

\$25



AUG 2022
ISSUE 21

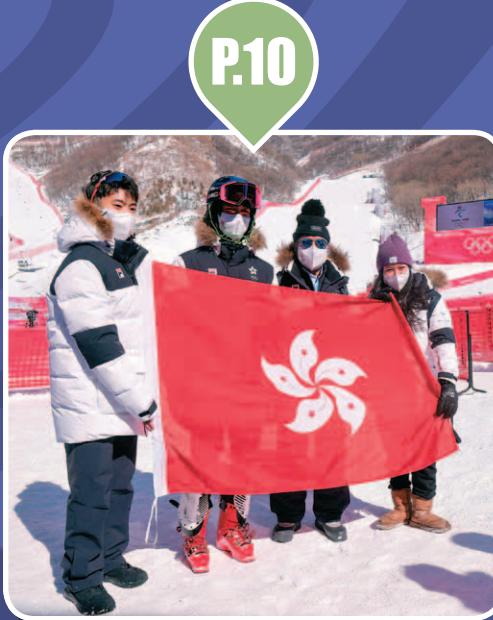
Olympic Voice of Hong Kong 奧訊

P.10 冬奧3雄新挑戰





Cover Story 封面故事



Feature 專題報道



SF&OC News 港協動態



Multi-Sports Games 運動會追蹤



News Express 體壇快訊





Voice

We have had high and low moments in sports through the pandemic. We saw the Summer Games in Tokyo postponed for a year, but our patience of Job was rewarded with the best Olympic results we have ever achieved. The same patience will be tested with the Asian Games of 2022 in Hangzhou that has been delayed for a year. The silver lining however is that more time can now be given to our athletes to prime themselves. But the postponement remains a disappointment as we had hoped for a return to sporting normalcy. We remain confident that we will overcome these trials and tribulations because that is the stuff that champions are made of.

受到新冠疫情影響，體育界這幾年面對了不少高低起跌的時刻。我們曾面對東京2020奧運延期一年，然而，憑著無比韌力，我們得到了奧運史上最好的成績。現在，同樣的處境和試煉再次因杭州2022亞運延期而出現。

我們的運動員曾心存盼望，並以此作為裝備自己的動力，亞運延期的消息無疑令人失望，尤其是我們甚為祈望各體育活動能重回正軌。縱使如此，我們將會堅實地通過考驗和磨練，因為這正是勝利者的優秀之處。

訂閱《奧訊》 緊貼港協暨奧委會動向

《奧訊》是港協暨奧委會的官方會訊，為市民及體育運動愛好者提供大型國際賽事、香港運動員及港協暨奧委會的最新資訊。

如欲訂購《奧訊》，請掃瞄二維碼下載訂閱表格，填妥後連同費用交回本會，即可透過郵寄方式收到《奧訊》，掌握香港體育界的最新動向。



《奧訊》訂閱表格

Timothy T.T. Fok
霍震霆

President
Sports Federation &
Olympic Committee of Hong Kong, China
中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會長
Honorary Member
International Olympic Committee
國際奧林匹克委員會榮譽委員

《奧訊》出版委員會
●召集人 楊祖賜先生
●委員 郭志樑博士
霍啟剛先生
何劍暉女士
朱凱勤先生
施倍德博士
鄭國鴻先生

出版：香港奧林匹克之友有限公司（港協暨奧委會關聯公司）
香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑1號奧運大樓一樓1032B室

承印：泰業印刷有限公司
香港大埔工業邨大貴街13號

版權所有 未經許可 不得翻印

世一女將
走入男子職業世界

吳安儀唔介意輸 只求煉成「更好的安儀」





「在舒適區久了，我問自己：『不如試試出去輸？』」贏盡女子錦標，當過世一，香港桌球運動員吳安儀為什麼偏要去男子世界輸？「因為我只是喜歡打桌球。」這份喜歡無關輸贏，吳安儀說，能見證自己進步，變成「更好的安儀」，已經很滿足。而且，誰說往後不會贏？她的職業生涯才剛開始。

職業，不只是打球

去年婦女節，吳安儀和英國球后伊雲絲收到一份大禮——連續兩屆世界桌球巡迴賽資格。安儀笑言聽到這個消息時，她嚇得差點燒燙晚餐，她曾多次「踩過界」，用外卡身份參加男子世界錦標賽，但今次卻是首次獲發「全年通行」的外卡，意義自然是不一樣。更令她驚喜的是，首站竟然抽中與「火箭」奧蘇利雲（Ronnie O'SULLIVAN）同組。「很想要吧？」她在社交平台貼出「心心眼」的表情符號。訂好機票、酒店，沒想到6月英國疫情爆發，幾經掙扎，還是決定退出「地標（出道）戰」，延遲到10月出發。

「很遼遠。」吳安儀這樣形容首季職業賽的日子。

抵達英國，先要安頓衣食住行。人稱「四眼cue后」的她，總是戴著圓框眼鏡，穿著白色襯衫，搭配馬甲和煲呔示人。偏偏部分賽事規定球手需穿著黑色襯衫，「我逛了幾間舖頭都沒女裝，男裝夾位又不合適，結果要打電話給香港裁縫師傅，照著我的尺寸做一件，速遞過來。」解決了「衣」，還有一籮瑣碎事：「原來比賽時不能帶隨身袋入場，cue一定要擺放在枱底，還有因應為疫情嚴重，每個球手都要有自己的rest（架杆）。我好幾次用了對手的，被球證制止，多尷尬……」這才發現，所謂職業，不只是打球這麼簡單。幸好安儀頗受照顧。

每天朝9晚6，她會與其他職業球手對練，「男、女子水平不同，我開頭覺得不好意思，自己不夠勁又要一起練。但他們人很好，會說『Welcome to the tour（歡迎來到巡迴賽）』，叫我有什麼不懂就便隨便問。」最友善的，莫過於奧蘇利雲。這個七屆世界冠軍竟然主動邀請安儀一起練習，「對我來說，奧蘇是只會出現在電視上，遙不可及的球星。他主動叫我的時候，我腦內簡直一片空白：『發生咩事，點解會咁？』」除了「火箭」，她還與威廉斯（Mark WILLIAMS）對練，獲得不少寶貴意見：「例如他會叫我早些創造機會『起迫』，後手握後一點，這樣打power shot會比較穩定，這些指導都很有用。」





每次都「差少少」

各式各樣的新環境、新挑戰，安儀花了不少時間去適應，還有一樣必須適應的，是輸。

安儀憶述首場德國大師賽對史達文（Craig STEADMAN），在領先4：2下，連輸3局敗陣；其後蘇格蘭公開賽對梅菲（Shaun MURPHY），又在領先3：1下，反負3：4。差少少的感覺，令她有不少「掠心口」的時刻：「明明我打得不差，但技術上真的差少少，到最後無法『衝線』。比賽中當然有不少懷疑過自己的時刻，覺得真的好難贏，真的贏不到。」直到在威爾斯公開賽擊敗吳宜澤，取得職業首勝，她才鬆一口氣：「我見到自己進步，見到自己在前進，在追，這是一種肯定。」

「輸贏只是一個過程」

總結首季職業，安儀錄得1勝7負，跟過往贏盡女子錦標相比，或許不值一提。但如她所說，人生不是只有輸贏。「很多人問我，為什麼打女子成績這麼好，偏要去打男子，輸完1：10，再輸1：10？」她反問，誰能一開始就贏？「我走出了我的comfort zone（舒適區），來到一個新領域，總要時間適應吧。我由過往場場輸，到今季贏一場，將來可能贏兩三場，或者一直贏下去。誰知道呢？這是一個過程。我當初打女子，也是這樣走過來的。」

展望新一季，安儀會與師兄傅家俊、李俊威一起亮相世巡賽。她只有一個目標：「下季的吳安儀，要打敗今季的吳安儀。」換兩個字，就是進步。「我當然想贏，但更想看見自己愈打愈好，得分能力愈來愈高，因為我只是喜歡打桌球而已。」



■在男子職業賽不時都遇上強手，令安儀水準提升。





Women's World Champion against The Top Men

NG On-yee Strives To Be a Better Version of Herself

'I have stayed in the comfort zone long enough. So, I asked myself, why not head out there and lose for once?' said Hong Kong Billiard Athlete, NG On-yee. Having won multiple World Women's Snooker Championships and been crowned world's number one, NG believes that seeing progress and gradually becoming a better version of herself is the greatest satisfaction she could obtain.

NG received a big gift last March: a two-year tour card at the start of the season of the professional World Snooker Tour. What was more exciting was that she was drawn as the same group as The "Rocket" Ronnie O' SULLIVAN. She was, however, forced to withdraw from the Championship League due to the escalating UK COVID-19 outbreak in June, delaying her professional debut until October.

'I was all over the place,' NG said about her professional debut days. 'It turns out that personal baggage is not allowed during the tournament. Cues must be placed beneath the table and every player has to have his/her own rest due to COVID-19 epidemic restrictions. I was stopped by the referee on several occasions when I used my opponent's rest. It was so embarrassing.'

During the tournament, NG practiced with other professional players. She finds the seven-time world champion Ronnie O'SULLIVAN, who invited her to practice together, the kindest among them. She also gained invaluable advice from Mark WILLIAMS through

practicing with him.

NG spent quite a lot of time adapting to new surroundings and rising to challenges. She recalled taking a 4-2 lead before losing the last three frames ending in a defeat to Craig STEADMAN in the German Masters qualifiers, her first match in the season. Later at the Scottish Open, she once again lost after initially leading the game over Shaun MURPHY. She said that during this period, she had moments of self-doubt. It was only after she beat WU Yize in the Welsh Open and picked up her first victory that she could finally have peace of mind.

Winning or Losing is Just a Process, but not an End in itself

To conclude her professional debut in the first season, NG had a stretch of one victory and seven losses. However, life is not just about losing or winning. 'I lost every game until I won one this season. In the future, I might win another two or three tournaments, or hit a long winning streak. That's how I went through the Women's World Championship tournaments back in the old days.'

NG will join Marco FU and Andy LEE on the World Snooker Tour next season. She has but one goal: 'Next season, I will beat this season's NG On-yee. Of course, I would love to win, but what I really want is to see myself getting better at snooker day by day.'



■(左起)運動員朱定文(滑冰)、金和曉(滑雪)、張小倫(劍擊)和李晉熙(羽毛球)鼓勵市民參與「虛擬跑」及不同體育運動，透過體育凝聚力量。

「2022奧運日虛擬跑」

與香港運動員一起跑

6月23日是國際奧運日，為一項全球一起慶祝的年度盛事，港協暨奧委會今年首次以「虛擬跑」形式舉辦，並將主題定為「與香港運動員一起跑」，鼓勵市民投入健康人生及享受做運動的樂趣。為慶祝香港特別行政區成立25周年，「奧運日」同時成為政府認可的25周年慶祝回歸活動之一，讓市民體驗奧林匹克精神之餘，亦可感受慶回歸的熱烈氣氛。

參加虛擬跑的市民不論在香港任何地方，只要完成最少一公里的路程，就可以得到豐富的禮品包。為了讓更多市民認識奧運日，港協暨奧委會特別在香港島、九龍及新界設置指定路線，沿途擺放了與奧運日有關的大型裝置，讓參加者一邊跑步、一邊拍照「打卡」；而參加者將照片上載至網上報名平台後，更可獲得額外禮品。



九龍區路線

觀塘海濱花園塔樓至啟德地下廣場
(全長約2.6公里)

三條
指定路線



香港島區路線

灣仔臨時海濱花園至中環文化廣場
(全長約3.4公里(來回))



新界區路線

沙田公園至白石角梯台
(全長約7.1公里)

完成禮品包

只要完成最少一公里的路程，就可以得到豐富的禮品包。

■ 參加者在指定路線打卡。

**HK\$4,000
信用卡免找數簽賬額
Free Credit Card Spending Limit**

註：隊際組別 — 可獲得由工銀亞洲贊助信用卡免找數簽賬額港幣四千元，總贊助金額高達港幣10萬元。

港協暨奧委會十分感謝以下機構對活動的鼎力支持：包括資助機構康樂及文化事務署、活動銀贊助商中國工商銀行（亞洲）有限公司、主贊助商 Fila Marketing (Hong Kong) Limited、日清食品（香港）有限公司，以及支持單位Germagic Biochemical Technology (HK) Limited及恒基兆業地產集團。

中國香港代表團在北京

2022冬季奧運會港隊派出金和曉、翁厚全和朱定文3名選手參賽，分別出戰高山滑雪和短道速滑項目，參賽人數是歷來最多。他們的第一次冬奧旅程，夾雜著汗水和淚水。努力未必換來「成功」，但賺到的經驗和支持，卻是用錢都買不到。運動以外，三人都各有理想，9月他們將回到校園，接受新的挑戰。

■朱定文將到美國升學，但仍會保持練習。

冬奧後重新「出發」

三位香港代表 回到校園尋覓理想

朱定文足踝重傷幾乎放棄 幸得教練鼓勵繼續冰上飛

21歲的朱定文（Sidney）是香港滑冰運動員，在冬奧出戰短道速滑500米項目賽事，但他的奧運夢並非一帆風順。傷患幾乎是每個運動員最難克服的難關，朱定文亦曾於2018平昌冬奧資格賽前不幸足踝嚴重骨折，錯過出戰奧運機會：「當時我足踝的3塊骨頭都骨折了。」旁邊的高山滑雪運動員金和曉聽罷，都不禁倒抽一口氣。「對啊，整個足踝『散晒』。當時我有想過放棄，但我內心其實想堅持下去，幸好我找到一個仍然相信我可以出戰奧運的人。」這個人就是他的教練孫丹丹，「孫教練曾在1998年受過和我一樣的傷，但她僅僅花2個月恢復，就去參加長野1998冬奧比賽，更奪得銀牌。我受傷後，她對我說：『沒事兒！』，給予我很大信心繼續追夢。」

朱定文的第一次奧運之旅，結果在小組賽中得第三，無緣晉級，但他認為，能夠與世界級選手在奧運舞台較量，已經一圓兒時夢想，未來他會繼續享受「在冰面飛的感覺」：「我堅持下去都是因為想追求奧運夢，很想代表香港企上這個最大型的舞台，今次能夠出賽已是一個肯定。」

朱定文：認清自己熱愛的事

朱定文除了是運動員，同時亦是名醫科生。在香港就讀國際學校的Sidney小時候已醉心科研，2005年曾憑一個關於檢測細胞異變基因系統的研究，勇奪得第17屆「香港青少年科技創新大獎」少年科學家獎，其後他立志成為醫生。另外，北京冬奧之後他又多了一個身份，他開辦了香港速度滑冰學院，與其奧運團隊推廣速滑。他說，無論是哪一個身份，都令他感到滿足和開心，「做運動員，不一定放棄教育發展，從小我對科學、科技有興趣，做醫生是我的夢想。其實無論是做運動員、教練或是醫生，感覺我都對社會有一點點影響，很有成就感。」

「犧牲最大應該是和朋友、家人相處的時間吧，即使放



朱定文



■朱定文曾不幸遇上嚴重骨折，仍無放棄追夢。



假我都很少去聯誼活動。」作為一個「學霸」運動員，朱定文說最大的困難是要平衡學業和訓練，不過他認為，只要找出自己最想做的事，將生活圍著熱愛的事，自然不會浪費時間，保持自律：「我覺得大家都會花時間認真想想，這是不是自己想做？還是父母要你做？自己是否真心熱愛這件事？排好優先次序，管理時間就易好多。」朱定文9月他將回美國繼續學業，展開4年的醫科課程，他表示之後重心會放多點在學業，但會保持速滑訓練。

冬奥唯一香港女將 金和曉滑雪練出「大心臟」

19歲的金和曉（Audrey）是今屆冬奥唯一香港女將，她在賽前不幸確診新冠肺炎，幸趕及康復出賽，可惜她在高山滑雪迴轉初賽臨衝線一刻失手，未能繞過旗門，失落晉級機會。賽後她難掩失望，訪問時更一度落淚：「我已經盡力了。」初戰冬奥，排名第86登場，其實當日比賽場地經多名選手滑完後，坡面已經變得不平滑，選手一個接一個「DNF」（未能完賽），會怕嗎？「不會。奧運之前，我已經比了30場比賽，心態早已練好。這個山，和其他山沒有分別。」她微笑道。高山滑雪難度在於不單要交替繞過藍紅旗門，更只得一次機會，比賽時會合計前兩輪時間來決定晉級決賽的選手，要是在首輪「DNF」，那就完了。Audrey說：「DNF其實是平常的事，滑雪運動員心臟都很強大，所以我心理沒有受太大影響。」為港隊打頭陣的她在冬奥時奮鬥的一幕幕畫面，令不少港人留下深刻印象，從而開始留意冬季運動。

為備戰冬奥而休學一年的Audrey，9月終於展開大學生活，這位美國哈佛大學一年級生表示期待，回想中學時兼顧學業和訓練的刻苦生活，她為自己堅持達成目標感到驕傲：「我想像不到，不再滑雪的自己會是怎麼樣。雖然滑雪真的很難，但我一直深信自己還有潛能未完全發掘出來，所以不想放棄。」她認為所有學生運動員都面對相同的困難，只要轉換心態，其實沒想像中「難」：「如果你老是想著今個月有大堆課業要完成，會比較難跟上進度。我建議大家分拆做一些較小的任務，每日列出要做的事，專注做好當天的事就可以了。」熱愛文學的她表示，大學或會修讀英文，透過文字與大家交流。近月她亦於室內滑雪中心開班教授滑雪技巧，為推動冰雪運動出一分力。

場地提供：Ski Tech HK

■訪問後，
金和曉指導朱定
文試玩滑雪機，
笑聲不絕。

■Audrey與
朱定文均希望
為港推動冰雪
運動。

冬奧經歷永世難忘 翁厚全立志捲土重來

17歲的翁厚全（Adrian）是今屆冬奧港隊年紀最小的選手。他2歲開始跟父母到日本滑雪，年僅8歲已經開始比賽，他曾入選14歲以下英國國家隊，但他最終選擇代表香港出賽。5歲移居英國的Adrian努力嘗試以廣東話接受訪問，回顧休學一年備戰冬奧的旅程， he說：「由於長期都要自己一個在外訓練，沒有朋友、家人在身邊，的確很難找到動力，但當你有個明確目標就可以堅持。我很喜歡滑雪，有一個burning passion（燃燒的激情），所以一切都值得。」

他透露，奧運前的賽季，一度因不適應成人賽而陷入低潮，「青年組比賽我贏過幾個獎牌，但來到成人賽很難適應，無論多努力都達不到目標。」而今次冬奧「未能完賽」更對他造成不少打擊，不過這些挫折沒有令他卻步，他很快就下定決心，下屆冬奧捲土重來，「這次奧運是一次永世難忘的經歷，很大打擊，同時給了我動力裝備自己，希望可以參加下一屆冬奧。」

宣揚環保 守護滑雪運動

Adrian早前透過「頂尖運動員入學計劃」獲香港大學取錄，新學期將回港讀書，而他修讀的科目亦與滑雪相關：「滑雪比賽是在優美的大自然景色中進行，雪山和周圍的景色我都很喜歡，不過近年見到雪山上的雪愈來愈少，而夏天去潛水時，又發現珊瑚都逐漸消失，所以我應該會選修環境科學，希望將來參與保育工作，讓更多小朋友有機會滑雪。」他計劃先放假休息和調整心情，預計11月正式重投訓練，期待以更強的自己迎接之後的比賽。



■三位冬奧香港代表朱定文（左一）、翁厚全（左二）及金和曉（右一），與港協暨奧委會會長霍震霆在北京冬奧會場上合照。



■Adrian已經立志再戰來屆冬奧。





Sidney CHU

Audrey KING

Adrian YUNG

A fresh start for 3 Hong Kong, China Delegation in Beijing 2022

Back to school in pursuit of dreams

KING Audrey Alice, YUNG Hau Tsuen Adrian and CHU Sidney K represented Hong Kong at the Beijing 2022 Olympic Winter Games. Although their Olympic debut did not go as planned, they gained valuable experience and support from many. Sports aside, the three young Olympians will return to school in September to face new challenges.

Coach's Words Keep Sidney CHU Flying over The Ice

21-year-old Sidney CHU K took part in the Men's 500m Short Track Speed Skating event. Sidney had previously suffered an unfortunate ankle fracture on the eve of the Pyeongchang 2018, causing him to miss out on this precious opportunity, but he was able to forge ahead with the encouragement and the support of his coach, SUN Dandan. Chu's Olympic debut was short but sweet: despite finishing third in the heat he could not advance to the next round, although the experience of competing with the world's best athletes on the Olympic stage was like 'a childhood dream come true'.

In addition to being an athlete, Sidney is also a medical student and a founder of Speed Skating Academy to promote his beloved sport. Sidney said he is satisfied and happy with his various roles. Returning to the US in September to start a four-year medical course, Sidney said he would focus more on his studies in future, but would not stop his speed skating training.

KING Audrey Alice Learns from Experience to Deal with Life's Curveballs

19-year-old KING Audrey Alice was the only female in the Hong Kong, China Delegation to participate in Beijing 2022, and experienced a tumultuous trip. The alpine skier tested positive for

COVID-19 leading up to her big event, and while she recovered in time to compete, she lost her balance during the dash to the finish line in the slalom run and was unable to qualify for the second run finals. Audrey was visibly upset at a post-race interview, but said that getting a "Did Not Finish" is not uncommon and that she felt proud for being persistent in achieving her goal.

Audrey began to teach skiing techniques in indoor ski centre in recent months to help promote the winter sport. She will commence university studies in the US in September.

YUNG Hau Tsuen Adrian Aims to Make a Comeback

As the youngest member in the Delegation, 17-year-old, Adrian YUNG, said that having trained on his own for years, it was hard to stay motivated, but he eventually found a clear goal to stick to: 'I love skiing, and I have a burning passion for it, so it's worth all the effort.' He said that he fell into a slump during the season before the Olympics as he was not used to competing in the 'adult' category. The "Did Not Finish" registered this time also dealt him a hard blow. Despite the setbacks, Yung remains unwavering in pursuing his dream and is determined to make a comeback at the next Winter Olympics.

Adrian was admitted to the University of Hong Kong through the 'Top Athletes Direct Admission Scheme', and will start his studies in Hong Kong in the new semester. Majoring in Environmental Science, he aspires to participate in conservation work and also hopes to introduce the sport of skiing to more children. Adrian plans on taking a break to rest and adjust his approach before returning to regular training in November, and aims to present a stronger presence at upcoming tournaments.

由中國香港體育協會暨奧林匹克委員會（港協暨奧委會）主辦、獲康樂及文化事務署（康文署）資助的年度體育盛事 — 第65屆體育節於2022年4月至8月期間聯同各體育總會舉行多項新穎有趣的體育活動，包括比賽、同樂日及體育示範等。

香港精英運動員推廣全民運動

第65屆體育節 營造活力盛夏



■三位體育節大使吳翹充（體操；左）、羅映潮（長跑；中）及梁俊碩（賽艇；右），鼓勵大眾在日常生活中加入適當運動訓練，保持身心健康。

勉勵大眾「互相支持，並肩前行」

第65屆體育節為慶祝香港特別行政區成立二十五周年的認可活動之一。今屆體育節主題為『互相支持，並肩前行』，鼓勵大眾保持身心健康之餘，在社區互相傳遞支持和活力，以體育運動迎接社會復甦。

為了鼓勵市民在疫情下仍保持良好運動習慣，港協暨奧委會委任吳翹充先生（體操）、梁俊碩先生（賽艇）及羅映潮小姐（長跑）為第65屆體育節大使。第65屆體育節巡迴展覽於6月至7月登陸各大商場，詳盡介紹體育節、港協暨奧委會及其相關活動等資訊。展覽更展出香港運動員的相關物品，包括體育節大使在過去大型賽事獲得的獎牌等。場內播放各體育總會及體育節的片段合輯，讓觀眾深入認識各項運動特色。

第65屆體育節巡迴展覽日程

日期	地點
6月7日至13日	馬鞍山MOSTown新港城中心
6月24日至30日	觀塘YM ² 裕民坊
7月11日至17日	將軍澳MCP CENTRAL(新都城中心2期)





■啟動儀式上委任了來自不同中學、年級和運動項目的「體育小伙伴」。

首屆「體育小伙伴」推廣正向健康生活態度

為了讓市民可以近距離與運動員交流，港協暨奧委會於2022年6月12日（星期日）在馬鞍山新港城中心為第65屆體育節巡迴展覽舉行啟動儀式。

啟動儀式上亦委任了來自不同中學、年級和運動項目的「體育小伙伴」。他們將以身作則參與體育節活動，將體育訊息推廣至年青一代，更有效地將運動帶進校園。

除了第65屆體育節巡迴展覽外，體育節更

會舉辦導賞團，帶市民參觀並深入了解體育場地。而三個重點活動將在8月連續3個週末壓軸登場。

第65屆體育節重點活動

日期	活動名稱	地點
8月13至14日	賽艇夏日祭	灣仔水上運動及康樂主題區
8月20至21日	第四屆香港賽車運動節	數碼港商場
8月28日	體操同樂日	荷里活廣場



體育節網頁 <https://fos.hkolympic.org>

「Festival of Sport體育節」Facebook專頁（網址：<https://www.facebook.com/sfocfos>）

體育節Instagram帳號@festival_of_sport

賽馬會「奧翔」計劃 2021-24 正式啟動



■紀榮賢博士於2021至22學年始擔任奧夢成真的督導教練（項目發展）。



■各類競技遊戲全方位地考驗同學的體能、反應、團隊合作、溝通能力等，學生亦能從中體驗及學習不同奧林匹克教育主題。

奧夢成真繼2018至21年後再度獲得香港賽馬會慈善信託基金捐助，於2021至24年延續賽馬會「奧翔」計劃，計劃與數個奧林匹克運動會同步，以運動宣揚奧林匹克價值，預計向90間受惠中學推廣具奧林匹克教育作用的競技遊戲，對學生身心和社會發展均起正面作用。計劃會發掘具運動潛質的中學生並加以培訓，為本地體壇的發展出一分力；同時為對體育事業感興趣的學生提供「運動相關職業導向」講座，鼓勵學生投身體育行業。

計劃活動包括：奧林匹克競技遊戲、運動體驗、體適能測試、運動相關職業導向活動、體能訓練及體能挑戰賽體驗、計劃簡介及教練分享、校隊訓練及暑期訓練班、奧林匹克運動展覽及奧運相關擺設及校際體能挑戰賽。

當中的「奧林匹克競技遊戲」更是由督導教練(項目發展)紀榮賢博士操刀，將S&C（肌力與體能訓練 Strength and Conditioning）融入價值教育，以遊戲形式吸引學生參與體育活動，發展各種基礎動作技能，提升體能水平，同時帶出卓越、尊重、友誼等「奧林匹克教育主題」。



前賽艇奧運代表鄧超萌

轉型做小學教師 春風化雨



前賽艇奧運代表鄧超萌先生在退役後參加由文化體育及旅遊局主辦的「退役運動員轉型計劃」，擔任學校體育推廣主任，最後成功轉型為小學教師。這位三屆亞運獎牌得主正向新的目標邁進：「我喜歡這個計劃，能幫助運動員退役後步入社會，安排一份合適的工作並發揮所長，亦有在職培訓及進修資助，以助運動員轉型。推廣主任與我理想的工作內容相似，期間了解到學校的運作及對學生的教學方法，對我的新工作很有幫助。學校亦安排導師協助，透過與導師定期會面，解答了我在工作上的疑問及提供寶貴意見。」

「退役運動員轉型計劃」全年接受報名，計劃鼓勵及資助學校和體育機構聘用退役運動員，並提供在職培訓及進修資助。有關資訊及參加資格，可瀏覽HKACEP網頁 (<http://www.hkacep.org/>) 或致電2504 8113查詢。

與香港高等教育科技學院簽訂合作備忘錄 為退役運動員發掘轉型機遇

港協暨奧委會與香港高等教育科技學院(THEi高科院)於三月簽署運動員專上教育合作備忘錄，合資格的運動員可透過計劃，報讀THEi高科院運動及康樂管理(榮譽)社會科學學士課程。THEi高科院將為運動員作出彈性安排，包括優先取錄符合入學資格的運動員、按照運動員的學習進度調節修讀年期，以及作出彈性課堂安排等，讓他們兼顧工作、訓練、比賽及學習，達至多元發展。

THEi高科院是港協暨奧委會繼香港教育大學後，第二間簽訂合作備忘錄的本地專上學院，期望未來與更多大學及專上學院合作，為退役運動員提供更具特色的課程並予以支援，讓他們發掘運動以外更多的轉型機遇。



全力支援退役運動員轉型 為體育總會舉辦簡介講座



HKACEP一直致力為運動員提供就業、教育、生活技能及諮詢等服務，協助運動員退役後成功轉型，發展第二事業。HKACEP相信透過全方位支援，可以令現役運動員減少後顧之憂，全心全意投入運動員生涯，為港爭光，推動本地體育發展。

為了令體育總會及運動員更了解本計劃的服務，HKACEP會不時舉辦相關講座。如各體育總會有意為運動員舉辦講座，歡迎致電2504 8126與本會職員聯絡。

求職面試工作坊

面試是就業轉型必須經過的一環，即使運動員有豐富比賽經驗，對準備面試亦可能束手無策。有見及此，HKACEP將於九月舉辦求職面試工作坊，由經驗豐富的導師講解，更會提供筆記供大家日後面試前重溫，助你轉型踏出第一步！如有興趣報名或了解詳情，請掃瞄QR Code。



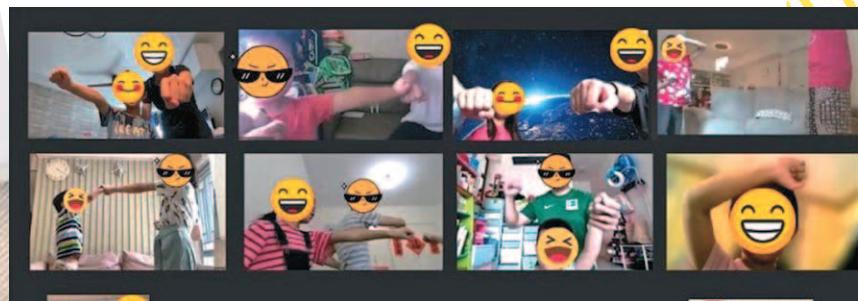
由奧林匹克之友舉辦的

「OFC友・動樂計劃」結合了義工與運動體驗，讓會員與社會上不同背景人士交流，一同享受運動帶來的樂趣。過去的活動都深受歡迎，吸引眾多人士參加，齊齊推動社會共融及發揚奧林匹克精神！

「OFC友・動樂計劃」齊齊動起來 投入運動樂

跟前香港精英運動員學習空手道 共享家庭樂

奧林匹克之友早前舉辦了線上親子空手道體驗課，由曾出戰仁川2014及雅加達2018亞運的前香港空手道運動員馬文心講解空手道的知識，包括基本禮儀、架式及攻防技術等。一眾家長與小朋友齊齊跟隨導師的指導出拳和對練，動作都有板有眼，表現相當不錯！透過這次體驗，不論是大人或小朋友都感受到空手道的樂趣，並透過運動促進親子關係。



參加活動後之感想

「好好，內容及選用動作適宜。」

奧林匹克之友會員

「指示很清晰。」

奧林匹克之友會員

「對空手道更感興趣，希望將來能有更深入的了解。」

奧林匹克之友會員



與智障人士體驗太極拳

除了空手道，奧林匹克之友亦舉辦了武術線上體驗班，邀請了香港智障人士體育協會學員與會員一同參與活動。體驗班由雅加達2018亞運武術套路（太極拳及太極劍全能）銀牌得主，香港武術運動員莫宛蠻擔任導師，向他們講解太極拳的細節，以及武術運動背後的理念和意義。

體驗班更邀請到著名電台DJ阿強做嘉賓，和大家一起學太極。在莫宛蠻的悉心教導下，各位參加者都十分投入，表現出色，並感受到武術的吸引之處。



參加活動後之感想

「加深了解和認識武術太極拳。」

奧林匹克之友會員

「好玩，有趣。」

受惠機構的參加者

「滿意學到不同運動項目。」

奧林匹克之友會員



緊貼
OFC
動向

立即加入成為訂閱會員
尊享獨家禮遇



香港奧林匹克之友
Hong Kong Olympic
Fans Club



香港奧林匹克之友由港協暨奧委會成立，負責推動公眾對體育運動的興趣。奧林匹克之友會定期舉辦不同的活動，如義工與運動體驗、有獎問答遊戲，希望透過不同的活動，令社會認識奧林匹克精神，同時為香港運動員打氣！請即掃瞄二維碼，填妥會籍申請表，即可免費成為奧林匹克之友會員，並透過電郵收到最新活動介紹、尊享活動體驗、優先報名等獨家禮遇及相關體育資訊，讓你盡享非凡體驗！

電競行業線上分享會

Hong Kong Olympic Fans Club's Webinar:
Explore the emerging E-sports

Hong Kong Olympic Fans Club's Webinar:
Explore the emerging E-sports



Hong Kong Olympic Fans Club's Webinar:
Explore the emerging E-sports

Hong Kong Olympic Fans Club's Webinar:
Explore the emerging E-sports



Register as OFC's
Subscribing member for FREE!



Register as OFC's
Subscribing member for FREE!

翻新前



HKCOS
香港奧林匹克資源中心

全新面貌示人 繼續宣揚奧林匹克精神！

香港奧林匹克資源中心於2015年在奧運大樓設立，提供了不少有關奧林匹克的資料及體育運動項目的書籍，供大眾閱讀和參考。

中心於2022年6月進行活化工程，以全新面貌示人。翻新後的中心，整體色彩靈活運用奧運五環的五種顏色，以體現五大洲的團結和世界各國的運動員在奧運會上相聚一堂；在設計概念上，就加入樹木和河流等元素，以呼應國際奧委會提倡的「可持續發展」和「綠色奧運」的長遠發展目標。

中心活化後，除了會一如既往開放給公眾閱覽書籍，亦會定期舉辦多元化活動，如繪本共讀、藝術創作工作坊等，以更有活力的形象，持續宣揚奧林匹克精神！

翻新後

■ 翻新前及翻新後的香港奧林匹克資源中心。

■ 參觀位於
奧林匹亞的古
代奧運會比賽
場地。



■ 火炬傳遞及
旗幟交接儀式讓參
加者體現奧運會中神
聖的儀式，及了解
箇中的意義。



跨越地域界限

在數碼時代宣揚 奧林匹克主義

由國際奧林匹克學院主辦的第 62 屆國際青年奧林匹克大使會議於 2022 年 6 月 11 至 23 日在希臘雅典及奧林匹亞舉行。會議旨在集合世界各地的年青人，在多元文化的環境中互相交流，體現奧林匹克精神。參加者將擔任奧林匹克大使，將所學到的知識帶到各自代表的國家或地區，宣揚奧林匹克運動與精神。是次會議一共有 125 名、來自 80 個國家或地區的參加者，而港協暨奧委會則派出退役游泳運動員兼奧林匹克教育小組助理經理潘允誼 (Janice) 參加。

今年會議的主題為「數碼時代的奧林匹克運動與奧林匹克主義」，而特選主題為「透過數碼策略與虛擬運動推廣體育運動」。Janice 表示，會議的行程相當緊湊與充實，除了每天的課堂與小組討論外，並會就不同的課題，如電競、虛擬運動等進行辯論和反思，從中了解不同國家或地區代表的看法。參加者亦獲安排到訪不同的古蹟與博物館參觀，了解古希臘的歷史與奧運會的發展。此外，會議更有一連串體育運動、舞蹈、音樂及藝術工作坊等，充分體現奧林匹克主義中所注重的身、心、靈發展。

奧林匹克主義，應實踐於日常生活中

對於疫情期間仍有機會出外交流，Janice 滿懷感恩：「感謝港協暨奧委會的信任與同事的支持，才能參加這次畢生難忘的旅程。在兩個星期的會議中，我每天都與不同人溝通，並從中有所得著。大家都對體育發展及奧林匹克主義教育充滿熱誠，而在活動中大家彼此了解，互相發掘長處，無論在演講廳、飯堂或球場，也可體現到互相尊重、友誼及團結等價值。」Janice 希望將會議所學到的加以應用，啟發身邊更多人，並注入新元素到現有的奧林匹克主義教育計劃，緊貼新時代的奧林匹克運動及運動發展。

■ 適逢奧運
日，Janice有幸
參加位於奧林匹亞
小鎮舉辦的奧運
日跑。



■ 國際奧委會
運動員委員會委
員、索契 2014 冬奧會
金牌得主張虹 (左)
分享個人經歷。



繼續支持港將備戰杭州亞運 中小學生以畫為健兒打氣

因應新冠肺炎疫情的情況，原定於9月舉行的杭州2022亞運會將會延期舉行，賽期擇日宣佈；而原定於12月舉行的汕頭第三屆亞洲青年運動會決定取消，下屆會在2025年於烏茲別克的塔什干舉行。港協暨奧委會將與各參與亞運的持份者，包括運動員、教練及體育總會等保持聯繫，調整各項安排，以保障運動員健康及協助他們順利備戰亞運。

雖然今年未能在亞運舞台上欣賞各香港運動員的英姿，但港將並無鬆懈，仍然持續訓練，積極備戰各項資格賽，保持最佳狀態迎接亞運，大家記得繼續支持他們，為香港運動員打氣！

為了令香港學生加深認識亞運的精神和文化，奧林匹克之友早前就舉辦了「杭州2022年第19屆亞運會繪畫比賽」予7至13歲的香港中小學生參加，主題為「杭州亞運的運動項目或參與該運動項目的中國香港運動員」。大家的作品都十分出色、創意十足，令人眼前一亮！

最終評審團選出10幅優秀作品，送往亞奧理事會作最終評審，其中4幅最佳得獎作品更有機會在亞運會期間於杭州新聞中心或亞洲奧林匹克理事會總部酒店展出，讓各國運動員及嘉賓欣賞，令人期待！

十幅優秀作品



鍾令欣
《亞運加油》



潘彥彤
《同(彤)心在航》



朱殷希
《奮力一擊》



鄧梓霖
《努力不懈的中國運動員》



陳可霖
《杭州亞運會歡迎你》



陳嘉羿
《香港健兒赴亞運 緊湊西湖心相對》



王景霖
《加油！杭州亞運》



林俊廷
《我最喜愛的亞運會運動項目》



李文謙
《亞運精神在杭州》



賴博淵
《2022杭州亞運》



■青苗甄選學員專注應考。

■教練講解及示範甄選內容。

「青苗羽毛球培訓計劃甄選日」 迅速復辦



香港羽毛球總會
Hong Kong Badminton Association

因應政府放寬社交距離措施，原定1月中舉辦的2022/23青苗羽毛球培訓計劃甄選日於5月15日順利舉行。

今年共有778名7至9歲青少年參加，在測試後共選出192人接受為期一年的系統性訓練。羽總感謝康文署、教練及各部門同事通力合作，採取積極應變措施，讓青苗甄選日得以在體育館重開後迅速復辦。詳情瀏覽：<http://www.hkbadmintonassn.org.hk/>

運動員教練培訓基金啟動 培育殘疾運動員晉身教練之列



香港傷殘人士體育協會
Hong Kong Sports Association for the Physically Disabled

香港傷殘人士體育協會（協會）藉成立50週年，在熱心善長及長期合作夥伴渣打銀行的慷慨支持下，設立「運動員教練培訓基金」（基金），支援殘疾運動員發展成為專業教練及技術人員，延續體壇成就，並將寶貴經驗及知識薪火相傳，培育新一代運動員締造佳績。

基金支援協會轄下運動項目的現役及退役代表隊運動員修讀相關教練課程及提供資助，培訓他們成為專業教練。合資格申請者可按課程類型及所需費用獲得資助，支援範圍涵蓋指定本地及國際體育機構舉辦的教練培訓課程及實習。

現時於協會訓練班擔任教練的前輪椅劍擊殘奧運動員陳錦來先生，已獲基金支持修讀入門課程，冀透過裝備自己，將知識及實戰經驗傳授新秀，回饋本地殘疾人運動發展。

詳情瀏覽：<https://www.hksapd.org/home/content.php?id=3349>



■前輪椅劍擊殘奧運動員陳錦來先生已獲基金支持修讀入門課程，冀透過裝備自己，將知識及經驗傳授新秀。

匈牙利乒賽港女雙奪冠



香港乒乓總會
Hong Kong Table Tennis Association

近期港隊女雙在國際賽事中表現突出，頻頻傳來喜訊！

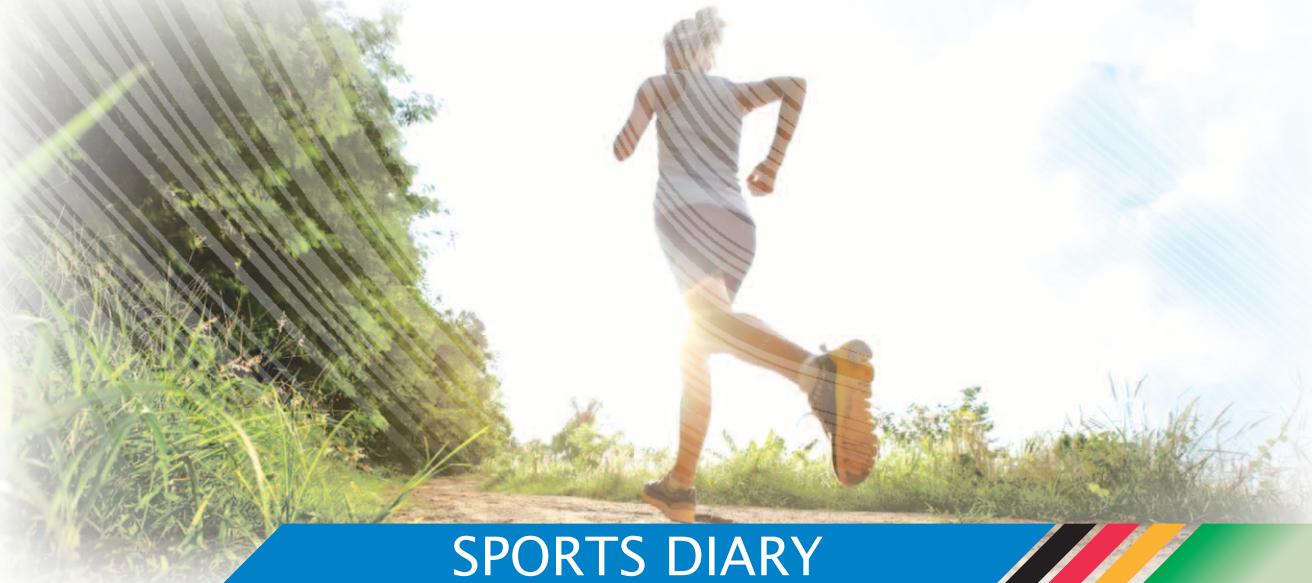
李皓晴／朱成竹首次聯手出戰即擦出火花，在布達佩斯舉行的WTT匈牙利支線賽勇不可擋，首、兩圈均以直落3局過關。4強賽就在先失一局的劣勢下，以3：1反勝世界排名38位的德國組合Chantal MANTZ／WAN Yuan，晉級決賽。

「李朱配」在7月22日與韓國隊組合李時溫／崔孝珠爭冠，雙方鬥得難分難解，取局梅花間竹，港將先以11：4拔下頭籌，第2局反以4：11告負，第3局激戰至「刁時」險勝14：12，總分又一次領先2：1，惟韓國選手反撲下以11：7拿下第4局，扳成2：2平手，並把比賽迫入決勝局。兩對組合在第5局依然打得激烈，互有攻守，李皓晴／朱成竹戰至7：7時連取3分，拉開比分，最終順利以11：9奪得桂冠封后。

港隊女將近期在雙打均取得佳績，較早前杜凱琹／朱成竹拿下斯洛文尼亞兵賽女雙冠軍；接著李皓晴與中華台北陳思羽合作亦取得匈牙利明星挑戰賽女雙亞軍；來到今站匈牙利支線賽，港隊再下一城，「李朱配」勇奪女雙冠軍，可見港隊在雙打賽事上的實力有很大的提升。



■朱成竹(左)夥拍李皓晴(右)在WTT匈牙利支線賽首奪女雙冠軍。



SPORTS DIARY

體育項目	日期	賽事	地點
 羽毛球	2022年8月22至28日	2022世界羽毛球錦標賽	日本東京
詳情瀏覽： https://bwfbadminton.com/calendar/			
 港協暨奧委會	2022年8月31日	「國泰2021年度香港傑出運動員選舉」 頒獎典禮	中國香港
詳情瀏覽： https://sportstar2021.hkolympic.org/			
 乒乓	2022年9月30日至10月9日	2022世界乒乓球	中國成都
詳情瀏覽： www.ittf.com/			
 桌球	2022年10月6至9日	2022香港世界桌球大師賽	中國香港
詳情瀏覽： https://www.hkbilliardsports.org.hk/hk/			
 賽車運動	2022年10月26至30日	FIA Motorsports Game	法國馬賽
詳情瀏覽： https://www.fiamotorsportgames.com/			
 傷殘人士體育	2022年11月1至6日	2022世界殘疾人羽毛球錦標賽	日本東京
詳情瀏覽： https://www.paralympic.org/badminton			
 傷殘人士體育	2022年11月3至17日	2022世界殘疾人射擊運動錦標賽	阿聯酋艾因
詳情瀏覽： https://www.paralympic.org/shooting/events-2022			



香港奧林匹克之友有限公司（港協暨奧委會關聯公司）
Hong Kong Olympic Fans Club Limited (Affiliated company of SF&OC)

地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑1號奧運大樓一樓1032B室

Address : Room 1032B, 1/F, Olympic House, 1 Stadium Path, So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong

 Tel : +852 2504 8560  Fax : +852 2891 3657  Email : secretariat@hkolympic.org

網址 Website : www.hkolympic.org

Facebook專頁 :  SF&OC 港協暨奧委會 

Copyright © 2022 Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China. All rights reserved.

Printed as of : 15 August 2022

Olympic Voice of Hong Kong 奧訊

中國香港體育協會暨奧林匹克委員會
HONG KONG, CHINA

AUG 2022 ISSUE 21



冬奧3雄
新挑戰

P4 吳安儀以己為敵