

滑雪會刊

(11)

會內刊物

中華民國六十三年十二月五日

中華民國滑雪協會

臺灣省體育會滑雪協會

發行人：沈家銘

會址：臺北市龍江街50號A

電話：七一四一五〇

(本刊在申請登記中)



滑雪協會推動這項新興的戶外活動，因此合歡山的滑雪環境也為此逐漸擴充。今天，在合歡山上不但有高級滑雪場、初級滑雪場、電動纜車，先後也建成了松雪樓、合歡山莊。明年（六四），林務局將在松雪樓右側下坡落成一座兩層的滑雪訓練中心，專供滑雪協會推展滑雪活動使用。目睹那些設備完成，以及每年的滑雪訓練營一個梯隊一個梯隊不斷的上山，在雪花飄飄下，過着多彩多姿的生活，確實，許多人是意想不到的。

這幾年來，合歡山改變是如何的神速，步上軌道如何的快捷。由於我們滑雪協會加強與國際間滑雪的關係，逐年都有派遣幹部到日本、歐洲各國參加訓練和比賽，培養新的人才，這些種子，在國內已經漸漸的分佈，漸漸的發芽。說起來，滑雪協會對於國內滑雪運動發展的成就，不但受到了社會的重視，也得到許多年青朋友的愛戴；更是領導者和許多幹部，都具有無比信心，積極地使冬季活動期中，滑雪運動

在合歡山上能夠收到宏大的效果

，他們已經發揮自己所有的力量
，默默的在耕耘着。

去看合歡山的今天，回想過去，由荒涼地帶一直到現在有許多滑雪的設施，中間不知費了多少人的心血，多少人的心力，那的確是一段艱辛的歷程！

臺灣是處於經年長春的氣候，如果沒有合歡山，要想達成推展滑雪運動的目的，無疑是很困難的。每年在新正前後，就有無數的青年男女，活躍在合歡山上，領略到真正嚴冬的氣息，滑雪運動最近十年來，如此在合歡山上一直在成長着。

滑雪協會，這幾年中竭盡心力，負起這艱鉅的責任，為着許多青年男女開闢了大家所嚮往，在合歡山上冬季裡的新天地。臺灣省林務局發展森林遊樂；

合歡山滑雪又步進 新的里程

駐會常務理事 林湜

合歡山上新的滑雪訓練中心，將於六十四年滑雪訓練營開始呈現在各梯隊會員之前，這所滑雪訓練中心，一切設施都合乎理想，更適應於滑雪訓練使用，相信給我們精神的鼓勵，可以說又步進了新的里程，我們會把握住

這好的環境，所有幹部將更能够為滑雪協會的活動發揮到最高的境界。

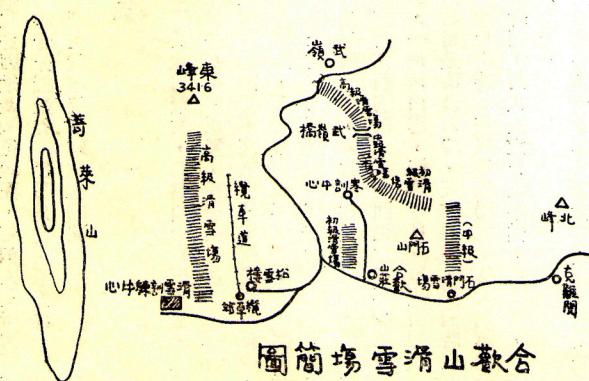


圖 簡 易 滑 雪 場 合 欢 山

行記練訓歐赴



• 義明翁 •

二、最苦的飛航

下午五點（曼谷時間四點）開始這長途的飛航，八點四十抵新德里，九時五十分再度向德黑蘭前進，一起飛又是一餐美好正餐，餐後機長宣佈此一行程有四、〇四八公里需時四個鐘點，並可開始睡覺，宣佈完畢，燈光逐漸減少，雖沒什麼活動，坐了大半天却已是昏昏欲睡，還好旅客並不算多，若大的機倉才只有十八人，一個人坐三個位置仍屬正常，乃將坐位間隔的扶把拿去，做個甜美的夢。半睡中被喚醒，原來已抵德黑蘭上空，要我們扣上安全帶，順手推開窗帘向下望。哇！所望的一片全是整齊排列的油庫，中間也立了不少正冒著熊熊烈火的黑管子。跑道旁全是積雪，一堆堆白雪，清晰可見。可想而知氣溫一定較臺灣低。一直在黑夜中航行到羅馬是清晨六時，天才佛曉，臺灣時間是廿七日的中午一時十分，在飛機上已近卅小時，在羅馬機場要轉意大利航空公司一點廿分的班機，仍有一段相當的時間，兩人決定先吃早點，再辦事，並選了些漂亮風景卡，寄回來向會裡大人請安。

元月廿六日清早，帶著沈重行李和裝備到機場跟吳紘道會合，也許大年初出遊人多或松山已屬國際要站，雖是早晨七點鐘，却已「車如流水，人如蟻」。兩人會合即展開手續處理，也見全國體協金秘書來送行，跟我們一一握別，並一再囑咐自己保重身體，克苦完成任務，就這樣的步上旅途。

我們搭華航經西貢到曼谷轉日航經新德里、德黑蘭、開羅、雅典到羅馬再

轉意大利航空公司直飛維也納，全程一萬六千七百十一公里，中途每到一站可以下機透氣，而飛機也加油，下機休息可以說是最樂的事了，人總是陸生「動物」不能離開土氣太久，否則，頭昏昏腦沉沉。又另一原因是飛機一起飛又有餐點送來（哈哈！別笑，說不定有一天諸君也要嚐嚐這種滋味——除非您老兄提袋中裝滿了餅干和蜜餞。）八點卅分自臺北起飛，天氣晴朗，所以在窗口經

常可見飛絮飄過，簡直是把自己帶進了仙境——騰雲駕霧。在西貢上空見到翠綠叢林滿目瘡痍，一個個黃土色大圈圈，我想當直昇機升降場是非常適合的，原

來那是幾千萬磅炸彈的傑作！著陸後也許因她是戰亂地區，每個人及所帶行李均遭最嚴密的檢查始得進入。下午一時廿分抵曼谷，曼谷是東南亞大城，每天所經過航機，遊客不下數萬，辦妥手續也就等待下段航程的開始。

維也納，世界音樂之都，在夏天到處有露天音樂演奏會的設置，只要您有興趣、時間，可以不花錢在演奏台前盡情欣賞。在平時您也可花十個奧國先令到歌劇院買張學生票，擠在人羣中，站上幾個小時，其近郊更有不少具歷史性的名勝，如瑪利亞所建的夏宮曾是拿破崙的指揮部、歐洲民族發源地的多瑙河、以烤鷄出名的維也納森林……真是不勝枚舉。我們在維也納停留一週辦理各國簽證，以利下段行程的進行。

茵斯布魯克是世界滑雪勝地，也是一九七六年冬季奧運所在地，更是我滑以下機透氣，而飛機也加油，下機休息可以說是最樂的事了，人總是陸生「動物」不能離開土氣太久，否則，頭昏昏腦沉沉。又另一原因是飛機一起飛又有餐點送來（哈哈！別笑，說不定有一天諸君也要嚐嚐這種滋味——除非您老兄提袋中裝滿了餅干和蜜餞。）八點卅分自臺北起飛，天氣晴朗，所以在窗口經常可見飛絮飄過，簡直是把自己帶進了仙境——騰雲駕霧。在西貢上空見到翠綠叢林滿目瘡痍，一個個黃土色大圈圈，我想當直昇機升降場是非常適合的，原

費用專程跑到製造廠去買雪板，一來可挑最佳器材，再者可買到對折，且讓外國人知道我們雖環境不佳，却有無比雄心，常派選手去吸取新知識，新技術。

回程順道拜訪了前年認識的朋友，見面時有如分離多年老友重逢，甚是親切，並要挽留稍住。但我們情況不允許，我們不敢忘記我們此行的目的，故不能拖延，但最後我們也答應訓練後有假期才去打擾，他們却用車子專程送我們回茵斯布魯克。

訓練是由奧地利滑雪協會安排，第一階段在西費爾德。訓練進度以奧國青年隊為準，奧國教練要我們由基本動作從頭打起，再將份量慢慢加重，預定第一週基本動作的定型，第二週由每天廿公里增至四〇公里。結果奧籍教練對我們進度感到非常驚訝，第一週進度我們已進入第二週課程。第二週我們則每天滑五〇公里，一天下來都要換兩次衣服，早晨一件出來，中午就已濕透必需換下來，用清水沖洗後就晾於暖器上，待下午回來已乾了，再度換一次。這位教練他不收我們費用，我們則經常送些紀念品給他，後來因他另有學生而我們也可自行練習，他就暫時離去，每天不定時來看我們，每天我們必需視雪況打臘休息。當晚教練為使我們心情放鬆，逼我們到餐廳去聽音樂、喝咖啡，到十二時始准我們回去睡覺，並囑咐次日一切必需正常。

二月廿三日是西費爾德地區性的廿五公里越野賽，有瑞典人、意大利人、法國人、德國人以及奧國人加上我們兩人計二百十二人參加。比賽前一天，教練要我們只做十公里的練習，然後回來把雪板上的臘全部清除，即令我們回去休息。當晚教練為使我們心情放鬆，逼我們到餐廳去聽音樂、喝咖啡，到十二時始准我們回去睡覺，並囑咐次日一切必需正常。

點。吳紓道是卅四號同分於第一組，一出發兩人就分散各自向前衝。在第一圈我會有兩次的失誤，一是跌倒，二是雪板故障，我很快的排除繼續猛追，中途教練帶來自製熱的甜紅茶檸檬汁。每當我們兩人一到馬上以紙杯裝了半杯遞給我們，這是我們此次比賽成績來源，喝了熱紅茶檸檬汁，使全身舒暢有新力再生，廿五公里跑完全身濕透，將記錄卡交給了工作人員，就準備回去換衣服，却有幾個奧國朋友來要求合照，遂當起模特兒了。直至十二時半成績發佈，我以一小時四十七分完成，吳紓道一小時五十七分完成分獲十三、十七名，而取得了一面金牌。此後在西費爾德我們已不用再經常向人說明我們是中國人，且經常會有人自動替我們介紹。所以在西費爾德我們是最受歡迎的外國人，真是替國家做了一個成功的國民外交。

二月十七日我們擬到法國拜會滑雪協會，現代五項理事長，並順道溜覽了巴黎美景，在巴黎停了一週，在廿三日晚上搭夜車經慕尼黑返奧國，在慕尼黑也順道觀覽了一九七二年的奧林匹克運動場，那是個宏偉建築，全以鋼纜、玻璃建成，光線樣樣是世界最新設計，也真讓我們飽了眼福。三月廿六日我們又開始集訓，向著我們目標前進，奔向新的里程。

稿 約

一、本刊每逢三、六、九、十二月十五日各出版一期，歡迎各位會友賜稿，凡有關滑雪運動，山寒常識，會友聚會、活動花絮，人物介紹等文章或漫畫均所歡迎；也歡迎具特殊價值的旅遊介紹文稿，文體不拘，附有照片或插圖者更佳。

二、我們準備了大批精美紀念品做為稿酬。

三、來稿保證原件退還。

四、請用稿紙撰寫，並在封套上註明「稿件」字樣，寄臺北市龍江街五〇號A陳志慈收。



滑雪動漫說

(二)

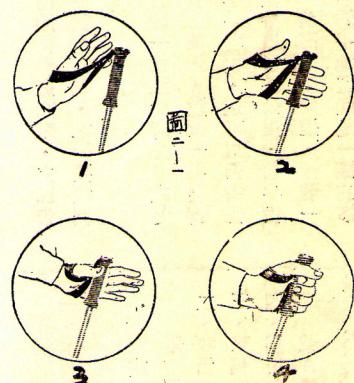
陳雲銘

葉永興

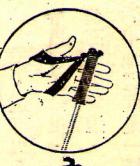
- (一) 在平地上之技術
1. 步行：穿上雪板最初動作就是步行，滑雪的步行是雪板不要離開雪面，一步一步的滑走前進，就如同普通的步行一樣，步行的目的，就是要使學者能適應滑雪的用具，借以熟練對雪板之操作，學者在平地上最好作彎曲路線的滑步，或稍有起伏的地形上滑步，以作雪板雪杖操作，體重移動，與平衡方法之練習，步行有下列應注意事項：
 - ① 滑雪前應作裝備之檢查，並注意雪杖手皮之正確套法，(見圖二之一)
 - ② 雪板盡量避免離開地面。
 - ③ 雪杖以靠近身側的位置操作，忌在前方或側方大旋擺。
 - ④ 初學者之使用雪杖其所挿位置往往在前方，應盡量改在後方。
 - ⑤ 避免突起臀部，腰部要盡量往前移。(圖二之一)



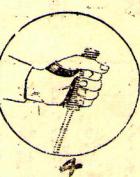
勢姿基本的行步 二之二圖



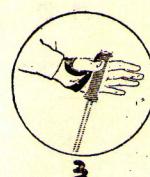
圖二一



1



2



3

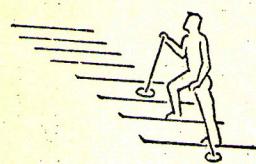
法套皮手杖雪的確正

2. 滑行：滑行是用兩雪杖向後推動，產生推動力，以自己的力量將雪板向前加速滑行前進，初學者對平地滑行之開始，選擇稍有斜度的地形遠較在平坦地形容易加速行進中使用，此法的一般要領與刀式溜冰與四輪式溜冰同，其雪板踏出時雪板向外斜踢，以雪板內角緣踢雪左右互換滑行，雪板滑行方向一左一右中，自身的重心亦隨之一左一右的變更，手如同平時之步行與腳作相反的活動，在溜冰法中亦可同時使用雪板以增加速度。(圖二之三)
3. 溜冰法：(Skating) 溜冰法與脚步變換的踢雪相同，左右連續運用進行，在稍有斜度之雪面或平地上之行之開始，選擇稍有斜度的地形遠較在平坦地形容易加速行進中使用，此法的一般要領與刀式溜冰與四輪式溜冰同，其雪板踏出時雪板向外斜踢，以雪板內角緣踢雪左右互換滑行，雪板滑行方向一左一右中，自身的重心亦隨之一左一右的變更，手如同平時之步行與腳作相反的活動，在溜冰法中亦可同時使用雪板以增加速度。(圖二之三)

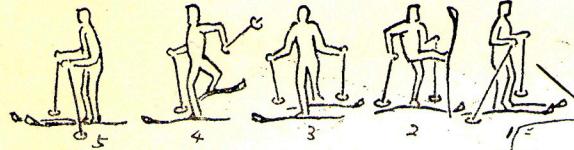
- (一) 登行技術：現代化的滑雪纜車雖然可節省不少上登爬行的勞力，但「登行」在滑雪上仍是十分重要，在技術上一則可練習雪板角緣之豎立，二則藉登行可作為滑雪前的暖身運動。登行可分下列數種方法：
- ① 直登法，一種和步行沒有兩樣的直線往上走法——其適用於較緩和之斜面。
 - ② 開腳登法——兩雪板的前端分開如V字，並利用雪杖交互支撑，一步步往上走，此法用於較急之斜坡，很費力的。(見圖二之四)
 - ③ 梯階法：如同橫着身體登樓梯，一階一階的往上橫登，此法適用於最急之斜坡。(見圖二之五)
 - ④ 斜登法：通常較為一般人所使用，此不受斜面傾斜程度與變化之影響，此法有點類似梯階登法與直登法，是在斜面



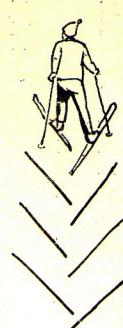
法階梯 五之二圖



法登斜 六之二圖



換變向方 七之二圖



四之二圖
法登腳開



圖二之三 溜冰法



(三) 方向變換：在雪場上因為穿着雪板變換方向不易，除了用一種碎步移動變換方向外另一種較有機動性的變換方法是踢轉法，此法首先將兩雪杖插進前方，兩雪板並排站立，先將轉向之雪板稍作後拉，帶着反作用盡量高踢後置雪板尾端於雪上成豎立狀，再將同側之雪杖移至另一雪板尾端外側之後，豎立的雪板回轉半圈與另一雪板成逆方向的平行靠攏，回轉後的雪板站穩後，在原位置的雪杖開始移至新方向，同時亦將在原位置的雪板自 180 度對着新方向的雪板靠攏。（見圖二之七）

四直滑降：直滑降者乃由斜面上垂直向下滑行技術之稱，此項技術為滑雪技術之基本，故在滑雪練習中，對直滑降的基本姿勢應有正確的學習。

直滑降時上身要輕柔，而保持接近直立，腰、膝、腳、踝均富有彈性的輕彎，姿勢並非始終固定，全身筋肉以最省力的限度產生功效，以保持平衡並作應付外力之用。

滑雪是一種平衡與音律的運動，以腰部為中心，將腰的位置正確固定，絕不偏向前後或左右，所謂「以腰滑行」的感覺最為重要，因此上身避免過於前傾，而將腳踝深彎，使感覺是腰部幾乎位於富有彈性的腳跟與膝蓋之上。

在直滑降的姿勢上，應避免使用超越程度的力氣，同時對複雜的地型與雪質，或者突然發生的障礙，都要以高度的警覺與敏感的反應來應付，易言之，在長時間的滑行而不疲乏，具有廣闊的視界，對雪面複雜高低不平的變化均能越過。

，以及對障礙物能轉變方向或停止，都有敏捷的動作產生才能符合要求。

初次滑雪者，由於防禦的本能，容易使臀部突出，腳部成為僵硬的姿勢。為防止這種缺點，開始時將雪板平行並排，作極短距離的躍放，或將腰、膝、腳踝全部彎下，蹲於雪板上滑行，或在緩慢之斜面上滑行，使其對滑行不再存有恐怖感而且能習慣。

直滑降的基本要領：

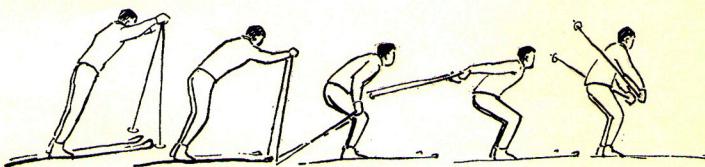
兩雪板並排，初學者兩雪板間隔二十公分為宜，腳踝下彎同時膝蓋前移，上身前傾半蹲。重力置於腳底中央略前方，並將體重均分於兩雪板上。手肘稍彎離身少許，藉以保持平衡。雪杖持用在隨時能產生動作的位置。以此姿勢作斜面最大傾斜線的滑行。

斜面越急速度越快，因此腳踝的彎度應隨之加大，膝蓋與腰部的向前能增加上身的傾斜。

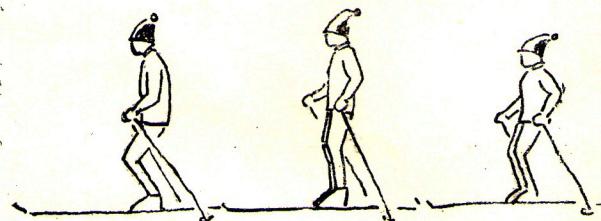
由緩斜面進入急斜面時，上身應逐漸蹲下，亦應逐漸前傾。再進入緩斜面時，相反的站起，成較高的姿勢。當進入平坦面之瞬間，應移出任一雪板，以防止重壓成傷。

越過多數波狀的起伏面時，在波底時應站立成高姿勢，在波頂時應蹲下成低姿勢，這樣就可以減少身體重心的上下跳動。

波狀激烈時，在波底應快速站立，更高的波狀時，在波底跳上同時加入膝蓋彎度並增加前傾，向波頂着地時可避免被彈出。（以上請參看圖二一八・二一九・二一十）

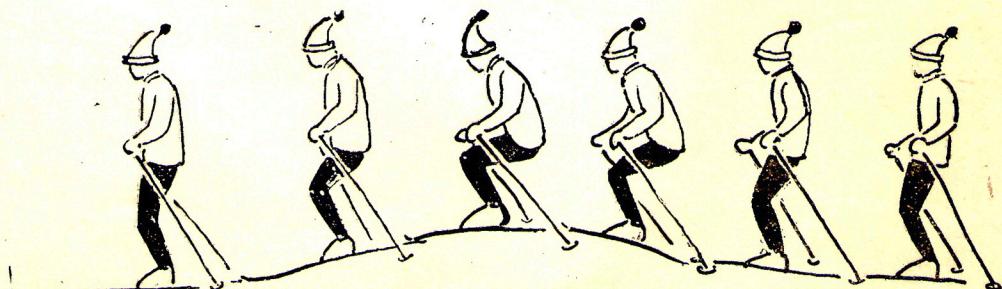
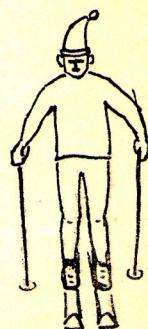


勢姿基本行滑進推



練習伸曲之膝降滑直 九之二圖

圖二之六 直滑降基本姿勢



置外之膝與心重型地起凸遇降滑直 十之二圖

六十四年合歡山滑雪訓練營活動日程表

三 第		日 二 第		日 一 第		日期
		時間	課 目 與 進 度	時間	課 目 與 進 度	日期
08:30 至 11:30		19:30 至 21:30	14:30 至 17:00	06:30 至	19:30 至 21:00	16:00 至 18:00
七六五 、 全斜直滑降法 制動降 降、	四三二 、 方步行 向變換 直登、 換登、 開腳登、	滑雪訓練 寒地常識	一、環境介紹 二、滑雪基本動作、器材使用法講解	整裝出發——上山	一、聯誼座談會 二、山上概況介紹 三、授旗	隊員報到
	講解示範與 實地操作	基本滑雪場	實地介紹 寒訓中心 滑雪訓練中心	專車送上山 鳶峯以上徒步 健行八公里 合歡山	由梯隊領隊 主持	對面(公路局站 至埔里自行乘車 日月旅社 埔里
日 五 第		日 四 第		日		日期
		時間	課 目 與 進 度	時間	課 目 與 進 度	日期
至	07:00 至 12:00	19:30 至 21:30	14:00 至 16:30	08:30 至 11:30	19:30 至 21:00	14:00 至 16:30
	埔里解散	整裝出發——下山	一、惜別晚會 二、等級章授予	滑雪訓練 一、滑雪暖身操 二、半制動轉彎 三、自由滑降	一、幻燈片欣賞 二、滑雪基本動作影片欣賞	滑雪訓練 一、滑雪暖身操 二、全制動複習 三、全制動轉彎
		專車接下山	由各梯隊領 隊主持	講解示範與 實地操作	影片教學	講解示範與 實地操作
		步行約八公里 至鳶峯	滑雪訓練中心	基本滑雪場	滑雪訓練中心	基本滑雪場

附記：本表所列課目與進度為一般初級組課程，各梯隊視實際需要經在營幹部會議決議得增設中級組分組訓練，課程另訂。

合歡山滑雪營等級檢定辦法

一、檢定資格：凡具有中華民國滑雪協會會員身份者，均可報名接受檢定。

二、檢定時間：

(1) 四、五級之等級檢定，配合於每梯次（隊）結訓前一天實施。

(2) 三級以上之等級檢定，於幹訓結訓前一天實施。

三、報名手續：凡欲參加等級檢定之會員，應於合歡山滑雪訓練營（梯隊）結訓前一天，持會員證和檢定費用，向各梯隊隊長報名，由隊長彙齊後，交營本部辦理。

四、檢定項目：

項目	級別			
	一級	二級	三級	四級
〔1〕直滑降	■ ■ ■			
〔2〕全制動轉彎		■ ■ ■		
〔3〕橫滑		■ ■ ■		
〔4〕斜滑			■ ■ ■	
〔5〕半制動轉彎				■ ■ ■
〔6〕併腳轉彎				
〔7〕連續小回轉				
〔8〕綜合滑降				

而以評分之高低分等級。三級之檢定則單獨進行。

3. 每單項之總分為一百分計算。

4. 一、二級之判定標準為，應考三項目之總分在二二〇分以上，也就是平均七十分以上者，授予一級章。而平均六十分到六十九分者，判為二級。

5. 三級之判定標準為，應考三項目之平均為七十分以上為合格。

6. 四、五級判定標準，則視其姿勢，雪板操縱之優否而判定之。

7. 每單項之測驗，可滑二次而取其最理想之一次計分之。

8. 不得越級報名檢定。

六、檢定之內容：

(1) 四、五級

斜滑	場地		(3) 一、二級
	方法	(1) 20m×30m之不整地型 (2) 20°—30°急斜面	
半制動轉彎	方法	(1) 單双脚之斜滑 (2) 10°—20°之中斜坡	
併腳轉	方法	(1) 左右各連續三個	
連續小回轉	方法	(1) 左右各連續三個	
綜合滑降	方法	(1) 東峯纜車之終點到起點 (2) 自由滑降、滑道之選擇、速度之控制	

七、斜面之說明：

1. 十度以下謂之緩斜面（坡）。

2. 十度—二十度謂之中斜面（坡）。

3. 二十度以上謂之急斜面。

4. 三種斜面均包括者謂之綜合斜面。

七、檢定費用及檢定教練人數：

級別	檢定費	檢定教練人數	備註
五級	三〇元	一位	檢定費包括合
四級	三〇元	一位	格證章費用。
三級	五〇元	三位	
二級	五〇元	三位	
五級	五〇元	三位	

- 等級記分錄取標準：
 - 等級之檢定，應由滑雪協會指定之專人進行檢定。
 - 一、二級或四、五級之檢定，須同時進行，

五、等級記分錄取標準：

1. 等級之檢定，應由滑雪協會指定之專人進行檢定。

2. 一、二級或四、五級之檢定，須同時進行，

八、合格章頒發：

(一)一級檢定合格者，其一級章由理事長親自頒發。

(二)二級檢定合格者，其二級章由總幹事親自頒發。

(三)三級以下檢定合格者，其等級章於結訓前一天之惜別晚會上，由營主任頒發。

一、合格名單之公佈：等級檢定合格者，除結訓前一天之惜別晚會上公佈該次檢定合格之名單外，於年度合歡山滑雪訓練營活動全部結束後之最近一期會刊上公佈全部名單。

附註：三級（含）以上合格者，均須參加本會所辦之雪地傷害急救訓練班。

滑 雪 場 安 全 守 則

這裏所要說的，是每一個從事滑雪運動者，在滑雪場應注意的禮貌與道德，也是一個好的滑雪者，時時刻刻應牢記內心的十誠。

一、滑雪前，不但需檢查自己的用具，尚應先作足夠之暖身運動，讓身體各部份的關節，先能活動一下，因滑雪是一種表面看不出來的激烈運動。

二、初學滑雪的人，應遵從指導員或教練的指示，在規定的場地練習，勿在超出自己技術範圍外的斜坡上滑降，以免發生危險。

三、在雪場上摔倒時，雪面往往會凹下一個洞，此時滑雪者應先將其填平，再行離去。

四、爬坡時，需穿着雪板上坡，雖然脫掉雪板上坡較快，但很容易將場地踏得到處是小坑，這樣使整個場地，看起來不但不美觀，而且直接威脅著滑雪者的安全。

五、爬坡時，應儘量靠着滑道的兩邊上坡，勿行或停於滑道中間，這樣不但不會妨礙別人滑降，同時可以避免上方下來的人，因無法控制速度而相撞。

六、在滑雪場上，如發現其他隊員受傷或發生意外時，應立刻告知於指導員或教練。

七、略感疲倦時，應立即停止練習，勿超出手自己的體力範圍。因滑雪中，意外的發生，百分之九十以上均是在過度疲勞而不自覺的情況下發生。

八、雪杖、雪板折斷時，或吃剩下的果皮、雜物等等，勿丟棄於滑道中。

九、當發現雪板脫落，而朝著有人的地方衝下時，請記得要大聲的喊（不要不好意思），讓坡下的人注意，並能迅速的躲開，且自己如沒有把握讓衝下來的雪板停住的話，就讓它去吧！因衝下來的雪板，往往速度及衝力都很大。

十、最後請牢記，上滑雪場有如搭長途公路車，應先上洗手間一趟，否則雪場上是沒有這個設備的。

敬 告 热 情 的 滑 雪 會 員 伙 伴 們：

本滑雪俱樂部慎重的向您推薦合歡山之寶——安家溫暖器、好熱情溫暖器。

實業社專門為您設計的產品，您今年有了「她」，一定使您驚奇與高興，「她」能帶給您更愉快而溫暖的合歡之旅，使您回味無窮。凡

市 價 八 好 暖 器 情 溫 器 員 會 六 十 四 元

品，您今年有了「她」，一定能帶給您更愉快而溫暖的合歡之旅，使您回味無窮。凡本會會員均可享受八折優待，因產品有限，每一會員限購兩具。憑會員證，向下列處所洽購：

一、滑雪協會黃小姐電話：七二四一五〇

二、合歡山訓練營諸位幹部。

三、埔里日月旅社。

四、臺北縣林口鄉粉寮路七二之五號十泰實業社電話：六〇一二六六



市 價 八 好 暖 器 情 溫 器 員 會 六 十 四 元

市 價 五〇〇〇二 品 價 〇〇〇〇二 元

會

務

零

訊

資料室

領隊雜感

何 榮 吉

國六十二年初，當獲知此職，心
裡頭是喜憂參半，喜的是自己有
了機會來為朋友們服務，憂的是

我這個毫無經驗的新手，是否能
勝任，是否能讓大家快快樂樂地

來，平平安安地回家？要不是有

個聲音一直對着自己說：「一定

要不畏難的來為朋友們服務，只要有信心，就可做好。」就在這種激勵下，上任了。或許是老天爺，特別照顧我這個新手，沒有出特別的難題給我，一切都非常的如意而美好，學員們也能懷着甜甜蜜蜜的心情回家，並且私下均紛紛表示，下次還要來。第一次領隊癟，就這樣結束，雖然每天過着戰戰兢兢的生活，但看到學員們樂融融地相處，難捨難分的樣子，也就獲得無上的欣慰，而重燃下次再幹的信心。

第一次領隊，雖有了一次的經驗，緊張的情緒，雖然少了些，但是老天爺，已不再全力照顧這個自以為老手的我了。首先遭遇到的大難題就是一下雪太少，原來開闢的雪場，已無法使用，看樣子，大家要乘興而來，敗興而回了，最後，會裡決定以人定勝天的意念，來克服這最基本的問題。在教練們萬能的雙手，以克難的方式，費了好大的功夫，終於在東峯上闢出一塊狹長的地帶權充雪場，並且每天加開四趟纜車，接送學員，難題，就在大家同心協力之下克服了。

首日，一切均很順利，大夥兒，也高高興興的上去，快快樂樂的下來，尤其對於既會滑雪又能够有搭纜車之癮頭（大部學員均第一次），既可欣賞加的幹部希把握時機報名。
△本會新設計幹部工作服每件七〇〇元，由協會補助一半，有意訂購幹部請預先登記。

△六十四年度合歡山滑雪訓練營及旅遊活動，均自十二月五日起至三十日止接受報名，活動期間如下：

△旅遊隊：自十二月廿八日起至六十四年元月五日止分五梯隊實施。
△訓練營：自六十四年元月十三日起至二月廿八日止分十五個梯隊實施。

△年來因物價波動，本會會員常年會費及新會員入會費均調整為新臺幣五十元。

△本會新設計會員登記卡及會員證已開始使用，登記卡簡便適用，有助爾後會籍之管理；會員證玲瓏美觀，定能獲得會員之喜愛。

△本會滑雪訓練等級檢定辦法已由葉永興擬定完成，將於六十四年度起實施，詳細請翻閱本期有文。

△近幾月來，由於全體幹部的協力合作，本會各項器材、書籍等均已整理編號完畢，今後對於各項財產書籍之管理及運用將可循軌去做。

△十月十六日及十一月四日，本會幹部多人會同林務局人員兩度上合歡山勘察滑雪訓練中心新建工程，沿途並聯繫有關交通、住宿等問題，已為六十四年度活動做好先鋒工作。

△翁明義、沈立謙二人，於十一月下旬啓程前往歐洲，他們此行行程及任務如下：

一、赴奧國受訓並參加年二月六日及八日的一九七六年國際奧運賽。
二、二月八日從奧國賽後，即專車赴義大利報到，參加世界杯滑雪越野射擊賽。

三、二月廿三日赴法國參加國際個人越野射擊賽。
四、二月廿八日至三月二日，到芬蘭參加七十五公里越野賽。

△本會儲備選手及代訓雪操儲備選手報名已於十一月底截止，預定於十二月七日舉行體能測驗，將錄取滑雪十二名，於六四年合歡山滑雪活動期間，集中訓練四週。上列儲備選手將以參加一九八〇年國際冬奧運為目標。

△為聯絡會員間情感，本會在十月六日假南港湖濱公園舉行郊遊會師活動，由六二年第二十二梯隊隊長宋光宇招集全體會員友緣豆湯後，展開活動。午餐是會友自己動手做的米粉湯，故事，笑話等，並作十八羅漢洞進行活動。

△為加強本會組織，提高幹部技術水準，並配合合歡山滑雪訓練活動，將幹部按歷年在國內外受訓，依其技術分教練、助教，其餘幹部皆列為輔導員，名單如下：

一、教練：陳雲銘、黃柳宗、林青欽、翁明義、梁仁貴、吳光隆、葉永興、黃維中、詹火旺、吳紘道、劉安中、賈國樑、李健雄、張明泉、陳梅芳（女）等計十五員。
二、助教：陳輝煌、陳輝燦、陳鴻、沈立謙、朱宗興、陳道年、謝偉成、王邵永秋、陳宇鎮、蔡進福、廖宗和、廖宗仁、計十二員。
三、輔導員：陳志慈、白中發、羅基齡、周九如、徐華文、蔡坤修、林明達、王立羣、梁仁能、呂明峰、王健之、沈立德、林青欽、宋光宇、盧人姪、張光裕、杜明和、盧健雄、詹精修、吳明德、蔡坤山、賴重明、盧純、黃采穎、張致政、楊秀卿、陳倚蒂、葉裕美、厲智、周文璣、周台珠、郭淑華、吳英鶯、黃慧玲、柯翠華、計三十六員。

△理事長對全體幹部服務狀況向極關心。最近，為了更進一步瞭解，每次幹部會議之後，均查閱了出

△為便於幹部勵練滑雪技術，特於滑雪訓練營第十梯隊內保留二〇個名額提供幹部上山機會，有意參

加的幹部希把握時機報名。

△本會新設計幹部工作服每件七〇〇元，由協會補助一半，有意訂購幹部請預先登記。



△陳雲銘除了是本會副總幹事外，也是本會「住」會幹

幹事部，前一陣子報紙登了一則消息，說是雪橇選手報名日期在十月廿日，大概忘了那天是禮拜天，只害得他一個二小時的

午睡被電話吵醒了四次，引發了他的靈感：「下一次上山，若叫我碰上了，定要他多爬幾次山，以消心頭之氣！」

△柯翠華得了空閒就住會裡跑，她最喜歡熱鬧，見到會裡人少了就要皺眉頭，各位仁兄仁姊請多抽空，到會裡來陪她，解解她的眉。

△見報上消息，歐洲已雪深二〇公分，蔡瓜不禁精神為之一振，他日合歡山寒門一開，那怕先餓他五天，他定仍可一口氣直衝東峯。

△在陸戰隊的翁明義，當然已學會了游泳，尤其自式是最成功的了，速度奇快！就是有些像潛水艇，可有人要向他請教？

△林明達自七月畢業後，因等召集令在家虛耗了一個月青春，如今總算宿願得償，當空軍去了，他向各位暫時告別，並祝福各位，讓我們也在此祝他從軍快樂。

△樂山伯是誰？左營進學路十一號便知，樂山伯每天都想念着大家。他說信封上別忘了寫「梁仁貴」三字。
△陳蓓帶祝大家「百事可樂」。

△黃柳示總算回到臺北工專上夜間部去了，原

在宜蘭的工作只得停薪留職，現在天天在會裡抄呀寫呀敲呀打呀的，從不叫苦，只是當要他提供稿件時，毛病就來了，什麼學校要考試啦，情緒不佳啦

……他現在還沒找到工作，把老家的房子都快吃光了！

△上一次幹部會議之後，羅基雄迫不急待的趕快做了一夢；埔里到合歡山已經鋪好了一條高速公路。他徵求這一次開山門後第一批到合歡山去的伙伴。

△何榮吉：屏東七二〇二附一信箱，請指教。

△明義和阿柳組成了長跑隊，每天早晨六點往返機場，只要十八分鐘，起點當然是本會辦公室，現成績仍在進步中，歡迎參加。

△厲智最近擁有了新車一部，並已取得駕駛執照。她要試試它除了趕路，兜風之外，還有甚麼派場。哦，有了！前幾天她就到會裡，把一堆衣服統統給送到台大洗衣部去洗呢。

△上一次在山上，一位女學員跟我說：「那個

人好好玩喔！你看那矮矮的身裁挺了個大肚子（多穿了些衣服），紅冬冬的臉蛋，頂帶絨球的毛線帽，滿臉漾着和藹的笑容，走路一搖三擺的，真像『耶誕老人』，那是誰呢？」『那是光棍羣中頂頂有名的蔡老道蔡伯武啊！』我說。

△也是山上的事，一位男學員被分在上舖，行

李有滿滿兩大包，上得床，只聽他：「誰有空，拜託把那件東西甩上來。」不到三分鐘，又聽：「拜託！幫我拿……」最初大家想，即然是『同居』，就服務一下吧，那知他拜託個沒完。你聽他又在拜託了！「我們寧願不被人拜託，對不起啊，先生！」

△見此計失敗，只好無可奈何，親自動手。△王總幹事自上任以後，每天不管上班或下班，只要有空便到會裡處理會務。他不但每月八百元的津貼沒領過，還經常自掏腰包：補辦公室的玻璃，買抬燈啦，買鐘啦……

雪景，又可滿足新鮮與刺激，學員們在回程中，個個都顯得洋洋得意，並述說着自己傑出的表現，我看到此種情況，心裡似乎有一股暖意，甜甜地，充滿着心坎，看樣子，第二次又成功了。

第二天的滑雪練習進行也很順利。但是，車在送走了二個隊後，便不再見其動彈，只剩下我們這個隊，一直在等候着，天！已逐漸的暗下，黑夜不久就將籠罩着大地，但纜車似乎已忘掉我們這羣，不再開動了，雖然學員們仍然興高采烈的活動着。

談論着，看樣子，天垮下，也是不在乎，要想與他們宣佈、商量，真不是一件容易之事，況且會引起反效果！緊張、恐怖、混亂之場面可能又產生，爲了爭取時間，爲了不讓學員在山上受凍或任何委曲，只好戴上風鏡，硬着頭皮，獨自由東峯背面往下衝，雖然跌跌爬爬的滑，甚至有一次下降時，連著倒掛下滑達百公尺，但稍停後，仍然爬起來繼續，終於到達松雪樓，雖滿身大汗，但仍不敢有所休息，即刻找尋司機開動纜車，一直到最後一位，才鬆下一口氣，並且決定再次練習滑下（以備下次，但願不會再有），不知是心情的放鬆，抑是有了求救兵之經驗，這次已不再是吳下阿蒙，僅僅小小的手更是變得嚇人，真不知，當時怎樣能完成那段路程，這或許又是責任心之驅使吧！

△領隊下台雖已久，但在今天提筆時，其酸、甜、苦、辣，亦一一映在眼前，尤其是想起往下衝的

那種颼颼然，有如神仙下降之感，更覺世上的一切又能算得了啥麼？朋友們，天又開始冷了，雪又將下了，但願我們能在山上再次的見面，再次的衝下吧！

史宏達(TOBY)的信

Toby Thurwachter, 23 歲，大家叫他「脫皮」，美國威斯康辛人，去年五月來台，進師大選修歷史，今年八月返美。他是威斯康辛一個滑雪俱樂部的會員，技術不凡，來台後即與本會取得連繫，義務上合歡山服務，在山上結識了「Indian」並拜為大哥。擅長各種遊戲，舞技高超，山上無雪，他大跳其祈雪舞，結果算錯了東風而失靈！

其實，他不只結識了「Indian」，請看他的來信之一：

羅基雄、妹妹及 Indian (黃柳宗)

October 3, 1947

我現在在 Washington D. C. 找工作。因為你們都學過英語，我想用英文寫給你們。After I came back to the United States' I worked for one month at a warehouse of wine. I got up every morning at 4:30 to get to work by 5:30. We would load trucks with boxes of bottles of many different kinds of wine. Then we drove the trucks to deliver it to stores, bars and hotels. I got the job because the workers are on strike (罷工)。

Then, in the end of September, I came out to Washington D. C. on train. Now I am looking for a job, where I can use 中文 or 西班牙文。

I went to the 中華民國大使館 to get the addresses I need of American companies in Taiwan. There are very many, I hope one of them will need someone like me, because I would like to get a job in Taiwan. But so far, it looks very difficult to get a job — many government bureaus don't even take applications (不給你申請) because they have no positions available. So, I don't know if I will get a job here or have to go back to school, 多念書，如果念書的話，可能到臺灣來學。Please tell me what you are doing. If I come back this year, 我可以到合歡山去嗎？When will you go there? If the ski team comes to America where will they go to ski and when? Please get me this information, because I really wish to know.

我非常想念你們。你們如果聽到有什麼公司需要一個美國人，請你們告訴我。我的父親現在好，兄是怕他如果又生病應該能够馬上回美國去。那樣希望能夠找一個附旅費的工作。Please write soon and let me know how you all are.

Love, 史宏達

活動預報

十二月廿八日至六十四年元月五日。

六十四年冬令育樂活動合歡山旅遊隊，分七個梯次實施。

六十四年元月十三日至二月廿八日。

六十四年冬令育樂活動合歡山滑雪訓練營，分十五個梯隊實施。

三月廿九日

大屯山登山活動（體能訓練）

四月

合歡之夜（聯誼會）

編後語

- 一、本期因配合六十四年合歡山各營隊之報名，特提前十天出版。
- 二、「滑雪運動淺說」承陳雲銘、葉永興二位教練在百忙中提供稿件；「赴歐訓練紀行」承翁明義在整理行裝的同時，抽空完稿，特此致謝。
- 三、上一期會刊出版之後，曾獲得了許多的鼓勵，這使我增加了工作的信心，却也增加了心理的負擔，因為有那麼多人在關心這份刊物！我願意盡全力去做，但也需要更多的批評、更多的指正。
- 四、「人物素描」一欄，因讀者建議，自本期起仍改用「點將錄」。