

\$25



DEC 2022
ISSUE 22

Olympic Voice of Hong Kong 奧訊

P.08 陸俊彥黃嘉欣
帶你認識城市運動



全民運動

郭志樑博士

歡迎新興運動加入港協大家庭

P.04



P.08



Feature 專題報道

Cover Story 封面故事

P.13



P.14



SF&OC News 港協動態

Multi-Sports Games 運動會追蹤

P.21



News Express 體壇快訊



Through a series of incremental steps, we have returned to a semblance of sporting normalcy after three tumultuous years. We have in recent times achieved success through the staging of events, such as the Hong Kong Rugby Sevens tournament. Our athletes have continued to compete and have performed well beyond our expectations, such as Siobhán Haughey who won seven gold medals in three legs of the FINA Swimming World Cup 2022 after she smashed the 200 metre world freestyle record. Hong Kong's Olympic family is proud of these accomplishments and is inspired to host events with renewed fervour by which our champions can perform at home. These are challenging times in and beyond sports but adversity drives us forward. This is the essence of the Olympics — to excel whatever the difficulty.

過去三年我們經歷高低起伏，然而憑著決心穩步前行，體育界正漸復常態，並成功復辦國際體育賽事，例如香港國際七人欖球賽；我們的運動員表現超卓，其中何詩蓓繼打破女子200米自由泳世界紀錄後，在國際泳聯世界盃三站賽事再摘下合共七面金牌。這些成果令香港奧林匹克大家庭感到自豪，鼓勵我們延續運動熱情，以東道主身份舉辦賽事，讓我們的運動精英可以在主場盡情發揮。不論體壇內外，我們都處於一個充滿挑戰的時代，但逆境並不令人畏懼，反而是讓我們前進的動力。這正正是奧林匹克超越困難的精神。

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

QR code

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

港協暨奧委會其中一個職責，是協調所有本地體育組織，從休閒運動以至精英運動層面推廣運動，以實現「全民運動」目標。要實現這些願景，全靠一班為香港體育界努力籌謀、不求回報的義務委員。副會長暨會員事務委員會主席郭志樑博士就是其中一員，他說樂見近年香港體育界蓬勃發展，歡迎更多新興運動加入他們的大家庭，共同推廣奧林匹克精神。



帶領香港體育界昂首前行

郭志樑

郭志樑博士自1998年起擔任港協暨奧委會副會長，曾任悉尼2000奧運會、北京2022冬季奧運會團長等要職，對香港體育事務貢獻良多。他其中一個重要崗位，就是2016年起擔任會員事務委員會（委員會）主席：「委員會主要工作是為港協暨奧委會建立健全的會員制度，審視每個入會和升級個案申請，以及定期監察屬會會員運作情況。」港協暨奧委會屬會會員分成「正式屬會會員」、「準會員」及「觀察會員」3個級別，截至2022年3月31日，有35個「正式屬會會員」、19個「準會員」及28個「觀察會員」，共82個體育總會。

近年新興體育組織如雨後春筍湧現，有不少體育機構都希望加入港協暨奧委會這個大家庭，成為屬會會員，郭志樑十分歡迎合資格的機構申請，共同推動香港體育發展。他提醒，機構一開始應申請成為「觀察會員」，需要提交會員人數、成立年期、帳目及舉辦過的地區或國際賽事等證明，而且該機構須為香港發展及管轄該運動的唯一團體，他解釋，這確保了相關機構的認受性，並確保在參與其他地區或國際體育活動及交流時，該機構是代表本港運動項目對外接洽的唯一團體：「我們認為這個條件是最重要的，因為如果一種體育項目同時有幾個總會，每個總會都有不同的規條，便會變得很複雜。」他指相關準則已列明於港協暨奧委會網頁，方便有意申請的機構隨時查閱，委員會會就每個申請作嚴謹和仔細的審核，強調入會準則「公平、公正、公開」。

郭志樑指，在2018至2022年度，委員會就13個機構入會申請進行討論，截至2021年，有3個體育機構成功獲得「觀察會員」資格，包括：中國香港啦啦隊有限公司（2020年）、香港電競總會有限公司（2021年）及中國香港群眾體育聯會有限公司（2021年）。郭志樑解釋：「部分機構因為未有籌辦足夠的本地或國際賽事，或未能證明為該運動的唯一管轄團體，故申請不獲接納。」



成為屬會會員有助提高認受性

他續指：「成為屬會會員有助提高認受性，方便日後申請不同資助。例如康樂及文化事務署『體育資助計劃』的其中一項申請要求，就是申請者必須為港協暨奧委會的屬會。」他指出外界可能對屬會會員之權利和義務存有誤解，例如以為成功加入一定擁有大額資助：「會員最終能否獲得政府資助，仍需視乎政府相關方面的標準，包括體育比賽的成績。」至於委員會另一項主要工作為管理「港協暨奧委會獎勵計劃」，以表揚香港運動員在國際賽事中為香港取得優異成績，2019年度的獎勵計劃及青少年獎勵計劃總獎金為港幣230多萬元，分別頒發給得獎的46個體育總會。



推廣奧林匹克精神

歡迎新興體育組織 加入港協暨奧委會大家庭

郭志樑博士小檔案

郭志樑博士自1998年起

擔任中國香港體育協會暨奧林匹克委員會副會長。他在2011年獲香港特別行政區政府頒授榮譽勳章，並在2019年獲頒授銅紫荊星章。

郭博士是香港滑浪風帆會名譽會長、中國香港龍舟總會副贊助人、香港欖球總會名譽副會長、和香港帆船運動總會名譽會長。他現任香港體育學院董事、香港特別行政區政府體育委員會成員，並為轄下大型體育活動事務委員會主席，以及海濱事務委員會成員。





■中國香港群眾體育聯會的屬會轄下有不少運動項目，包括高智爾球、實用射擊等。

攜手將體育融入日常生活

推廣城市運動

政府在新一份《施政報告》中，提出推廣城市運動，和港協暨奧委會其中一個新屬會——中國香港群眾體育聯會的理念不謀而合。身兼聯會副會長的郭志樑指，聯會致力推廣將體育融入日常生活之中，轄下屬會的運動項目包括踢拳、飛鏢、飛盤等市民日常都能接觸的項目，帶給不同年齡層的市民更多元化的運動選擇，他期望透過聯會協助推廣發展中的運動項目，讓市民享受做運動的樂趣，從而構建一個融合和充滿奧林匹克精神的社會。

他特別建議，一些在發展初期或未符合申請成為港協暨奧委會屬會會員的體育機構，可以考慮先加入中國香港群眾體育聯會：「我們有豐富的經驗，可以成為他們發展的後盾，如他們遇到什麼困難，就可以諮詢我們；或他們需要一些資源如場地分配、活動推廣，都可以由我們整合，代表他們和政府溝通爭取。最好是大家坐在一起，一起研究發展方向、一齊向前行，這對香港體育發展就最好不過。」



Dr Karl C. KWOK

Welcomes New Sports Associations to Join the Big Family of SF&OC

One of the responsibilities of the Sports Federation and Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC) is to coordinate all local sports organizations in the promotion of sports at different levels from leisure to elite, to attain the ultimate goal of "Sport for All". Dr Karl KWOK, BBS, Vice-President of the SF&OC cum Chairman of Membership Affairs Committee welcomes more new sports to join the big family in order to promote the Olympic spirit.

Dr KWOK took up the responsibility as Vice-President of SF&OC since 1998, and Chairman of Membership Affairs Committee in 2016. He stated that the major responsibility of the Committee is to formulate an overall strategic plan for the SF&OC membership system, also to check and vet on a timely basis the in-coming applications of membership and membership upgrading. There are a total of 82 National Sports Associations (NSAs) under SF&OC as of 31 March 2022.

Dr KWOK welcomes all eligible sports organizations to become members of SF&OC, for which he stated that organizations should apply for "Observer" status in the very beginning, and meet the membership criteria, including to prove the applicant organization is the sole organization/ body governing the relevant sport in Hong Kong. This ensures the applicant organization is the sole organization to represent the concerned sport in Hong Kong. The relevant criteria have been listed on the committee website, and a rigorous and careful review will be conducted for each application.

The committee discussed the membership applications of 13 organizations between 2018 - 2022, where three organizations have successfully obtained the qualifications of "Observer" status. Some organizations were not able to obtain membership simply because they did not organize enough local or international events, or failed to prove that they were the sole-governing body of the sport concerning.

Enhancing Recognition by Becoming a Member of SF&OC

Dr KWOK pointed out that the public might have misunderstood the rights and obligations of the association members. For example, it is believed that successful applicants

will be granted a large amount of funding, but this depends on the relevant government standards, including sports competition results. Another major task of the committee is to manage the SF&OC Incentive Awards Scheme, for which the total prize of the 2019 SF&OC Incentive Awards & Junior Incentive Awards was more than HK\$2.3 million.

Join Hands in Integrating Sports into Daily Lives and Promoting Urban Sports

One of the newly-joined members is the Sport for All Confederation of Hong Kong, China. Dr KWOK, Vice President of the Confederation, suggested that for organizations which are in the early stage of development or have not yet met the criteria of becoming a member of SF&OC, they can consider joining the Sport for All Confederation of Hong Kong, China. "We are experienced and are confident in developing the growth of these organizations. It is best for us to study the direction of development, and move forward together."



認識城市運動

「板仔」陸俊彥 「包山后」黃嘉欣 展示不屈精神

踩滑板的都是「壞孩子」、攀石是男生玩意……關於滑板和運動攀登，刻板印象一籮籮。香港滑板運動員陸俊彥以及退役運動攀登運動員黃嘉欣就談談他們的故事——何謂板仔精神？如何攀過恐懼？《施政報告》點名推廣滑板及運動攀登在內的「城市運動」，他們又怎樣看？





「板仔不怕跌倒，不易放棄」

陸俊彥（俊仔）13歲開始踩板，開始這項運動，純粹是因為好玩：「當年我們拿著一塊滑板走過不同街場，大家施展看家本領。我看著一個又一個炫目的招式，就這樣深陷滑板的魅力之中。」當年滑板風氣盛行，沙田公園、尖沙咀文化中心、灣仔稅務大樓，統統是英雄地，他笑著回憶：「說誰好勁，玩到石壘有火花。我心想真的嗎？睇過。」

踩板十多年，已令俊仔在香港滑板界無人不曉，但他說自己只是一個普通的「板仔」：「我只是想試新招式新技巧，精進自己的技術，僅此而已。」板仔對自己有要求、不易放棄，卻被貼上「好嘈」、「好曳」的標籤，「我不敢說滑板完全沒壞孩子，但為什麼要一竹篙打一船人？」俊仔說做板仔不容易：「踩板其實很悶，有時要苦練兩個月才練成一個新招式，又容易受傷，不是個個頂得住。」頂住了，努力撕掉標籤，才有今天的俊仔。

體會奧運效應 板仔形象終改變

俊仔於2010、2013年亞洲極限錦標賽奪金，2014年亞洲沙灘運動會摘下一金一銅，也參加過雅加達2018亞運，他笑道：「都2022年了，還說2014年的事，沒feel的。」在他眼中，比賽不是只為了獎牌，而是一場試煉，讓人認清自己：「你以為自己好勁，但原來外面天外有天，厲害的人比比皆是，之後便可以回到初心，再修煉過。」

東京2020奧運會新增滑板項目，俊仔無緣參加，卻體會到奧運效應，一舉扭轉了滑板的形象：「觀眾會問為什麼各國的滑板運動員會攬頭攬頸，為好表現歡呼，亦會同聲鼓勵表現未如理想的對手？哪個奧運項目的運動員會戴著耳機，邊聽歌邊比賽？整件事很年青，很正面。」

讓滑板被市民看見

流行是一種循環。不少人的鞋櫃添了一雙板鞋，海濱常有人踏著滑板呼嘯而過，連《施政報告》都列明推廣這項「城市運動」。但要付諸實行，離不開資源兩個字。「香港行精英制，你在國際比賽拿到好成績，才可以得到資助。」俊仔2017年走入體制，成為首個獲體院資助的板仔，但體制外還有無數人被迫向現實低頭：「入體院條件是全國賽前三，我隊友得『梗頸四』不合資格。他差嗎？也許只差少少運氣。但運動員生涯有限，尤其小眾運動，今次不行，等多久才有下次？」他建議可以設立一些小額資助，減輕運動員的經濟負擔：「板仔練招練到斷板是很平常的事，除此之外，還要換輆、換鞋，樣樣靠自己好難。如果有器材資助，他們至少不用愁斷板，安心練trick。」

至於政府提出興建更多滑板場，俊仔說固然是好事，但擔心讓人遺忘滑板出身街頭的本質：「滑板場在山旮旯，你飛到兩層樓高都沒人見到。」他希望能有更多街頭比賽的機會，讓社會更容易接觸滑板這項運動：「運動員需要機會，傅家俊也是抓住機會（在香港桌球大師賽打出147）才重新發光，讓市民再次投入桌球熱潮。」

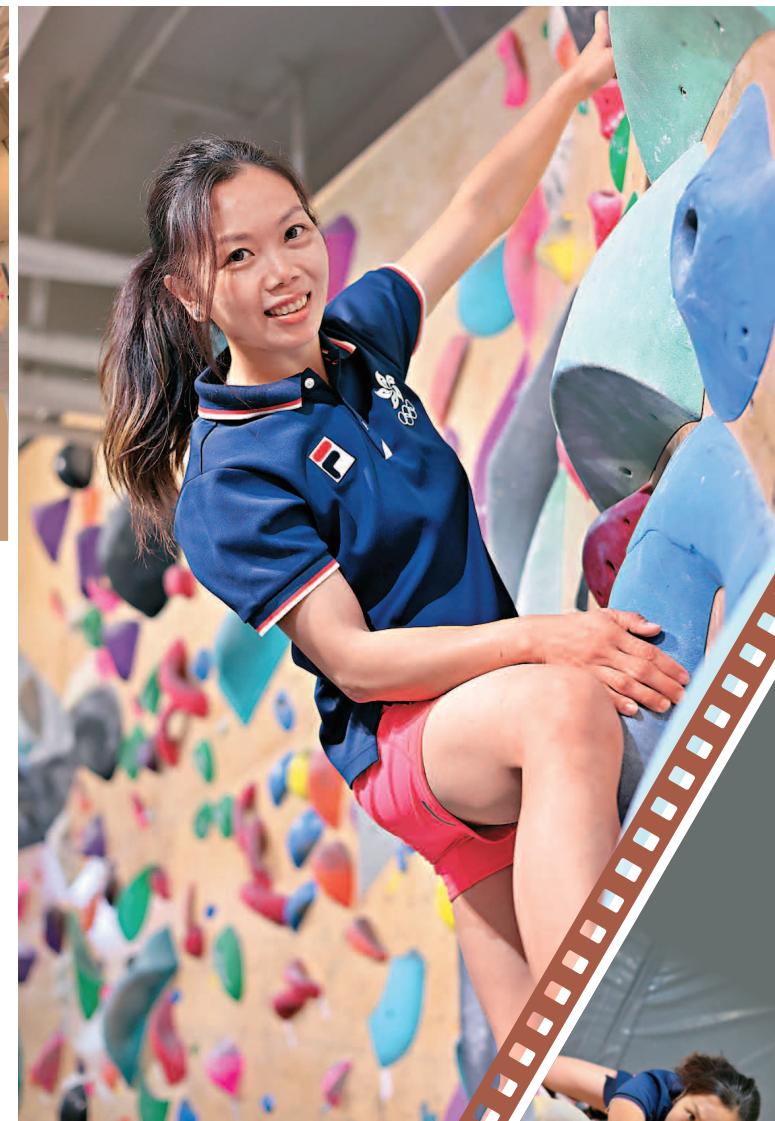


黃嘉欣不怕跌 攀出新境界

退役運動攀登運動員黃嘉欣（Angel）最為人知曉的事績，是她曾5次奪得「包山后」的稱譽。成功背後，是靠她長年累月攀石、攀樹，甚至攀冰的經驗。

Angel在中五會考後接觸攀石：「順利邨體育館攀石牆好高，好宏偉，像城堡一樣。我快過全部同期，包括男生上頂，好有成功感。」當年攀石場多在九龍，住天水圍的她每日花四小時來回，由基本路線爬起，越過指定路線，再進一步挑戰真山。Angel回想當年和同伴揹著攀石鞋、粉袋，戴著頭燈去到屯門，摸黑爬到頂峰，等著她的，是讓人嘆為觀止的風景：「本身好緊張，但上到頂後壓力完全釋放，只覺得好有氣勢，好滿足。」

為了累積經驗、磨練攀爬功力，Angel參加了大大小小不同的比賽，除了運動攀登外，還試過攀樹、攀天然岩壁，也試過拿著冰斧，參加攀冰世界盃，當然還有搶包山。贏過5屆搶包山冠軍、也試過爬上35米高山，拿下全國賽冠軍，她說最重要不要害怕失敗：「人生就像攀石一樣，會跌，但跌到谷底就永遠待在谷底嗎？我選擇爬起來，改變自己。」



建議多建攀石場 把握推廣時機

得悉東京2020奧運會增設運動攀登後，Angel曾辭工追夢：「全球只有20男20女參加，我知道好難輪到香港，但我年紀大了，不試再沒機會。」雖然最後未能如願，但她說總算對自己有一個交代。

運動攀登將在巴黎2024奧運會繼續成為比賽項目之一，亦成為新一份《施政報告》點名要推廣的城市運動之一，開始掀起一股熱潮：「以前我叫朋友玩攀石，總被請吃檸檬。有的說危險、有的說女生沒力、有的說gel了甲玩不到……現在主動打電話來問我可不可以教她們。」她最近亦和朋友合資開設了一間攀石場：「近一年新開不少攀石場，但我不怕出現競爭，反而覺得會一齊做大個餅，讓更多人能接觸攀石，百花齊放，這絕對是好事。」

她認為除了私人市場，政府亦可以多興建攀石場、簡化租場程序，在鬧市甚至商場舉辦比賽，把握機會推廣這項「城市運動」。



Learn More About Urban Sports

Perseverance Shown by LUK Chun Yin and WONG Ka Yan

The Chief Executive stated in his recent Policy Address that "Urban Sports", including skateboarding and sport climbing should be promoted. Skateboarder LUK Chun Yin and former sport climbing athlete WONG Ka Yan hope that the government can provide more resources for the public to access these sports. Let us talk about their stories. What is "skateboarder's spirit"? How to overcome the fear of climbing?

Having started skateboarding at the early age of 13, LUK Chun Yin, also known as Chun Chai, has gained enormous fame in this field. "I am just an ordinary skateboarder — I only want to try out new tricks and improve my techniques" said Chun Chai, who won numerous awards in international competitions and participated in the Jakarta 2018 Asian Games. For him, winning trophies is not his number one priority, what is crucial is the process to train properly and learn about himself through competitions. "There is always someone better, so when you realize this, you will be able to go back to where you start and practice again."

The debut competition of skateboarding in the Tokyo 2020 Olympic Games has changed the image of skateboarding entirely, so Chun Chai states the sport becomes increasingly youthful and positive, and he is happy to see the change.

Let Public See the Sport

Chun Chai believes that resources are the key to promoting the sport. He suggests setting up sufficient fundings to ease the economic burden of athletes, while organizing more street competitions to let the public gain access to the sport.

WONG Ka Yan — Climbing Out a New World without Fearing of Falling

Former sport climbing athlete, WONG Ka Yan (Angel), is known for being a five-time champion in the Cheung Chau Bun Festival.

Angel participated in tree climbing, natural rock climbing, the Ice Climbing World Cup, and the Cheung Chau Bun Festival to accumulate experience and enhance her climbing techniques. "Life is like rock climbing — I might fall but instead of staying where I fall, I recharge myself and carry on." said Angel.

Promotion of Sport Climbing

Sport climbing is a listed sport for the Paris 2024 Olympic Games, and is one of the Urban Sports to be promoted in the Policy Address. In recent years, many new climbing gyms have been opened, and Angel believes that apart from private climbing gyms, the government should build more public climbing walls, while streamlining the booking procedures and promotion of the sport by organizing competitions in the downtown area or in shopping malls. She states that it is always good to let more people know more about sport climbing.



HKACEP全力支援 退役運動員轉型

連串就業講座助掌握市場動態

為提供第一手的職場資訊給運動員參考，香港運動員就業及教育計劃（HKACEP）於9月及10月舉辦了一連串實體及網上就業講座，涵蓋交通運輸業及紀律部隊。在講座中，運動員不但可以參觀機場禁區及紀律部隊訓練基地，深入了解各行各業工作日常、發展及晉升前景等，更有成功轉型的退役運動員分享及鼓勵，讓運動員為退役轉型做好準備。

HKACEP 將繼續為運動員帶來更多元化、更全面的支援。



2022年9月17日 — 香港鐵路有限公司



2022年9月24日 — 香港國際航空學院



2022年10月8日 — 香港海關



2022年10月15日 — 香港懲教署



2022年10月22日 — 入境事務處



2022年10月25日 — 香港警務處

■剛入讀PGDE課程的三項鐵人前港隊代表譚祖迪向運動員分享經驗

運動員分享

2005 - 2015 全職三項鐵人運動員
2016 - 2021 學校體育推廣主任
2021 - 2022 轉職成為教師
2022 - 現在 教師及修讀教育文憑

MEMORANDUM OF UNDERSTANDING (MOU)

2014 HKSI 2021 SF & OC 2022 HKJC

香港教育大學教育講座 為運動員提供升學建議

HKACEP 2021年與香港教育大學(教大)簽訂運動員專上教育合作備忘錄，落實設立特別收生機制，至今共有9位運動員透過計劃入讀教大學士或碩士課程。今年9月，更有4位運動員透過自薦計劃獲學位教師教育文憑(PGDE)取錄。

為了讓運動員了解教大體育相關的學科資訊，HKACEP與教大於10月28日聯合舉辦網上教育講座，多位教授及教職員即時為運動員提

供升學建議，剛入讀PGDE課程的三項鐵人前港隊代表譚祖迪更分享自身經驗。

計劃2023/24學年入讀教大的運動員，請到HKACEP網頁下載申請表格(http://www.hkacep.org/en/education.php#section_2)，並交由所屬體育總會核實後，遞交至HKACEP辦公室，截止報名日期為2022年12月20日。有任何疑問，歡迎致電2504 8167查詢。

港協暨奧委會與恒大簽署合作備忘錄 為運動員提供進修機會



■雙方合作為運動員提供更多出路。

港協暨奧委會與香港恒生大學（恒大）於11月11日簽署香港運動員專上教育合作備忘錄，設立特別收生機制，為準備退役及退役運動員提供多元出路，全方位支援運動員的多元發展。

此計劃由港協暨奧委會轄下的HKACEP及恒大負責執行及審批，在合作框架下，雙方將引入彈性收生機制，取錄由體育總會提名的運動員，入讀恒大指定的學士學位及碩士學位課程，讓更多運動員可獲大學教育機會，為退役後的發展打好根基。

備忘錄由港協暨奧委會會長霍震霆先生, GBS, JP及恒大校長何順文教授簽署，並由一眾HKACEP委員會成員及恒大教職員共同見證。為支援運動員的多元發展，HKACEP會繼續向運動員提供教育諮詢、獎學金及生活技能訓練。

跆拳道前港隊代表黃浩鋒 成功轉型為體育幹事

跆拳道前港隊代表黃浩鋒退役後，參加由文化體育及旅遊局主辦的「退役運動員轉型計劃」，先在港協暨奧委會奧夢成真有限公司擔任助理主任，最後成功轉型至體育總會任職體育幹事。經過一年半的轉型期，他說享受每一個新挑戰：「我喜歡這個計劃，可以幫助較遲進入職場的退役運動員得到全職工作經驗，作為我們轉型的第一步。同事們毫不吝惜地教導我，在我逐漸熟悉工作後，更讓我負責活動的統籌，從中學習到多方面的知識。這計劃值得讓更多正在尋找方向的退役運動員加入。」

「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，並為計劃下的退役運動員提供進修資助及在職培訓，包括生涯規劃、電腦應用、急救證書等課程，以助他們掌握更多工作技能及知識，達至成功轉型。

如欲了解相關資訊及參加資格，可瀏覽HKACEP網頁(<http://www.hkacep.org/en/ratp.php>)或致電2504 8113查詢。



■黃浩鋒(前排中)成功轉型，左圖是他於2016年比賽時攝。

2023年港隊整裝待發 力爭上游創佳績

受新冠疫情影響，過去幾年多個綜合項目運動會需要延期舉行。雖然遭遇各種突如其來的變動，但香港運動員仍充份展現體育精神，更加努力裝備自己，隨時保持最佳狀態，準備迎接每一個挑戰！數數2023年，將會有至少4個綜合項目運動會在各地上演，包括第二屆世界沙灘運動會、第二屆東亞青年運動會、杭州2022第十九屆亞運會，以及第六屆亞洲室內暨武術運動會等。大家記得為香港運動員打氣，祝願他們能創出佳績，為香港爭光！

第二屆世界沙灘運動會

第二屆世界沙灘運動會原定於2021年舉行，但因新冠肺炎疫情延後至2023年舉行，將會舉辦14個運動項目的比賽，其中有4個新增設的項目，包括戶外羽毛球、沙灘短途賽艇、3對3籃球及衝浪，4個新項目的男女運動員名額相同。

中國香港代表團在上一屆世界沙灘運動會中派出5名運動員參賽，並憑空手道運動員劉慕裳在女子個人形取得一面銅牌。

■在上一屆世界沙灘運動會，劉慕裳於女子空手道個人形中取得一面銅牌。



第二屆
世界沙灘運動會

地點：印尼峇里

日期：2023年8月5至12日

運動項目：14個大項

參賽國家/地區：
預計約100個

港隊歷屆成績

2019年

1銅

第二屆東亞青年運動會

第二屆東亞青年運動會將於2023年8月16至23日在蒙古烏蘭巴托舉行，設有12個運動項目，預計會有來自9個國家或地區，超過1,500名運動員參加。

東亞青年運動會的前身為東亞運動會，每4年一屆。在2013年，東亞運動會聯合理事會會議決定將東亞運動會從第七屆開始改革為東亞青年運動會，參賽運動員的年齡一般在14-18歲之間。



圖片來源：<https://olympic.mn/>



杭州2022
第十九屆亞運會
地點：中國杭州
日期：2023年
9月23日至10月8日
運動項目：40個大項、
61個分項目
參賽國家/地區：
約45個

圖片來源：<https://www.hangzhou2022.cn/>

杭州2022第十九屆亞運會

杭州2022亞運會因新冠肺炎疫情延後一年至2023年舉行。比賽將有40大項、61個分項目，包括31個奧運項目如游泳、射箭、田徑、羽毛球等，以及9個非奧運項目如體育舞蹈、龍舟等，預計會產生482枚金牌。

中國香港代表團在上屆亞運取得8金、18銀、20銅，合共46面獎牌，創下歷屆亞運的最佳成績，今屆期望成績再有突破！

港隊歷屆成績

	2018年	8金	18銀	20銅
2014年	6金	12銀	25銅	
2010年	8金	15銀	17銅	
2006年	6金	12銀	11銅	
2002年	4金	6銀	11銅	
1998年	5金	6銀	6銅	
1994年		6銀	7銅	



第六屆亞洲室內暨武術運動會

第六屆
亞洲室內暨武術運動會
地點：泰國曼谷及春武里府
日期：2023年11月17至26日
運動項目：29個獎牌項目、
2個示範項目
參賽國家/地區：45個



■ 單車運動員李燕燕（左）、李慧詩（中）及馬詠茹
在上屆亞室武運女子隊際爭先賽中獲得金牌。

港隊歷屆成績

2017年	10金	11銀	14銅
2013年	3金	4銀	10銅
2009年	6金	10銀	19銅（亞室運）
	2銀	3銅	（亞武運）
2007年	15金	9銀	12銅（亞室運）
2005年	12金	9銀	5銅（亞室運）

亞洲室內暨武術運動會前身是亞洲室內運動會，2005年由曼谷舉辦首屆，2013年起與亞洲武藝運動會合併，並改為4年一屆，至今已舉辦了兩屆。

第六屆亞洲室內暨武術運動會原訂於2021年舉行，但因新冠肺炎疫情反覆，先是延至2022年3月，其後再進一步延期至2023年11月舉行。今屆亞室武運共設29項獎牌大項，包括游泳、啦啦隊、電競、跆拳道等，另外，踢球和無人機運動是今屆的示範項目。

中國香港代表團過去在這個運動會獲得不錯的成績，上一屆2017年就勇奪10金11銀14銅，合共35面獎牌，創下獎牌紀錄。

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
Fan 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！

港協暨奧委會展覽登場 OFC身體力行支持香港運動員



長跑夫妻檔陳家豪、姚潔貞

分享奮鬥歷程



■現場首次展示北京2022冬季奧運會火炬。



■港協暨奧委會的攤位精美，吸引不少人駐足參觀及拍照留念。



■陳家豪與姚潔貞夫妻檔分享點滴。

港協暨奧委會於2022年10月21至23日參與了在亞洲國際博覽館舉行的「CMF香港品牌博覽會」，向公眾介紹港協暨奧委會的歷史和工作，以及香港運動員多年來在國際體壇上的努力和成就。現場更首次展示了北京2022冬季奧運會的火炬！機會難逢，當然吸引到不少人士駐足欣賞及「打卡」留念。

奧林匹克之友(OFC)亦在現場招募新會員，反應踴躍，不少新會員都希望透過不同的活動去認識和宣揚奧林匹克精神，同時為香港運動員打氣！

長跑夫妻檔陳家豪、姚潔貞談人生規劃

在博覽會舉行期間，精英長跑好手陳家豪和姚潔貞更夫妻檔上陣出席分享會，講述他們由運動員成功轉型成為教練和保險從業員的心得。他們提到，雖然轉型過程中經歷了不少困難，但憑著毅力，加上港協暨奧委會香港運動員就業及教育計劃以及奧夢成真的支持，終能成功越過種種挑戰、突破自己！分享會吸引不少觀眾入場，相信家豪和潔貞的經歷為大家帶來不少啟發。



「國泰2021年度香港傑出運動員選舉」頒獎禮圓滿結束 張家朗 何詩蓓 榮膺「星中之星香港傑出男/女運動員」殊榮

「國泰2021年度香港傑出運動員選舉」頒獎典禮因疫情關係，延期至2022年8月31日假香港會議展覽中心演講廳舉行。今屆選舉共收到33個體育總會，提交66個提名，並由專業評審團、傳媒及市民投票選出各個獎項得主。

出席的主禮及頒獎嘉賓包括香港特別行政區政務司司長陳國基先生、港協暨奧委會會長霍震霆先生及冠名贊助商國泰行政總裁鄧健榮先生。

東京2020奧運會男子花劍金牌得主張家朗（劍擊）以及於女子100米及200米自由泳勇奪兩銀佳績的何詩蓓（游泳），首度榮膺「國泰星中之星香港傑出男/女運動員」殊榮。

「香港傑出男運動員」得獎者包括第五次獲選的香港「跳馬王子」石偉雄（體操）、香港乒乓球隊「一哥」黃鎮廷（乒乓）、首次獲獎的劉知名（空手道）及



東京殘疾人奧運會短肢組羽毛球銀牌得主朱文佳（殘疾人士體育 - 羽毛球）；「香港傑出女運動員」獎項則由連續九屆獲獎的「牛下女車神」李慧詩（單車）、2022年亞洲劍擊錦標賽冠軍江旻憓（劍擊）、首次獲獎的杜凱琹（乒乓）及東京奧運空手道女子個人「形」銅牌得主劉慕裳（空手道）奪得（排名不分先後）。

香港男子七人欖球代表隊則再次奪得「香港最佳運動隊伍」獎項，是隊伍繼2008年度的選舉後第九次奪得此獎項。「香港最佳運動組合」則由連續三屆得獎、東奧羽毛球混雙第四名的香港羽毛球代表隊—混合雙打（鄧俊文／謝影雪）；東京殘奧中首面銀牌的硬地滾球BC4雙打隊伍及東京奧運乒乓球女團銅牌、今屆首次獲獎的香港女子乒乓球代表隊奪得。

頒獎典禮後，港協暨奧委會於Facebook專頁舉辦有關選舉的小遊戲及製作活動當晚的精華片段，在各平台播放。港協暨奧委會亦製作得獎者恭賀圖片於網頁及Facebook專頁發佈。

新一屆的選舉將於2022年12月開始，請緊貼港協暨奧委會網頁及Facebook專頁（<http://www.facebook.com/sfocHK>）。

港協暨奧委會衷心感謝各機構的鼎力支持，包括冠名贊助商國泰、資助機構康樂及文化事務署、官方夥伴Fila Marketing (Hong Kong) Limited、信興集團，以及支持單位恆基兆業地產集團及香港海洋公園。

香港傑出男運動員	
香港劍擊總會	張家朗
中國香港體操總會	石偉雄
中國香港空手道總會有限公司	劉知名
香港傷殘人士體育協會－羽毛球	朱文佳
香港乒乓總會	黃鎮廷

香港傑出女運動員	
中國香港單車總會有限公司	李慧詩
香港劍擊總會	江旻憓
中國香港空手道總會有限公司	劉慕裳
中國香港游泳總會	何詩蓓
香港乒乓總會	杜凱琹

國泰星中之星香港傑出男運動員大獎	
香港劍擊總會	張家朗

國泰星中之星香港傑出女運動員大獎	
中國香港游泳總會	何詩蓓

香港最佳運動隊伍	
香港欖球總會	香港男子七人欖球代表隊

香港最佳運動組合	
香港羽毛球總會	香港羽毛球代表隊混合雙打（鄧俊文／謝影雪）

香港傷殘人士體育協會－硬地滾球	硬地滾球BC4雙打隊伍
香港乒乓總會	香港女子乒乓球代表隊



糅合文化藝術與體育 昇華奧林匹克主義教育

奧林匹克主義教育計劃於本年推出了兩項全新活動，包括：「親子『奧』遊工作坊」和「奧林匹克主義嘉年華」，期望糅合文化、藝術和體育，並以互動的形式向小學生和家長宣揚奧林匹克主義。

「親子『奧』遊工作坊」包括「繪本共讀」和「藝術創作」兩個主題活動。第一場的「繪本共讀」的參加

者是啟基小學（港島）的家長與學生，他們透過繪本演繹奧林匹克精神。工作坊還教授了家長共讀技巧，並設有親子合作環節，讓他們一同認識奧運會相關的知識，加強親子間的交流和享受文化藝術的樂趣，工作坊更包含參觀奧運大樓的環節，讓參加者認識本會的發展以及觀賞各大型綜合運動會的紀念品及珍藏。



「奧林匹克主義嘉年華」就透過輕鬆好玩的攤位遊戲，向小學生介紹奧林匹克精神及奧運相關的知識，同時鼓勵他們多做運動，保持健康的生活模式。

活動反應熱烈，馬鞍山循道衛理小學及打鼓嶺嶺英公立學校已率先參與，於10月份舉行嘉年華，每位完成攤位遊戲的同學都獲得豐富禮品包乙份，滿載而歸！活動得以成功舉

行，有賴校方及家長義工們的鼎力支持及協助，希望同學們都對奧林匹克主義有更多的認識，並應用在日常生活當中。



了解更多奧林匹克主義教育活動



香港奧林匹克學院

體育管理學研討會2022



■李翠莎博士於問答環節透過個人經歷分享有關女性與運動發展及管理的機會。



■嘉賓與一眾參加者合影大合照。



■張維醫生分享了身為港隊首席醫生，參與多屆國際綜合運動會期間一些有關危機與風險管理的經歷。



■楊世模博士分享了籌辦渣打馬拉松的經驗與心得。

香港奧林匹克學院（學院）於9月24日在奧運大樓舉辦了體育管理學研討會，對象為各體育總會及香港體育學院的行政人員，旨在為他們配備在體育管理方面的視野。

是次研討會由張維醫生、李翠莎博士及楊世模博士擔任講者，分別在「運動的危機與風險管理」、「體育管理和領導能力」及「活動籌辦和人力資源」三大主題分享他們的經驗與知識。學院副主席傅浩堅教授為研討會致歡迎辭並擔任嘉賓主持，促進講者與參加者之間的互動與交流。

推廣運動禁藥管制知識 將公平競賽、體育精神 融入社區



香港運動禁藥委員會在2022年10月30日於香港殘疾人奧委會舉辦的「香港殘奧日2022」設置了外展攤位，希望提升參加者對本會及運動禁藥管制的認識，並同時向市民及體育愛好者推廣公平競賽的訊息。

攤位展示了在運動禁藥檢測（藥檢）中，會用到的集尿杯和尿液樣本收集瓶，亦有網上問答遊戲，以及關於運動員在藥檢過程中的

權利及責任的資訊圖表。參加者都對這些展品和活動十分有興趣，紛紛

「打卡」支持公平競賽，有不少人提出一些運動禁藥管制及禁用藥物的問題，更有小朋友主動詢問藥檢用具的使用方法。

香港運動禁藥委員會希望藉著活動，可以將公平競賽的精神融入社區，讓市民將體育精神活用於日常生活中。



第65屆體育節圓滿結束

近10萬人次參加活動 實踐「互相支持 並肩前行」

由港協暨奧委會主辦、康樂及文化事務署（康文署）資助的年度體育盛事 — 第65屆體育節圓滿結束，為期18週的體育節活動一共吸引近10萬人次參加，展現運動熱誠。

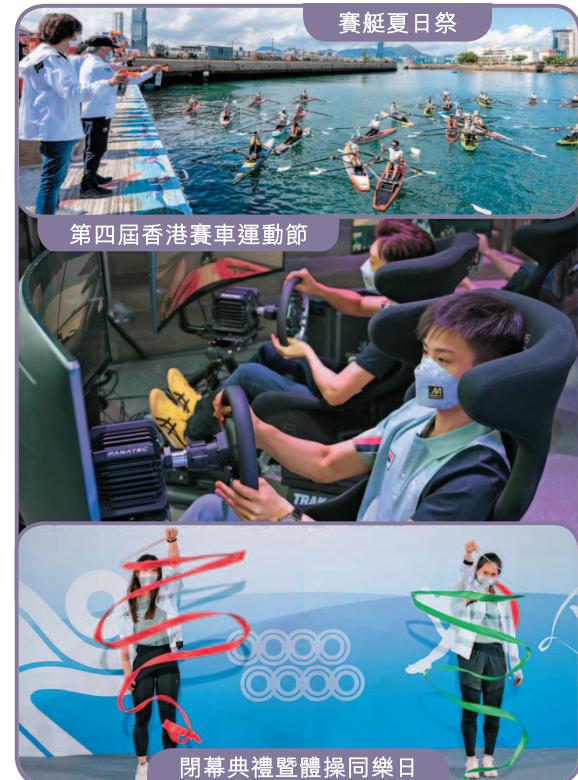
體育節為慶祝香港特別行政區成立25週年的認可活動之一，在4月至8月間聯同多個體育總會，成功舉辦30多項體育活動，包括比賽、同樂日及體育示範等，並首次安排網上直播閉門賽事，讓公眾隨時隨地觀賞，更可支持本地運動員，以傳遞今年體育節「互相支持，並肩前行」的主題。

除此之外，體育節亦舉辦多場巡迴展覽及免費導賞團，更廣邀不同運動員親臨活動現場，向大眾分享他們的奮鬥經歷，鼓勵市民嘗試不同運動，並建立恆常運動習慣。

體育節的最後一個重點活動為閉幕典禮暨「體操同樂日」，活動在荷里活廣場舉行，設有多項體操體驗，包括藝術體操、健美體操及彈網同樂等，反應非常熱烈，共吸引超過500位參加者試玩。一眾港協暨奧委會委員、體育節籌委會委員、各贊助商代表，連同體育節大使、香港體操運動員黃曉盈、長跑運動員屈旨盈及「體育小伙伴」亦有出席閉幕典禮，向市民推廣健康訊息，為本屆體育節劃上圓滿句號。

港協暨奧委會衷心感謝資助機構康樂及文化事務署、銀贊助商順豐速運（香港）有限公司、指定食品夥伴日清食品（香港）有限公司、指定運動服裝FILA Marketing (Hong Kong) Limited對體育節的鼎力支持。

體育節閉幕典禮及重點活動



體育節花絮



2



3



4

1. 2022保齡球錦標賽
2. 小型足球表演賽
3. 幼兒手球推廣同樂日
4. 歡天雪地奇妙匯演



導賞團

兩場香港單車館導賞團於7月16日舉行，吸引超過40位市民參加。參加者除了在教練旁述下欣賞精彩的賽事，亦可在場內試踩單車機，享受踩單車的樂趣。



巡迴展覽



香港羽毛球總會
Hong Kong Badminton Association

2021全港羽毛球錦標賽

受新冠肺炎疫情影響，2021全港羽毛球錦標賽高級組男單及女單準決賽及決賽延期至2022年9月17日（星期六）及18日（星期日）在香港體育學院羽毛球館舉行。最終陳延澤以21:10、11:21、21:16擊敗大師兄李卓耀、馬子雪就以21:16、21:18直落擊敗盧善恩，兩人分別首奪男單、女單冠軍殊榮。

香港羽毛球總會（羽總）亦於YouTube網上直播賽事並設粵語評述，兩天累積觀看次數超過12,000人次，有關精彩賽事亦已上載至羽總YouTube頻道，歡迎市民網上重溫。



Website : www.hkbadmintonassn.org.hk

YouTube頻道 : www.youtube.com/user/HKBadmintonAssn/videos



中國香港體操總會
The Gymnastics Association of
Hong Kong, China

香港技巧體

操代表隊於2022年
9月23至28日參加

了在哈薩克舉行的「2022年亞洲技巧體操
錦標賽」，其中劉暢顏及葉曦霖於12-18
歲女子雙人項目中，以21.02分獲得亞軍，

2022年技巧體操亞洲錦標賽 劉暢顏、葉曦霖女子雙人項目奪銀

成績令人鼓舞。雖然新冠肺炎疫情打擾了
小將們的訓練計劃，但在她們不斷的努力
及堅持下，終能為港爭光。

技巧體操一般俗稱「翻筋斗」或「疊
羅漢」，是一項揉合不同的空中拋接、平
衡、翻騰及舞蹈等技巧於一身的運動項

目。技巧體操特別講求隊員之間的合作、
互信和默契。比賽分別設有男子雙人、
女子雙人、混合雙人、女子三人及男子四
人共五個項目。想了解更多技巧體操的詳
情，可瀏覽中國香港體操總會網頁：
<http://www.gahk.org.hk>





香港小型賽車總會首次參與 FIA Motorsport Game

香港小型賽車總會
Hong Kong Kart Club

香港小型賽車總會在2022年10月26至30日期間，在法國馬賽保羅·里卡爾赛道（Circuit Paul Ricard）首次參與被喻為「世界賽車奧運會」的FIA Motorsport Game，香港小型賽車總會首次派出7名運動員參與小型賽車扭轉賽、小型賽車耐力賽及小型賽車賽事—高級組（14+）三個項目。

小型賽車扭轉賽由16歲的伍絡軒及15歲的莫深雅代表出賽，兩位運動員均是首次參與比賽，其中伍絡軒更是於2021年才首次學習基本技術。兩位小將殺入16強賽事，可惜不敵德國在16強止步。

小型賽車耐力賽就由鍾菩恩、何萬昌、黃敬慈、楊德應戰，他們最終以14名完成賽事。他們都表示從比賽中吸收了豐富經驗，獲益不少，有信心在下屆賽事爭取較高排名。

至於小型賽車賽事—高級組（14+）賽事，就由余家寶代表出賽，他是首次參與這個項目的比賽，期間一直表現穩定，以總排名第13位進入決賽。在決賽起段初期有車群發生碰撞，幸好他避過車群，並憑著堅毅不屈的精神不斷追擊前車，過關斬將，最終以第5名的佳績完成賽事。因新冠肺炎疫情及防疫政策關係，不少運動員已有3年未能參加比賽及進行有系統的訓練，但今次成績足以證明香港賽車運動員的能力和在國際上的地位，期待他們會再接再厲，創出佳績。

港將獲益良多



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

在信和集團支持下，協會於2022年11月至2023年2月期間在集團旗下商場舉行巡迴展覽，展示協會成立至今的重要里程，以及歷代運動員於各賽事取得的獎牌與珍貴紀念品。

香港傷殘人士體育協會50周年巡迴展覽展開

香港傷殘人士體育協會（協會）在2022年迎來金禧之慶，在信和集團支持下，協會於2022年11月至2023年2月期間在集團旗下商場舉行巡迴展覽，展示協會成立至今的重要里程，以及歷代運動員於各賽事取得的獎牌與珍貴紀念品。

首場展覽已於11月5日至13日在奧海城舉行，邀得殘奧運射箭運動員危家銓、輪椅劍擊U23世錦賽銀牌得主周朗浩及香港首批殘奧運金牌得主之一的曹萍現身分享三代人的轉變及傳承故事。未來展覽將移師到荃灣及屯門舉行，每場展覽首日均邀請運動員分享奮鬥經歷，星期六、日更設有殘疾人運動試玩攤位，詳情如下：

展覽日期	地點	運動員分享
2023年1月14日至2月5日	荃新天地2（荃灣楊屋道18號）	2023年1月14日
2023年2月11日至19日	屯門市廣場（屯門屯順街1號）	2023年2月11日



■首場展覽已於奧海城揭幕，並由運動員分享轉變及傳承故事。



香港乒乓總會
Hong Kong Table Tennis Association

香港乒乓總會（乒總）首度舉辦的「時代中國盃」慶祝香港回歸25周年粵港澳大灣區乒乓球聯賽（香港分區賽），2022年10月16日在宣道國際學校上演決賽，並由鳳凰衛視直播及錄播。經過連番激鬥，最終男子組在激戰5場下，由「位元堂」險勝「動力乒乓」封王；女子組則由「無敵」在一局不失下，直落3場輕取「兵訓社」稱后；而少兒混合團體賽事，就由「樂優悠隊」直落3場擊敗「開心獎門人」掄元。

「時代中國盃」分男、女子團體及少兒混合團體賽，前4名除了獲獎金外，冠、亞軍隊伍更可獲得赴內地參加總決賽的資格。

為了響應國家粵港澳大灣區的重大發展戰略，乒總將會積極融入國家發展大局，進一步深化粵港澳合作和深度融合，為香港乒乓運動愛好者開拓更多發展新空間，並帶來發展新機遇。

乒總首辦「時代中國盃」 冠、亞軍隊伍闖內地爭逐總決賽



■女子組冠軍「無敵」，隊員均為港青成員。



SPORTS DIARY

體育項目	日期	賽事	地點
 傷殘人士體育	2022年12月3至14日	世界硬地滾球錦標賽	巴西里約熱內盧
詳情瀏覽： http://ande.org.br/			
	2022年12月14至18日	HSBC BWF世界巡迴賽總決賽2022	中國廣州
詳情瀏覽： https://bwfbadminton.com/calendar/			
	2023年1月8-18日	第26屆亞洲保齡球錦標賽	中國香港
詳情瀏覽： https://www.hktbc.org.hk/		https://26thatbc-hk.com/	
	2023年2月14至19日	亞洲羽毛球混合團體錦標賽2023	杜拜
詳情瀏覽： https://bwfbadminton.com/calendar/			
	2023年3月3至19日	WTT新加坡Smash2023	新加坡
詳情瀏覽： https://worldtabletennis.com/eventInfo?eventId=2629			
 傷殘人士體育	2023年3月6至16日	IBBA世界殘疾人草地滾球錦標賽	澳洲黃金海岸
詳情瀏覽： https://www.internationalblindbowls.org/			
	2023年2月	國泰2022年度香港傑出運動員選舉 公眾投票	中國香港
詳情瀏覽： https://www.hkolympic.org			

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 Fan 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 : 5 December 2022

\$25

Olympic Voice of Hong Kong 奧訊



DEC 2022
ISSUE 22



突破框架