

桌球快攻概說

·李隆一·



國手蘇一富的快攻

什麼是快攻？

(一) 攻球時，來球在己方桌面反彈到頂點，或在將要反彈到頂點時擊出；也就是起拍攻球的時機快速。

擅長「快攻」的選手，必須在「前陣」打球。就是以距離球桌一公尺前後打球為主。假如退離球桌較遠打球，勢必要等來球反彈到頂點落下時擊出，那就不是「快攻」了。

(二) 快攻不是連續十球二十球的纏鬥，第九球攻擊不如第七球攻擊，第七球攻擊不如第五球攻擊，第五球攻擊不如第三球攻擊，越早抓住機會起拍攻擊越好。

具備了以上兩個條件，就是快攻。

什麼是快攻型？

一位選手在一局比賽當中，只有二、三次快攻，並不能稱為「快攻型」選手。

快攻型

選手的打法是「快攻」，姿勢和動作不能太大。每打一球，不論是攻或守都很快。同時對來球的還擊，都是當球在身體前方時，就要起拍還擊。

在步法上，應該是還擊左方的球跨左足，還擊右方的球跨右足。

跨右足。

防守時不向後退

不論任何快攻型選手，也有挨打的時候。遇到這種情況，如能反擊打對攻最為理想，如辦不到的時候，就必須採取守勢。

有很多快攻型選手，每逢挨打，就退後防守，這樣就很難從守勢轉變為攻勢了。雖然在這種情況之下可以打對攻，但是這種對攻的機會，在一場比賽當中畢竟很少。這種選手只能夠攻人，不能夠被攻，由於沒有防守的能力，遇到這種情況就會被統百出，不堪一擊了。

至於挨打時退後，施展「放高球」防守，只能對付攻擊技術差的選手。如遇到快攻型選手，真是自尋「死路」。

一位訓練有素的優秀的快攻型選手，除應具備「前陣快

攻」的攻擊技術之外，還必須具備「前陣推擋」的防守技術。

推擋並不只是一種消極的防守，本身也具有相當的威力。好的推擋因路線的變化，可使對方在時間和空間上都來不及還擊，眼看着來球反彈後落在地上。而且在推擋期間，很容易轉變為快攻。因此，「前陣快攻」應稱為「前陣防守」才算恰當。

前陣防守的優點

(一) 如同上面所述，容易由防守轉變為攻擊，也就是快攻的機會多。

(二) 用推擋防守對方的攻擊，並非完全消極的防守。

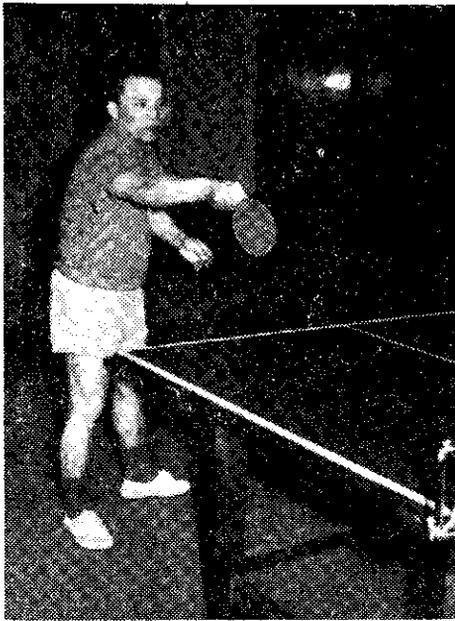
(1) 推擋到距離對方遠的角落，使對方無法還擊。

(2) 用推擋使對方前後左右奔馳，製造己方快攻的機會。

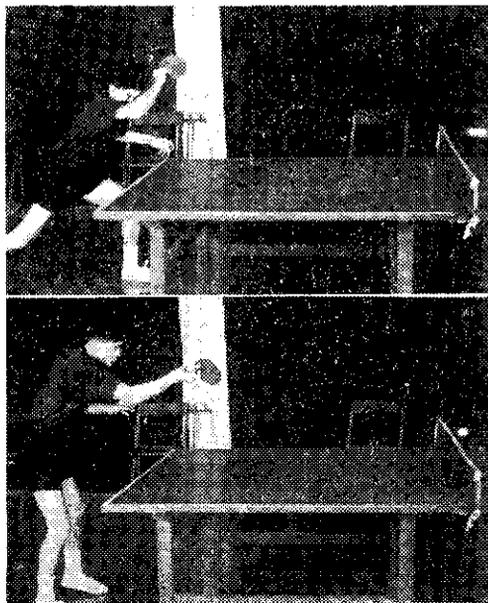
(三) 還擊來球到對方桌面的時間短促，使對方難有充分時間發動另一次攻擊。

前陣防守型選手遇到中陣

長抽型選手，一般的打法是用「短擋」把對方的強力抽球擋回，或用「推球」推到對方無法還擊的位置，使對方難以施展連續攻擊。



國手莊進益的短擋



國手江百清(右上)與國手彭長久(右下)的推球。
左：新秀陳基生的快攻(上)和推球(下)。

