**環 - 沙灘排球運動員簡介**

**基本資訊**

* **姓名**：環
* **背景**：出生於武術世家，父親為空手道教練，母親為柔道冠軍
* **興趣**：沙灘排球、拳擊、田徑
* **性格特質**：堅韌不拔、爆發力強、好勝心強

**成長背景**

* 自幼接受嚴格的體能訓練，擁有極高的爆發力與耐力。
* 曾嘗試拳擊、田徑、街頭競技，尋找適合自己的運動方向。
* 在一次海邊觀賞沙灘排球比賽後，對此運動產生濃厚興趣。

**接觸沙灘排球**

* 認為沙灘排球比室內排球更具自由度，符合自身的比賽風格。
* 開始自我訓練，包括海岸跑步提升平衡感、沙包訓練增強扣殺力量。
* 早期因過度依賴力量導致比賽落敗，學習戰術運用與比賽策略。

**技術與比賽風格**

* **戰術風格**：高速進攻、力量型打法、強調身體對抗。
* **技術特色**：
  + **扣殺**：爆發力強，擅長正面進攻。
  + **攔網**：利用身體素質進行高效封鎖。
  + **防守**：依賴反應速度，強調快速回擊。

**參與維納斯璀璨假期**

* 在全國比賽奪冠後，獲得「維納斯璀璨假期」邀請，前往維納斯群島參與高強度賽事。
* 面對強勁對手，不斷提升技術，學會戰術與團隊合作。
* 逐漸理解比賽不僅僅是力量較量，更是戰略與心態的競技。

**影響與個人成長**

* 從單純依靠蠻力轉變為兼具策略與技巧的選手。
* 透過與隊友合作，學會如何信任夥伴並發揮團隊優勢。
* 強化心理素質，從衝動型選手轉變為冷靜應戰者。

**目標與未來展望**

* 繼續提升自身戰術思維，發展更全面的比賽風格。
* 以自身經驗影響其他選手，強調力量與策略並重的重要性。
* 迎戰更高層級的比賽，以實力證明自身價值。