

- ▶ 主编寄语

## 专 题 生理学

- ▶ 人体肌纤维类型成分的一种非侵害性新方法  
奥德雷·巴吉特 (Audrey Baguet), 维姆·德瑞弗 (Wim Derave)  
和蒂内·贝克斯 (Tine Bex)
- ▶ 在短跑间歇训练中监控训练负荷  
阿里·努麦拉 (Ari Nummela)
- ▶ 《国际田联田径运动新研究》专访: 易格诺·穆吉卡 (Iñigo Mujika)

## 应用研究

- ▶ 跳跃运动员膝关节预防、治疗和再适应的练习程序和肌肉电刺激  
安吉尔·巴萨斯 (Ángel Basas), 阿尔伯托·洛伦佐 (Alberto Lorenzo), 米格尔-安吉尔·戈梅兹 (Miguel-Ángel Gómez), 卡洛斯·莫里诺 (Carlos Moreno) 和克里斯多夫·拉米雷兹 (Christophe Ramirez)

## 教练执教

- ▶ 采用持竿跑步提高训练效能和减少损伤  
阿莱斯·图兹尼克 (Aleš Tvzňik) 和米兰·库德克 (Milan Kutek)

## 发展动态

- ▶ 国际田径运动展望  
赫尔穆特·迪格尔 (Helmut Digel)

## 专题文献

- ▶ 节选和注释
- ▶ 新书评论
- ▶ 网站评论
- ▶ 下期预览

2

第二十九卷, 第 2 期; 2014 年 6 月

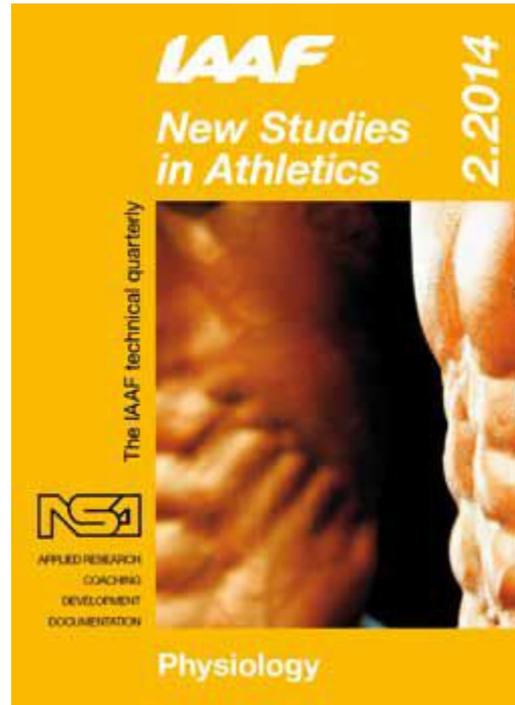
14

本期《国际田联田径运动新研究》由国际田联地区发展中心·北京于 2015 年 12 月翻译



## 《国际田联田径运动新研究》

国际田联技术季刊内容包括：  
应用研究  
教练执教  
发展动态  
专题文献



### 国际科学顾问委员会

赫尔穆特·迪戈尔 教授 (Helmut Digel, 德国)

迪姆·诺凯斯 教授 (Tim Noakes, 南非)

爱萨·佩尔多拉 教授

(Esa Peltola, 澳大利亚)

爱德瓦多·德·罗斯 教授

(Eduardo De Rose, 巴西)

田麦久 教授 (Maijiu Tian, 中国)

### 主 编

阿布戴尔·马立克·埃尔·赫比尔 (Abdel Malek El Hebil)

### 顾问编辑

尼科斯·阿普斯托洛普欧洛斯 (Nikos Apostolopoulos)

赫尔穆特·迪戈尔 (Helmut Digel)

比尔·格莱德 (Bill Glad)

哈罗德·穆勒 (Harald Müller)

### 文献编辑

约根·希弗尔 (Jürgen Schiffer)

### 编辑助理

威基·布伦南 (Vicky Brennan)

### 英文版印刷

H. Heenemann GmbH & Co. KG

Bessemerstraße 83-91

D-12103 柏林, 德国

电话: +49 30. 75 30 3 -0

传真: +49 30. 75 30 31 31

### 图片来源

© Getty Images (除非另加注释)

### 封面和图形设计

sdw@wittfoht.com, 德国

### 订 阅

《国际田联田径运动新研究》是季刊，每年的三月、六月、九月、十二月出版四期组成一卷。

英文版年订阅费(只按日历年)60美元(包括邮寄费)。

本季刊有少量剩余，如果需要可以向国际田联提出请求，每期10美元。

### 投 稿

编辑人员对所有投稿进行审阅，但不承担与稿件相关的责任。如需了解进一步信息，请见网页

<http://www.iaaf.org/development/studies/index.html>

### 联系地址

所有关于编辑和订阅咨询可以联系：

New Studies in Athletics, IAAF

BP 359, MC 98007, Monaco Cedex

传真: +377 93 50 85 93

电子邮箱: [vicky@iaaf.org](mailto:vicky@iaaf.org)

### ISSN

0961-933X

本刊发表文章中作者所表达的观点并不一定是《国际田联田径运动新研究》或国际田联的观点。

## 一个好主意和好消息的赛季

随着我们进入繁忙的 2014 年赛季尾声，才有一个短暂的时刻来喘一口气，并对我们这项运动的一些积极发展略为思考。在这个夏天出现的许多亮点中（当然，是在北半球），有 7 月在尤金举行的国际田联青年世界锦标赛和 8 月在南京举行的少年奥运会。这两场盛大的比赛向我们提供了在田径运动创新方面值得注意的范例，有时虽然没有被列为《国际田联田径运动新研究》的头条新闻，但也总是它的重点主题内容。

这两场大赛由包括了田径运动所有项目极好的赛次所链接，并且涌现出了已经准备好跻身于下一代田径运动明星之列的许多运动员，而不只限于埃塞俄比亚长跑奇才约米夫·克杰尔奇（Yomif Kejelch）一人。对于田径运动未来尤为重要的事实是，在尤金奖牌流入来自 34 个国家的运动员手中，在南京取得奖牌的运动员来自 32 个国家。这表现出田径天才运动员的健康分布态势，它为田径运动未来的繁荣提供了一个强有力的驱动平台。

在尤金，与抓人眼球的田径各个项目比赛成绩相呼应，在赛场外也经历了吸引人们注意跌宕起伏的一周。其中引人注目的专门活动就包括了国际田联反兴奋剂教育外展计划，见证了超过 950 名年轻运动员与高规格的国际田联大使们互动参与，鼓励他们终身恪守公平竞赛和诚实的精神。此外，还针对培养全面的个人，举行了名称为“让我的田径运动生涯尽善尽美”的国际田联传媒培训讲习班。在这个活动中，大会使 100 名以上田径运动明日之星均得到了基本的传媒培训，以及获得了关于如何使用社会传媒，来发挥影响力和避免误入陷阱的深入认识。紧随锦标赛之后，举行了高度成功的国际田联青年教练员大会，来自至少代表了 60 个国际田联会员协会的 200 名以上的教练员，参加了这次大会。关于这次大会的详细内容，我们将在下期《国际田联田径运动新研究》中进行报告。

最后，必须说这次锦标赛在美国举行是如此重要，在这个高度竞争的体育运动市场吸引田径运动迷的关注。祝贺组织者们和国际田联迈出的这一重大和成功的一步。

再把目光转向南京，由于主办者们的经验和他们的努力投入，无疑向大家提供了一次卓越的比赛。无论是从组织，还是从竞赛的观点来看，其成果在所有体育运动之中都是盛况空前的。然而，如果我没有提到两个田径运动的特殊活动，那一定是疏忽大意了。第一个是强有力的“少儿田径”计划，它还得到了奥运会冠军刘翔的支持，他在中国摇滚乐歌星的身份有助于吸引成千上万当地儿童，使他们成为运动会的积极参与者。这对于把我们的田径运动带给下一代（也可能是再下一代）中国运动员们是重要的，并且表明了对于应对世界范围内静态生活方式的挑战发挥出多么好的作用。第二个专门活动是混合 8×100 米接力。这个创新性的比赛，把来自各个国家不同项目的年轻运动员们聚集在一起，按照随机选择的团队进行比赛，成为整个运动会最具专门性特色的时刻。它一定会受到参与者们的欢迎，并且向人们提供了一个精彩的说明，即我们的田径运动是怎样被用来，在几乎任何社会差异之间架起桥梁。每个参与其中的人都做得很好。

最后，当然也存在着一条底线。当今任何事物达到普及性的关键措施之一，就是它对因特网数字领域所产生的影响。我高兴地注意到我们在这方面正在取得成功，这个赛季来自国际田联各个活动的早期指标都是非常正面的。例如，已经有报道，在尤金锦标赛期间国际田联网站 [iaaf.org](http://iaaf.org) 的绝对造访人次增加了 365%，

与两年前在巴塞罗那举行相同比赛的绝对造访人次比值是 1'214'000'000 比 332'500，这表明它是由一个国际单项协会提供的领先网站之一。

所有这些，都突出了我们田径运动在许多方面所取得的重要发展，它们都需要专业人员的工作不断与时俱进。《国际田联田径运动新研究》在这里发挥着重要的作用，本期仍然一如既往地在专题内容部分，重点介绍生理学领域的新研究成果，这将会满足教练员们的特别兴趣。

我邀请你欣赏本期内容，并欢迎你提出愿意与大家分享的任何评论。

阿布戴尔·马立克·埃尔·赫比尔（Abdel Malek El Hebil）

主编

[malek@iaaf.org](mailto:malek@iaaf.org)