

## 香港體壇英雌 連創佳績

香港運動女將闖出一片天！從來香港的女子運動員巾幗不讓鬚眉，在劍擊場上便有重劍好手江旻憶（Vivian）剛剛登上世界第一寶座，為香港體壇創出歷史新一頁。而空手道賽場上，亦有現時奧運排名第3位的劉慕裳（Grace），大有機會躋身來年的東京奧運，為香港體壇爭取佳績。

### 劉慕裳追逐奧運夢

乍看之下劉慕裳（Grace）與普通女生無異，但當她穿上空手道袍、束上黑帶後，她可以在瞬間收起笑容，全神貫注地架起空手道姿勢。原來這位看似平凡的女生，嬌滴滴的身形背後有著一個絲毫不平凡的奧運夢。

#### 師兄激將法學會勤奮

Grace在11歲時受兄長影響開始學習空手道，十多年來贏得不少獎項，當中一面全國錦標賽獎牌更別具意義，她說：「小時候比較懶惰，會因貪睡而缺席練習，等到比賽前才忙羊補牢。記得有次比賽落敗後，隊中師兄用激將法鼓勵我，碰巧我當時喜歡鬥氣，就決心要在下場比賽取得好成績。」而隨着她在全國賽封后後，心態也在一夜之間改變：「從前會覺得自己已做得夠多、夠勤力，但那場比賽改變了自己的心態，真的不能自滿。」

在空手道的路上看似順利，但Grace的學業卻迂迴一點，中五畢業後從副學士先修起步到升讀學士，前後花了不短時間：「2012年升讀大學時已有當全職

運動員的念頭，但希望先專注學業，因此定下目標，若畢業時仍是一線運動員，就轉為全職。」2015年亞洲錦標賽贏得銀牌後，讓她知道自己有能力爭取佳績，轉為全職運動員後更令她表現躍升至另一層次。

#### 歷史性奪世錦賽銅牌

雖然在2014年無緣亞運，但Grace其後一直進步，2018年的雅加達亞運更摘下女子個人形的銅牌。亞運後3個月，Grace再歷史性奪得世界錦標賽銅牌，下一步，自然聯想到奧運。「自從知道奧運有空手道項目後，我一直跟其他人說會努力爭取資格，但直到世錦賽取得獎牌，我才意識到自己去到這個很高，而不是太遠的舞台。」

奧運女子個人形項目共有10個參賽資格，其中7個位置靠排名或資格賽爭取，現時奧運排名處於第3位的Grace，大有機會取得入場券，但她未敢掉以輕心。因為2019年未有大型比賽，因此每站比賽Grace都要認真看待，逐點累積她前往2020年東京奧運的「籌碼」。

# 江旻憶闖出一片天

### 世界第一姐江旻憶締香港劍史

在2019年連續兩站劍擊世界盃奪冠，世界排名更在3月登頂，成為首位榮登世界第一的香港劍手，香港女子重劍好手江旻憶（Vivian）近年為香港寫下一項又一項紀錄，但榮譽背後，這位新科「一姐」不足兩年前曾經歷重傷，但走出谷底後不單為香港寫下新史，更令她找到熱愛劍擊的真諦，成就出今天更好的江旻憶。

兩站世界盃冠軍後，江旻憶在3月出戰布達佩斯重劍大獎賽，雖然在32強出局，但世界排名第一的意大利劍手Mara Navarria同樣在首圈止步，造就Vivian升上女子重劍世界第一，再次為港創造歷史，但在隨後的劍擊世界盃成都站再次爆冷首圈出局，依然無阻其「一姐」地位。

Vivian在連月征戰後，終於3月底回到香港沉寂世界第一的感受：「雖然這個排名是我全年累積下來的結果，但我現在不想多想排名的問題，因為升上第一後兩個比賽都打得不好，我之後會繼續好好練習，尋求進步，希望在未來的比賽有更好表現。」短短幾個月內經歷多次高低起伏，Vivian亦坦言，在5月3日展開的重劍大獎賽哥倫比亞站前，好好反思已往幾個大賽帶來的經驗。

#### 十字韌帶斷裂跌谷底

榮譽背後，Vivian的路一直走來不易，2017年在德國備戰世界錦標賽前十字韌帶斷裂，在同年六月的亞洲錦標賽奪銀到7月受傷，一個月內由高峰跌至低谷，但教練Octavian Petru Zidaru (Tavi)的一句說話，令她重新振作：「教練對我說，這次受傷我一定會得著，傷患其實讓我上了人生重要一課，並令我發現原來自己是這麼喜歡劍擊。」

天性樂觀的江旻憶返港後立刻收拾心情，積極尋找盡快康復的方法，重新踏上最愛的劍擊賽場：「當時發現樂觀能令傷患更快痊癒，所以每天都跟自己說，一定要笑著與傷患對抗。」Vivian康復後漸漸走出陰霾，成績亦更上一層樓，2018年分別在亞錦賽和雅加達亞運會奪金奪銀，踏入2019年更連奪古巴和巴塞隆納兩站的世界盃金牌。

傷後交出更亮麗的成績表，Vivian亦成為「國泰航空2018年度香港傑出運動員選舉」的香港傑出運動員得獎者之一，她直言獲獎是對自己的一份肯定。在一年內由低潮重返高峰，江旻憶的努力換取了其所希望的回報，但奪金的喜悅，與在場上揮灑汗水的時刻相比，她更享受比賽的每一刻。



霍震霆 GBS, JP  
中國香港體育協會暨  
奧林匹克委員會會長  
國際奧林匹克委員會榮譽委員

#### 會長獻辭

藉著舉辦香港體育節及各項地區比賽等不同活動，香港在這些年間已成為一個充滿活力的體育之都，當中港協暨奧委會扮演著積極推廣及籌辦的角色，希望把熱情及活力帶到社區。

在22年前回歸之時，剛成立的香港特別行政區希望為新的社會環境注入動力和歸屬感，鼓勵市民積極投入不同的體育運動中正是最有效方法，因此我們亦定下這個努力了多年的計劃。

在政府及各界的通力合作下，提供公私營運動設施及場所，為推動體育運動起了很大作用。藉此，香港的精英運動員亦在此期間取得極大進步，為港爭取各項獎牌亦成就了香港的體育文化。

為此我們深感高興之餘，亦不忘提醒自己繼續努力實踐這個偉大使命，不可自滿停步，就讓我們一同奮力前進。

### 香港特別行政區行政長官見証 國泰航空2018年度香港傑出運動員選舉 得獎者誕生!

「國泰航空2018年度香港傑出運動員選舉」（簡稱選舉）五個項目的選舉結果於3月26日假香港會議展覽中心大會堂舉行的頒獎典禮上公佈。李慧詩（單車）繼2016年度的選舉後，再被選為「國泰航空星中之星香港傑出運動員大獎」的得主。其餘入選的「香港傑出運動員」得獎者包括分別第八次獲得「香港傑出運動員」的吳安儀（桌球）及第七次獲獎的余翠怡（殘疾人士體育-輪椅劍擊）；連續第二年入選的吳政善（智障人士體育-乒乓球）；繼2015年度之後再次入選的石偉雄（體操）；還有三位首次獲獎的江旻憶（劍擊）、歐鎮銘（壁球）及莫宛瑩（武術），他們都是2018年亞運會的獎牌運動員。



#### 活動日誌

4月5日-7日  
第62屆體育節嘉年華暨開幕禮  
地點：九龍公園  
詳情：<http://fos.hkolympic.org>



4月-5月  
第62屆體育節活動  
地點：全港各區  
詳情：<http://fos.hkolympic.org>



6月23日  
2019 奧運日  
地點：香港體育學院  
詳情：[www.hkolympic.org](http://www.hkolympic.org)

(資料由客戶提供)

《奧訊》第十二期完整版：[www.hkolympic.org](http://www.hkolympic.org)

### 第一屆冬季亞洲兒童國際運動會



第一屆冬季亞洲兒童國際運動會於二月份在俄羅斯庫頁島舉行。港協暨奧委會派出十一位少年運動員出戰其中三項比賽，包括高山滑雪、花樣滑冰及短跑速度滑冰。各運動員均首次參與國際綜合運動會，這次參戰對他們來說無疑是一次很好的經歷。



#### 第一屆冬季亞洲兒童國際運動會

時間：2019年2月8日至17日  
地點：俄羅斯庫頁島南薩哈林斯克  
比賽項目：八個運動項目  
網頁：<https://sakhalin2019.org>



Yuna



Nysh



Lyzhulya

### 奧林匹克主義體驗營

由港協暨奧委會及香港體育學院聯合主辦的第六屆奧林匹克主義體驗營於2019年2月11至13日假香港青年協會賽馬會西貢戶外訓練營順利完成。經過三日兩夜的宿營活動，參加者透過專題講座、團體活動及分享環節加深了對奧林匹克主義的認識。



### 港協暨奧委會 大灣區青年運動員交流計劃

由港協暨奧委會主辦、中聯辦協助、廣東省體育局支持及廣東省體育對外交流中心接待下，首屆「港協暨奧委會大灣區青年運動員交流計劃」已於2018年12月28日至30日在廣州順利舉行。是次廣州之行，本港的青年運動員得到經驗豐富的廣東省教練指導，獲益良多。與廣東省青少年競技體育學校的學生互相切磋時，也體會到內地運動員訓練時的辛勞和拼搏，從而激發他們對運動訓練的熱忱。

