



奧訊 ISSUE 13

港將全力爭入2020東京奧運會

距離明年東京奧運會不足一年，港將正積極爭取多項體育項目入場券，至今香港已在游泳、滑浪風帆及體操取得共8項資格。再達A標的何詩蓓已獲取兩項入場券，劍壇一姐江旻憓亦傷癒復出，加入追逐行列。香港體壇兩大巾幗代表人物在追逐東奧入場券的旅途上遇到不同考驗，有不一樣的艱辛勵志故事。



何詩蓓搶先入奧

何詩蓓再達奧運A標 領軍出戰東奧

53秒59、1分57秒16，香港游泳代表何詩蓓(Siobhan Haughey)憑著4月香港長池計時賽的這兩個成績，一舉達到100米及200米自由泳奧運時間A標，成為港隊首位確定東京奧運會(東奧)參賽資格的運動員。從巴西到日本，Siobhan在四年間已蛻變成獨當一面的泳隊領軍人物，當中的成長經歷又是怎樣？

為香港取得東京奧運會入場券。Siobhan說兩次達標的心情大有不同，今次走向東京一役更是百感交集：「因為上次已經做到，今屆以A標去奧運是理所當然，更不止是達標和參與般簡單，而是希望可以更進一步。上次是一個很大的成就，但今次一定會預期更多。」

不再只當明星泳手小粉絲

18歲第一次去奧運會時，到處都見到明星般的運動員，很難相信能和他們身處同一個環境。當年其中一個令Siobhan有這個感覺的，便是在準決賽與她同組的銀牌得主——瑞典名將Sarah Sjöström。「教練在電視上看到也說『你出場時緊張得整張臉都繃緊了』。然而今年6月世錦賽200米自由泳決賽重遇，累積不少大賽經驗的她已放下這種『小粉絲』心態，『我會繼續欣賞她們，但一落場就只會當是一個普通對手。』最終她僅落後Sarah Sjöström 0.2秒，與首面世錦賽獎牌只差一步。

small potato 蛻變 成世界級泳手

兩年前的世界大學生運動會後，她曾說要到世錦賽後才能定奪自己是否世界級泳手。如今距離頒獎台僅一步之遙，這個名銜覺得當得起嗎？「現在算是吧。至少面對強手也不會怕，因為不停地覺得對手比自己厲害的話，就已經輸了一半。心理學也有理論說你對自己說甚麼就會信甚麼，所以一直覺得不行就一定不行。」成熟不少的Siobhan自言對完美的追求已稍為放鬆了丁點：「我仍會追求盡可能做到完美，但也不會因不完美而自暴自棄，至少知道自己已盡了全力。」去年暑假的遭遇，或多或少也反映性格上的轉變。一年前，Siobhan 因傷退出雅加達亞運會，只能看著隊友共奪得1銀2銅，「真的想過自己有機會有獎牌的，的確有少許難過。不過有時候是要為長期目標而放棄短期目標，現在回望這個艱難決定也是值得的。」

雙膝連受重創 江旻憓復出劍指東奧

自今年3月登上女子重劍世界「一姐」寶座，繼而於7月劍擊世錦賽遭受右膝十字韌帶撕裂，江旻憓(Vivian)的劍擊生涯兩度因受傷而備受考驗。運動員向來忌諱十字韌帶受傷行動無法自如，她卻要向眾人證明即使左、右膝韌帶先後經歷重創，仍可遇挫更強，精心為來年東京奧運會磨尖劍鋒。

康復理想 復出爭入場券

Vivian這次的康復進展不比兩年前慢，僅休息一個月便逐漸重拾訓練，閒時亦上載練習片段到Instagram，「兩年前受傷時我不敢post任何東西上IG，不想給大家看到我拿著拐杖的樣子。不過今次有更多人關心我，亦經常收到朋友的訊息及小禮物，覺得有責任向大家交代，也想證明我很快便會歸來，不用擔心。」她有信心在11月的世界盃愛沙尼亞站復出，為爭取奧運資格繼續努力。

「一姐」只是里程碑非終點

三年前在里約奧運打進16強，創下香港劍手歷來於奧運會的最佳戰績，不過匆匆出戰兩場完成首次奧運之旅卻意猶未盡，賽後Vivian在選手村碰見匈牙利女子重劍金牌得主Emese Szász，亦從對方身上感受到大將之風：「她在褲袋掏出奧運金牌給我，然後讓我拿在手中，那一刻感覺很實在，但認為自己離這個目標尚有大段距離。從對話中我體會到她的成熟，了解她為何可成為世界級劍手，無論勝負都能淡然面對，不像我這樣情緒化。」執劍十數載，Vivian熱衷於比賽時得分的快感，「但直至今成為世界第一，才有少少夢想成真的感覺。」「一姐」只是里程碑而非終點，如何帶著平常心走未來的路，才是真正的課題。

Vivian出現在傳媒光燈下的次數，隨著成績進步有增無減，更被冠以「美女劍客」的稱號。「雖然已經做過多次訪問，但每次都是十分尷尬，不敢回看自己的報導。」話雖如此，她仍珍惜每次受訪機會，尤其最近公開談及傷勢時連連掉下眼淚，「知道大家都為我而心痛，亦看到身旁有記者聽到眼濕濕，令我更加忍不住。不過我很享受獲獎時有記者朋友接機的感覺，希望之後打得好可以再見到大家！」

東京奧運會資格賽

繼達A標的泳將何詩蓓及歐鎧淳，體操運動員石偉雄，香港女子游泳接力代表及香港滑浪風帆代表分別取得東京奧運會資格外，多項外圍賽已進行得密鑼緊鼓，香港有望取得更多奧運入場券。

- 2019年11月1-3日 UCI場地單車世界盃 地 點：白俄羅斯
- 2019年11月9-10日 2020東京奧運會亞洲區外圍賽(女子攆球) 地 點：中國廣州
- 2019年11月21-29日 亞洲射擊錦標賽 地 點：泰國曼谷
- 2019年11月23-24日 2020東京奧運會亞洲區外圍賽(男子攆球) 地 點：南韓仁川
- 2020年2月3-14日 亞洲/大洋洲資格賽(拳擊) 地 點：中國武漢
- 2020年2月26日-3月1日 2020 UCI世界場地單車錦標賽 地 點：德國柏林
- 2020年4月27-30日 2020 FISA亞洲-大洋洲奧運及殘奧資格賽(賽艇) 地 點：韓國忠州市

(截至2019年10月27日)

2020東京奧運會 7·24開幕 誕生339面金牌

第32屆夏季奧林匹克運動會—2020東京奧運(Tokyo 2020)將於明年7月24日至8月9日舉行，預計有206個國家或地區逾11,000名運動員參賽，共進行33大項339小項賽事(誕生339面金牌)。

亞洲首個城市 再辦夏季奧運會

2020東京奧運會是東京自1964年、相隔56年後再次主辦夏季奧運會，也是繼法國巴黎、英國倫敦、美國洛杉磯及希臘雅典後，全球第5個至少兩次舉辦夏季奧運會的城市，同時為亞洲第一個。

新設5項目

東京奧運會將增加棒/壘球、滑浪、空手道、滑板及運動攀岩5個項目(18小項)，當中棒/壘球是自2008年北京奧運以來相隔兩屆再度回歸，其他則是第一次進入奧運殿堂。與此同時，部份常設運動亦增加男女混合賽，而場地單車亦重設麥迪遜，戰況激烈。

(資料及圖片來源：2020年東京奧運會官方網站https://tokyo2020.org)



©Tokyo 2020



會長 獻辭
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

《奧訊》一直以來的宗旨，是以積極正面的態度宣揚團結的精神。運動可以讓人團結、增強決心和超越自我，而此刻我們更應該強調運動的重要性，希望藉此強健身心，保持正面思想，貢獻社會。同時，香港的運動員全都是我們的英雄和典範，在艱鉅而漫長的旅程中，一直全力以赴爭取佳績，因此值得成為我們學習的對象，帶給我們正能量、勇氣和希望。

《奧訊》第13期完整版
www.hkolympic.org
(資料由客戶提供)