，他是一個精力充沛的人。朴成賢在女子個人射箭項目上衛冕失敗後，他還是微笑着上前安慰弟子，這一幕感動了在場很多人。

◆**獨門教案：**韓國女子射箭隊作為6屆奧運冠軍團隊，有一套科學精準又變化多端的訓練方法，其中包括用手抓蛇、由助理教練裝扮成鬼或站在靶中心旁，訓練隊員的心理素質。

◆**語錄：**「癌症也不能阻止我們爭奪北京奧運會的金牌。」



▲父親教練瓦列里·柳金（左）及女兒娜斯佳·柳金

▲韓國隊8月10日獲得女子射箭團體賽冠軍，主教練文亨哲（左）和隊員分享喜悅（網上圖片）

### 慈父兼嚴師柳金

美國體操美女柳金在本屆奧運會上拿到女子個人全能金牌，比賽結束後，她和教練緊緊地抱在一起。這位教練其實也是她的父親——瓦列里·柳金。

祖籍俄羅斯的老柳金曾在1988年漢城奧運會上獲得兩金兩銀，這使得他在美國擁有極高名望。他的妻子安娜是一位藝術體操世界冠軍，15年前，老柳金和妻子一起移居美國。小柳金很小的時候就經常被放在體操器材上，如今她已出落成美國體操隊的新領軍人物。不過老柳金知道，女兒還要參加更多比賽來「追趕」他創下的成績。

◆**獨門教案：**榜樣的力量是無窮的，柳金的睡房展板上掛着她父親的兩枚奧運金牌，每天早上醒來，她都能看到，這給了她很大的動力。「勝過爸爸」是柳金奪金的最大動力。

◆**語錄：**「柳金的個人全能金牌彌補了我在奧運會上的遺憾，這種感覺並不是每個人都能形容。」

## 從細節看京奧促進法治

### 奧運漫筆

本報記者 張少威

昨天，在「水立方」採訪韻律泳，我見到一名記者為要看清楚一點，坐在比較低層的記者席上，他面前的桌上貼有一家外國報社的標記。一名工作人員走過去提醒他：「對不起，這是付費記者席，您不是XX報社的記者，請您到上面的文字記者席。」這樣的場面在奧運場館內屢見不鮮。

奧運場館為記者提供的席位有一部分是「不對號入座」的，先到先得，另一部分則是由媒體預先購買的好座位。對這種做法的爭議始終存在，因為發達國家的傳

媒有能力買下好座位，多數發展中國家無法與之競爭，這有違平等競爭原則。不過，國際奧委會和奧運主辦城市都希望盡可能增加收入，因此才賣掉部分記者席，而被賣出的座位即使是空着，也不准其他記者坐。

### 一點一滴推廣法治

這裡體現的是對契約精神的尊重，既然奧組委向某家媒體收了費，便應盡力保護這家媒體的利益，因此場館工作人員（絕大多數是來做義工的大學生）都認真執行規定。有人可能認為這樣做是「合理不合法」，或者不近人情，但我覺得這樣做很有必要，因為我們的社會人治太多、法治太少，應當從一點一滴推廣法治精神。

有些記者聽從「提醒」，另找座位觀看比賽；也有一些記者在離開前要先與工作人員爭辯一番，甚至抱怨與咆哮。義工耐心勸說記者的場面令我感動，因為我知道，這些獨生子女在家中都是驕子嬌女，如今卻冒着酷暑來支持奧運，這已經很不容易，更何況還要用微笑來應對個別記者的怒目。可以肯定，這種「修煉」對他們今後走入社會一定會有莫大幫助。

### 京奧有助法治建設

從很多細節上可以看出北京奧組委是非常認真地履行承諾，「遵守遊戲規則」。在奧運場館範圍內，只有合作夥伴（贊助商）可以展示品牌，其他商標則必須遮

住。正因如此，在奧運場館和新聞中心廁所內的便器上，原有的商標以膠布遮蓋（儘管不雅觀），不見了生產廠家的名字；為適應各國不同的制式，奧組委發給每名記者一個萬能電源轉換插頭，上面的商標也被膠紙遮蓋，而且連說明書上的廠家名稱都被事先以墨筆塗黑。行駛於北京街頭的巴士，車身上都是奧運合作夥伴的廣告；所有售賣奧運專利商品的店家均只接受贊助京奧的VISA卡。

這一切顯示出中國有能力貫徹法治精神，同時也證明北京奧運會將有助中國的法治建設。中國民衆和國際社會最希望見到這種勢頭持續下去，令中國早日成為法治國家，進一步增強中國的軟實力。

【本報北京二十一日電】

● **金牌人語** ● 2004年雅典奧運鞍馬冠軍滕海濱談男團失利：「簡直是煎熬，每天都在鬱悶中度過，但不斷提醒自己堅強，即使經歷了這樣的困難，我們中國體操男團還是最堅強的。」



瑞士 時添雅



Tel: (852) 2744 3193 www.sultana.ch