

「空中飛人」的起源



一個關於拒絕、磨鍊
與崛起的真實故事。

「籃球大帝」的統治

六度稱霸
NBA 總冠軍

CHAMPION!

VICTORY!

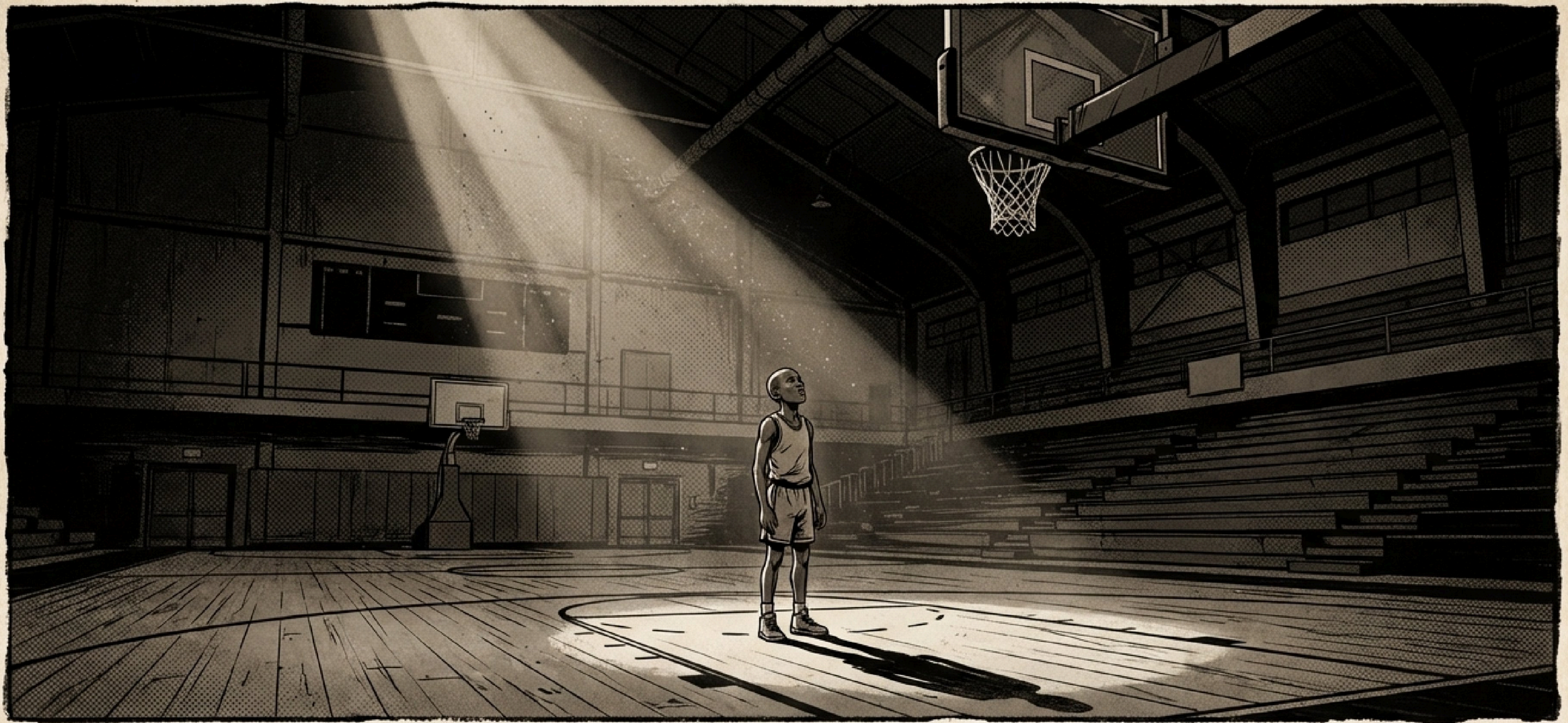
LEGEND!

五度榮獲 NBA
年度最有價值球員

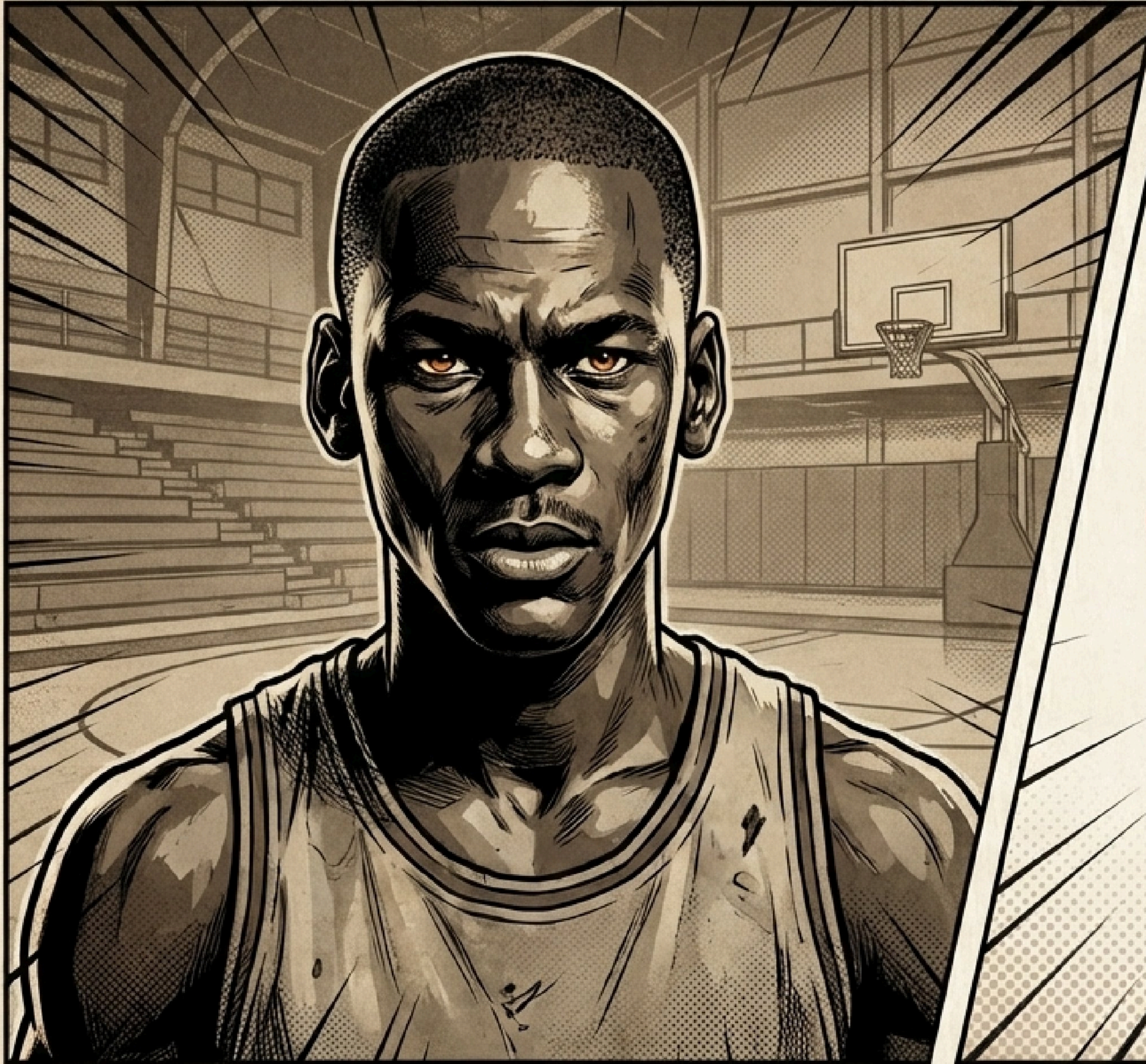


球迷稱他為「飛人」，
因為他擁有驚人的
跳躍力和滯空能力。

引用喬丹的話：
「好與偉大的差別，就
在於有沒有用心。」



但在成為傳奇之前，他只是一個有著遠大夢想的男孩。而每個英雄的旅程，都始於一個巨大的挑戰。



致命的缺點

姓名：麥可·喬丹

年級：九年級 (相當於國中三年級)

身高：五呎八吋 (約 173 公分)

狀態：在球隊裡，這被認為是「矮」的。

這個統計數據成為了他早期的噩夢，
但也是他傳奇的起點。

被拒於門外



- 到了十年級，雖然長到五呎十一吋，球技精湛，但教練還是嫌他「矮」。
- 他被編入了學校代表隊的「二軍」。

「喬丹為此暗自飲泣，不過他並不氣餒。」

真正的超能力：「苦練」



當天賦之門關閉時，他選擇用汗水，為自己鑿開一條路。

總是第一個到場...

嘎吱!

...最後一個離開。

唰!

和同伴拚命練習。

週末若沒有比賽，
他就從早到晚練球練個沒完。

命運的回應



「而就在這一年裡，他『忽然』又長高了四・五吋（約 11 公分）。」

這不是奇蹟，而是準備遇上了時機。

如虎添翼



在「二軍」參賽時，
每場球賽的平均得分高達
二十八分！

由於平日的苦練，再加上身高助勢，
他順利地被選為學校正式代表隊的隊員。



北卡的召喚

「球隊教練看上他的並不是他的天分或身高，而是多年培養出來的勤奮不懈苦練的精神。」



「飛人」誕生



他被芝加哥公牛隊選中，從此開啟了 NBA 的傳奇生涯。



**「我深信一分耕耘，
一分收穫。」**

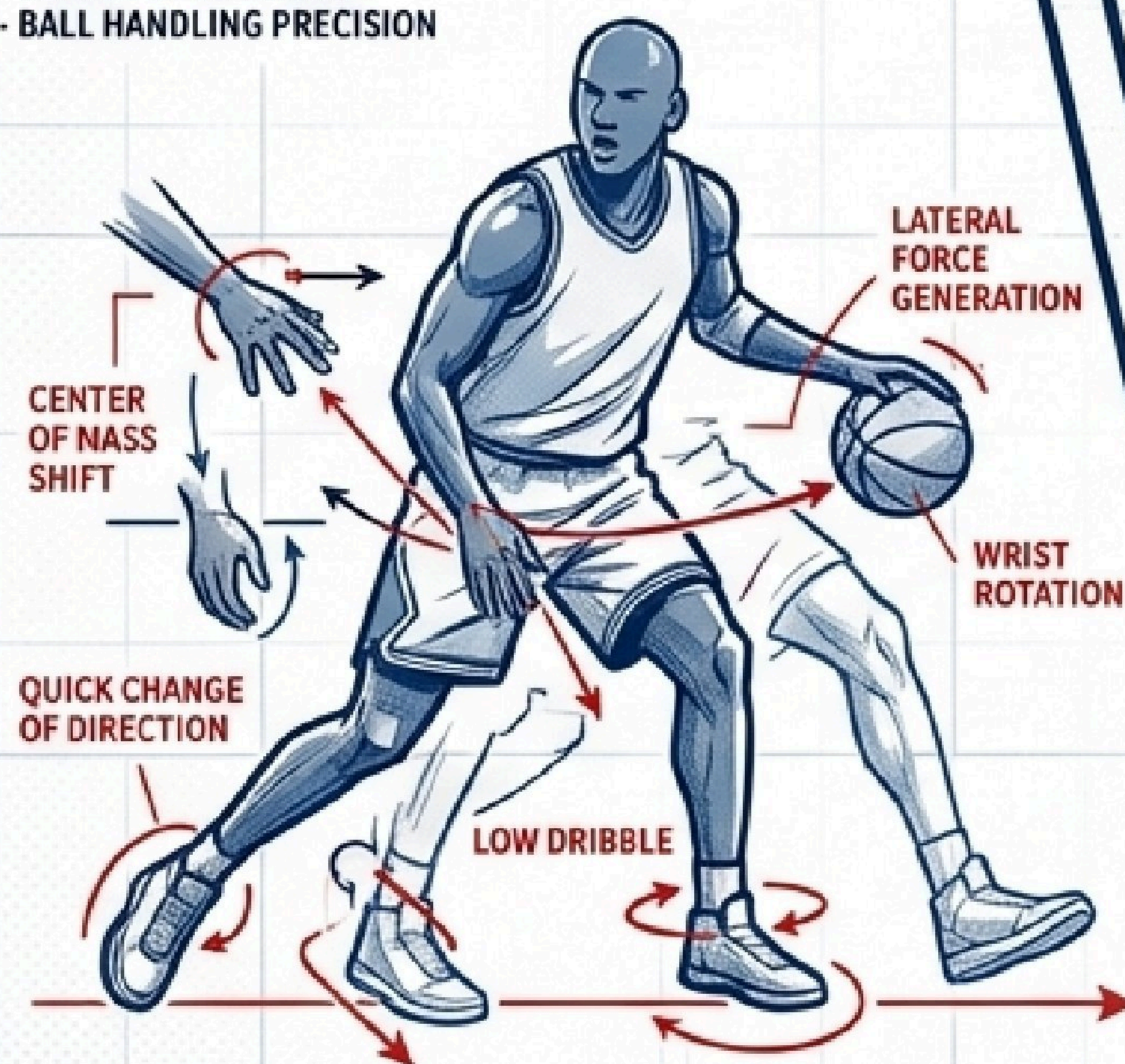
**「我做任何事絕不掉以
輕心...所以我把練習
購質視同比賽。」**



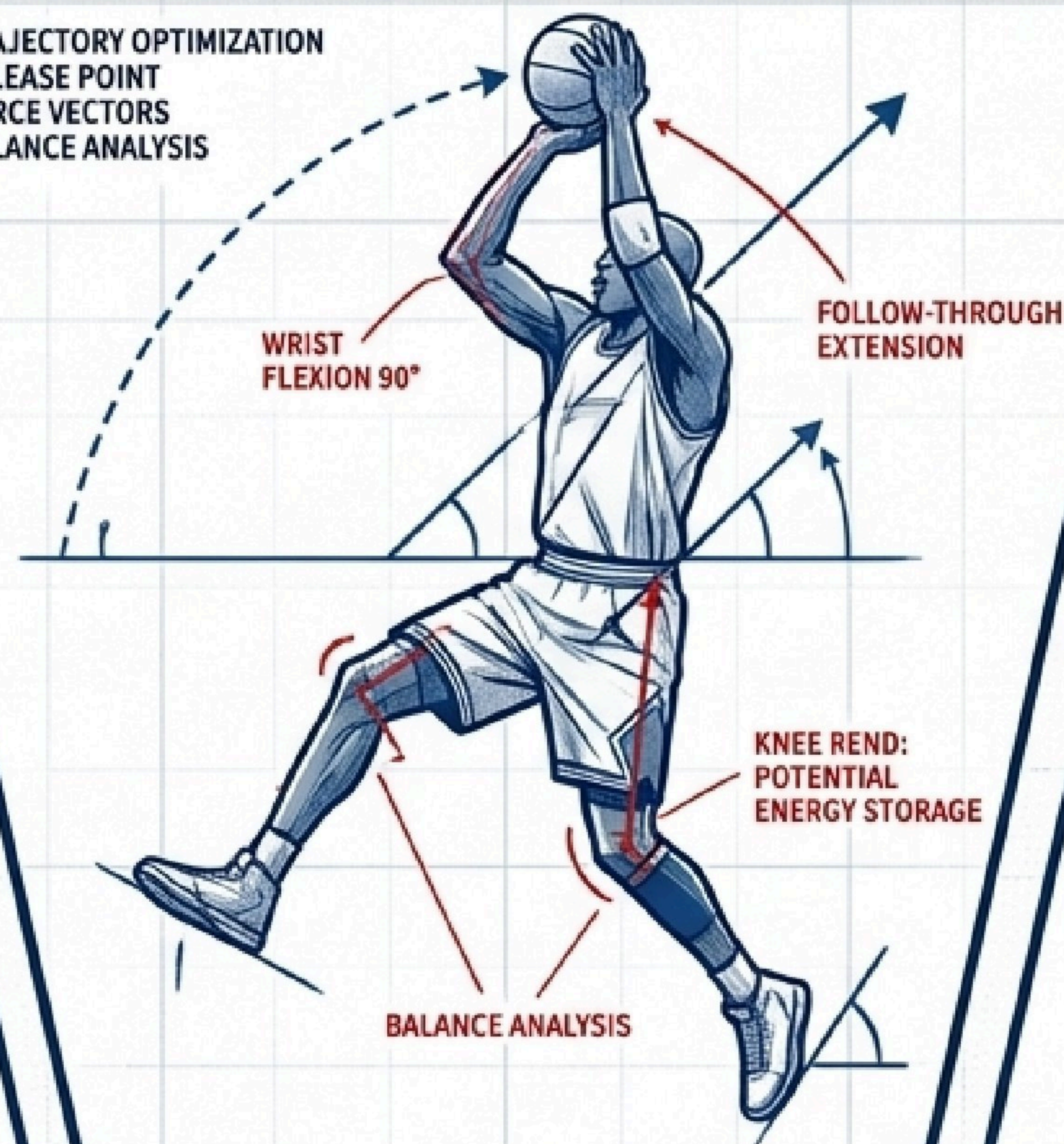
「在我的職業生涯裡，有超過九千次的投籃不中...我失敗的場次幾乎到了快三百場...
在我的人生裡，我不斷又不斷地失敗，
但，這就是我為什麼會成功。」

萬丈高樓平地起

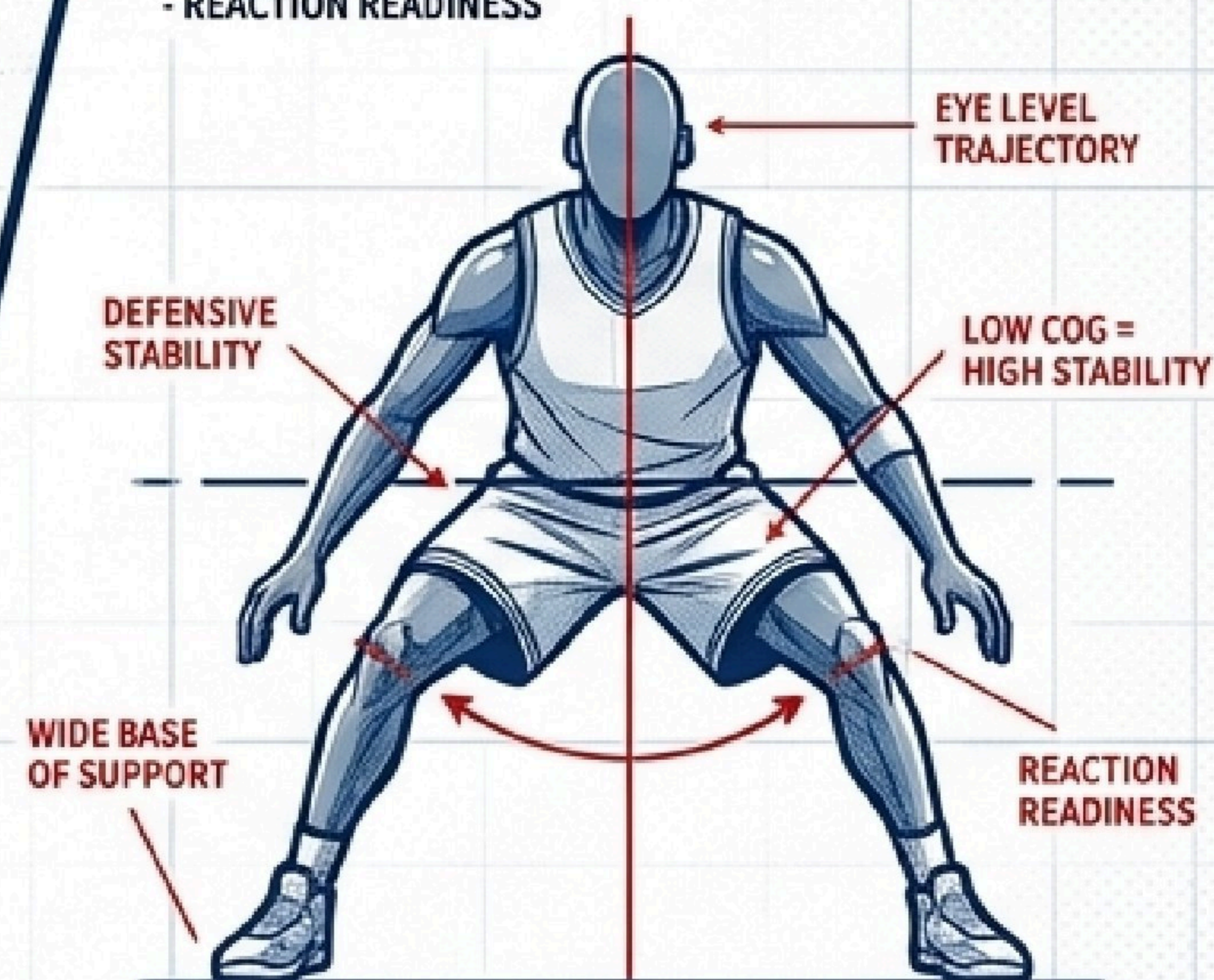
- CROSSOVER MECHANICS
- LATERAL FORCE GENERATION
- CENTER OF MASS SHIFT
- BALL HANDLING PRECISION



- TRAJECTORY OPTIMIZATION
- RELEASE POINT
- FORCE VECTORS
- BALANCE ANALYSIS



- DEFENSIVE STABILITY
- LOW CENTER OF GRAVITY
- BALANCE EQUILIBRIUM
- REACTION READINESS



「有了基本動作這個奠基石，一切才行得通。不管你從事哪一行，想成就什麼事，如果想出人頭地，基本動作絕對馬虎不得。」

LEGEND

天賦，只是起點。
「苦練」，才能鑄就傳奇。

如果你因為自覺不如人，而願意比別人花更多心血去練習，當情況變得對自己有利時，這種良好的習慣，就更能使你脫穎而出。