



打造下個林書豪
豪氣起落全紀錄
等待林來瘋再現

他高中畢業後至今10年，
待過6個球隊，
經過幾次起落，
「籃球小子」林書豪，
不怕跌跤，而且愈挫愈勇，
他成了華裔青年的楷模，
也是華人父母教養典範。



(路透社資料照片)

這個豪小子 敢夢。敢衝。



海豚游泳 培訓中心

長島、曼哈頓、法拉盛及布碌崙的賓臣墟、羊頭灣各有場所

718-359-7743 www.dolphinsswimming.com

成立於1997年，至今已滿20週年，擁有100多位具耐心、質素優良的教練，曾有超過一萬多位學生在總教練Tiffany葉及海豚訓練下掌握游泳技能，獲頒各級游泳畢業證書。Tiffany葉就讀紐約大學期間曾參加全美大學游泳賽獲得冠軍，年度紐約大型游泳比賽「2016康尼島水陸兩項鐵人賽暨開放水域游泳賽」(Coney Island Aquathlon & Open Water Swim)勇奪兩哩女子組總冠軍，Tiffany葉既是游泳運動員，又有豐富企業管理經驗，讓她得以全面兼顧一個運動中心的技術和現代化管理。每年的「美國游泳教練技術研討交流會(ASCA National Conference)」，「美國游泳學校研討會USSSA National Conference」，「美國金泳鏡頒獎典禮」或「世界游泳教練交流會(World

Clinic)」等美國或世界性盛會，Tiffany葉都是出席者或主講者之一。除了廣泛地普及游泳外，海豚游泳培訓中心亦培養了多位達到少年奧林匹克及Eastern Zone標準的學員，在美國泳界開始嶄露頭角。其中出類拔萃的有數次刷新了全美少年兒童組紀錄，獲得2012年倫敦奧運女子四百米自由泳接力銅牌、2016年再度代表美國隊參加里約巴西奧運比賽奪得銀牌的倪麗雅(Lia Neal)，以及多次在少年奧林匹克錦標賽中以驕人佳績奪冠、2011年全美少年兒童組50米自由泳冠軍的黃偉滔(Stanley Wong)！該中心考進紐約市重點高中的學員，不少成為這些學校泳隊的中堅。

海豚還有出色的籃球和空手道班，均由名師主持培訓，深受學生及家長贊許。該中心負責人稱，專

業的好教練團隊對學習籃球尤為重要，他們從對球場的認識、每條球場線的名稱開始，依照正規的球隊訓練專案逐一訓練學生，嚴格要求從每個基本動作開始到定位。並非採取只供場地讓學員自由地打球的訓練形式。完成基礎訓練專案之後，則循序傳授學員專業的球隊訓練如持球、運球、傳球、上籃、轉身、移位、搖擺運球、掩護轉身、傳切訓練、傳離訓練、傳球快攻、轉身投籃、左右移位投籃訓練、進攻籃板競賽訓練、三人籃球練習等等的專業訓練技巧。讓學員在每週一次的固定訓練課程舒展身心外，確實學到籃球技術，在攻防練習上能夠得心應手，也讓學生更有機會參加學校的籃球球隊，長期保持對此項運動的熱情，對自己更有自信。



▲Tiffany葉與奪得23面奧運金牌得主Michael Phelps在雀冰輪滑獎典禮中的合照



▲海豚游泳中心部分泳隊的學員與教練合照(後排右三為劉靜逸、後排右四為Tiffany葉)



▲空手道班教練與學員。



▲海豚籃球班學員在教練指導下認真練習。