

女運動員臨陣以前

體育叢書

女運動員臨陣以前

著作者 人見絹枝

譯述者 劉家壩

勤奮書局發行

體 育 叢 書

女運動員臨陣以前

此書有著作權翻印必究

中華民國二十年十月初版

一冊全定價大洋九角正

(外埠酌加郵費匯費)

見 家 絹

劉 人 家 絹 枝 堞 塗

馬 崇 上海四馬路(畫錦里口)M一一七號

勤 奮 書 局 (總務事所)上海法租界馬路新民邨三九號

華 豐 印 刷 鑄 字 所 上海浙江路三百四十一號

經 售 處 上海 西門市一公共體育場標準運動器具公司(中央路)華東運動器具公司(四川路)強華公司連長記網板號(盤街)新華書局(北四川路)南京路一文明書局(尚文路)尚文商店(金神父路底)明華書店(四川路)復新書店(新)家坡世界書局(南京)共和書局(所州)世界書局古今圖書館小說林開店精武體育會倫德儲蓄(徐家匯)蘇新書店(真茹)南新書店(江灣)復新書店(新)家坡世界書局(南京)共和書局(所州)世界書局古今圖書館小說林開

明書店文藝書店蘇州文怡書局(無錫)文華書局樂羣書局(常熟)常熟書局(江陰)四民書社鎮江中央書局商務分館(南通)南通日報營業部(松江)世界書局(重慶)世界書局特約所(長沙)商務書館中華書局世界書局民治書局長沙書局(重慶)平民書店(廈門)新的書局(天津)天津書局博古書局佩文齋(北平)新亞洲書局(廣州)商務書館中華書局世界書局民智書局共和書局華南書店(漢口)現代書局(吉林)裕興書莊(泰縣)大同書局(濟南)中山書店及各埠各大書局

書局

體育叢書序言

中華全國體育協進會會長 張伯苓

中國稱病夫，久矣！近年國人始知推求吾族致病之原，與夫其他民族所以健全之由來，思設法而爲救藥，實一絕好現象。鄙人前此赴日參與第九屆遠東運動會事，目覩彼族對體育進步，真足驚人，迥非吾族一蹴可能幾及。但有志者事竟成，故不揣冒昧，當爲今後吾國體育改進，擬有治標治本二法。治本卽自中小學起施行強迫體育教育、養成青年體育之愛好；治標卽常與本國或外國隊作長時間多次數之比賽，藉增經驗，而免怯陣。二者並進，再益以精良訓練，將來自不無成效可言。茲之體育叢書所載，皆不啻吾藥籠中物，治標治本，隨在可以取材者也。有功於體育前途之發達，之改進，爲益甚大，故樂爲之序，一爲吾國關心體育者正告焉！

出版者言

馬崇淦

日軍入寇，蹂躪東省，凡我國人，無不髮指。試考日人之敢冒天下大不韙，實有充分之準備。即以體育而論，政府提倡不遺餘力，民努力練習；身體既已健康，膽量自然奮勇。體育書籍充斥市場，可與歐美相媲美；回顧我國，寥若晨星。本局不惜精神財力，發行體育叢書，全國體育專家概允合作，各以經驗學識，著述專書，以盡天職。

人見絹枝女士，係日本女運動健將，曾保持世界女子運動最高記錄，計有三分之一，而日本全國女子運動記錄，幾全爲女士一人所霸占。著有接戰以前一書，詳述女子運動之技術及個人經驗，可供參考。該書

承勞遠培先生之推舉，乃請劉家壩先生逐譯。旋因接戰以前之標題，不甚醒目，改名爲女運動員臨陣以前。讀本書者，可知日本女子對於運動，研究有素，我國女子欲與之頡頏，似應取他人之長，補我之短，而作更進一步之研究也！

著者自序

人見絹枝女士

臨陣以前，此乃余過去三年間幾十次出席日本之運動會，或渡海而遠征之經驗，綴集在運動場技術以外之戰法而作成者也；余又謂之爲運動場戰術。

兒童等在學校之運動會獲得一等獎賞時之欣喜，與余等之出席世界奧林匹克運動大會在各國民衆之前，能一揭日本旗時欣喜，毫無何等之差異。

然所以能獲勝者，固非僅技術而已也。愈是出席大會，愈須有技術以上之偉大精神力，實爲獲得優勝之因。余雖僅受技術之指導，但對於養成偉大之精神力，亦多賴之。此偉大之精神力，固不僅在一二次運動場上所茹苦而成功者，亦決非人所能教之者。

最後之五分間，對於此場決死之勇毅，始可見其人之精神，脫却困苦，進而占優勝之冠軍，亦決非容易之事也。

前以陣臨員動運女

此時余等需要何者？以伯仲之技術與技術相搏，握最後之榮譽者；在常人視之，幾若爲因

具有神聖之偉大精神力，即在優勝者本人，亦覺有意想不到之不可思議的力存於其中。

齊集地球上一切人類之世界奧林匹克運動大會，在選而又選技術相伯仲之選手中，強者固未可一定獲勝。凡預期優勝者，頗少能有如預期之結果，蓋全不在技術也。

「偉大之精神，與熱誠之愛國心」愈強，選手之成功亦愈易。

日本國民，在此比賽，意外的不忘所謂「大和魂」之發露，亦常以此自拯，此不僅運動之道而已也，即延而至行將不知底涯之現代運動，對於容易忽忘此種精神力之養成者，雖只一人，余對於現今女子運動界諸女士，誠心懇望對於此點之訓練，尤其是女子，更宜較男子尤爲注意。

運動場戰術之篇中，加入跳遠、短距離兩項者，此蓋因二者有不可離之關係，且爲最親近之競技，更爲余將日益親近之競技，故合前篇，於此處發表也。

出版之時，承福間次郎先生及谷三三五郎君爲此小著序文，感謝滋甚！福間先生爲余岡山高女時代之主任，受教三年之恩師，谷三君爲余自遠征瑞典以來以迄今日之指導。

昭和四年初秋

譯者言

劉家壩

中國現在的出版界，雖如雨後春筍，方興未艾，然若想找一兩部關於體育的著述，恐怕是鳳毛麟角，不多可得，有之；只怕就是馬崇淦先生主編的這部體育叢書了。

崇淦先生本着「言人所未言，做人所未做的精神，糾合同志，編纂這部體育叢書，對於體育界，固然造福無量，將來影響所及，就連「東亞病夫」這個雅號，也有取消之一日，故我在接受馬先生囑託翻譯此書之時，也鼓舞勇氣，附和驥尾，期以所得，貢獻國人。

原著者日本人見絹枝女士的大名，是任何人都知道的，無須譯者介紹。不過，譯者在翻譯此書時，有一個感想，不能不向讀者言之：

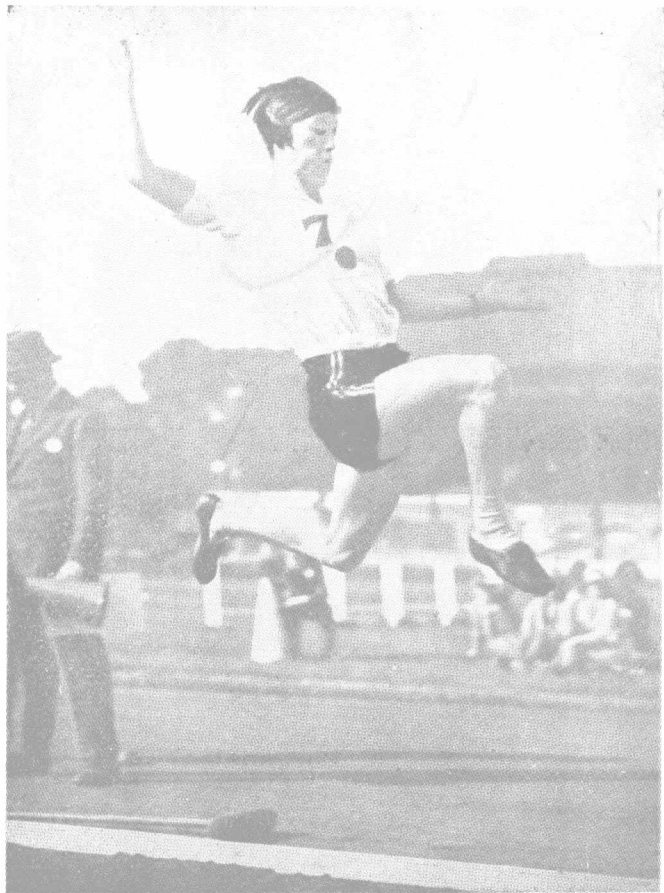
人見女士以一個女子，成名當世，一半固然是由於她負有運動天才與興趣，一半就不能不歸功於她的努力了。她更在努力之餘，居然把她的經驗，要訣寫成幾本書，貢獻給後進學子，這真是使我們鬚眉丈夫自愧無地！反觀我國體育界之著述，幾乎可說沒有。譯者不敏，深願此

書出版，能夠「拋磚引玉」作一場開台鑼，引起專家的興會，大發其鴻論著作起來！

譯者雖曾譯過幾本書，但未有如此書之堅澀難譯者。譯者不文，固然是根本上一個大原因。要之，原著者是個「閑雅閨秀」，譯者是個魯莽男子，不能揣摩異性心理，也是一個大原因。譯者爲譯此書，徹夜不寐者，幾及旬日；爲譯此書，臥床不起者，三日夜。這並不是想以此居功，實在因爲時間短促（二十五日間）和酷暑逼人，所以致此。謬誤之處，在所不免，尙乞讀者有以諒之！

最后，因恐不能按時譯竣，頗承謝華輝先生幫忙不少，復承原書著者人見女士病中惠賜像片，附此藉申謝悃。

人見絹枝女士跳遠之姿勢



人見絹枝女武士賽跑出發之姿勢



民十九年人見絹枝女武士(右首第三人)在滬留影(葉長烈攝贈)



人見絹枝女士略歷

馬崇淦

人見絹枝女士，明治四十年一月一日生，原籍岡山縣御建郡福濱村，爲人見伊之作之長女，大正十三年三月岡山縣立女高畢業，同年四月入東京二階堂體操女塾，大正十四年三月畢業。任京都女高體操教員。十五年四月入日本女子體育專門學校。同年八月充日本第一次女選手，單身往瑞典戈登堡之第二屆（一九二八）世界女子奧林匹克運動大會，得個人總分第一，破四項世界紀錄，因之世界咸知其名。歸國後任大阪每日新聞社社員，直至病歿。曾於昭和三年，參加荷蘭亞姆斯得登之第九屆世界奧林匹克運動大會，三十年又往捷克普拉克參加第三屆世界女子奧林匹克運動大會，路過我國瀋陽上海等處，均受歡迎。回國後，年終罹疾，病勢漸重，於三十一年八月二日下午零時二十五

分逝世，享年二十五歲。

▲病歿原因

女士逝世原因，多疑爲運動過度，而兼爲一般女運動家憂。其實女士之死，確因三十年自捷克三屆世界女運動會歸來，連在日本各地，作激烈之演說，因無暇休憩，致傷肺臟，旋染肋膜炎，其後日感沉重。三十一年四月，入大阪醫大病院診治，五月底畧愈；惟身體則日趨衰弱。雖然療養得法，但已病入膏肓，忽於八月一日午後，劇起急變，注射數十強心針，延至翌日逝世。臨終之際，尙表其疆場餘威，持筆作絕書云：「勝負已成往事，胸蟲致余死命矣。」遺體於三日午後在大阪阿部火葬場焚化。

▲造成紀錄

五十米

六秒四

（世界紀錄）

一百米

十二秒二

（日本紀錄按世界紀錄爲十二秒）

二百米

二十四秒五

（世界紀錄）

決不致全軍覆沒，一定要做做着看。

雖然如此決心，心中不覺漸熱，蓋爲明日接戰着急也！

費二十分鐘之考慮，擬往運動場作一回輕練習，結果仍然中止此念。

練習與不練習，似與身體無大關係，不過精神上或能稍感舒適。下午八時出社歸寓。

沐浴後進晚餐時，已與早飯不同，因奮興之心理，而使手中所執之箸加重，嚙嚼十分，因覺余之胃今夜似不肯如往日動作，故欲以健全之齒助之。

後將明日着用之服裝檢視一過，新製之運動服，胸前之號碼爲七一八號。

近來每於出席運動會時，常覺羞澀，蓋爲憶及最初運動時自己之服裝，余何竟不知羞而着此，與內緊貼之男子用之衛生衣，且無褲子而爲一上下相連之衣，每一憶及，尤覺紅暈滿面，此非余之罪，乃時代之罪也，因視男女爲一樣故耳。現在若有服此之兒童，余亦將與以注視也。

兩日前，新製運動服，未知能否合體。

背負風如鼓，頗爲不妙。七一八之號碼，七與九之兩數字，與余之緣頗深，七與一加八爲九，此兩數字均佳，豈爲余成功之兆乎？

跑鞋上之泥，除之盡淨。鞋底之釘，亦灼灼發光。明日天氣雖可望好，跑鞋釘子，長短亦甚適

人見絹枝女士略歷

若如平時十二時方始就寢，似覺爲時尙早，但無論如何，上床不能如往常卽尋好夢，刷齒後，始卽就枕。

正讀未經讀完之晚報，兩目疲倦欲睡。幾時方入夢鄉，其後余均不知。

(二)運動大會之當日。

熟睡醒來，亦如往日一樣，晨間清氣，滿充室內，光輝朝陽，已由窗簾透入。

庭園松木，高棲小雀，正唱黎明之歌，九官小鳥，亦連呼「早安！」余亦以漸覺清醒之腦經，考慮今日之接戰。

跳遠爲二時，二百米之預選爲四時，如天氣，夫復何言！

雖稍感暑熱，但亦爲無上之氣候，亦必成爲田賽徑賽絕好之情形。

余以外若尙有一人能跳五米之跳遠，尤爲絕妙，有之，恐亦爲京都之濱崎或中西，在有世界紀錄之望之余，並無對敵不安之心，故較之他人，尙爲可喜之事。一般小選手之胸中，現在不知如何爲此所苦，實覺可憐！

心中頓覺奮興，然非如此奮興不可。