

\$25



# Olympic Voice of Hong Kong 奧訊

AUG 2023 ISSUE 24

水之女孩  
張心悅 馬君正  
挑戰世界舞台 P.8

堅守信念  
Team Hong Kong !



## Cover Story 封面故事

## Feature 專題報道



P.12



P.14



## Multi-Sports Games 運動會追蹤

## SF&OC News 港協動態



P.22



## News Express 體壇快訊

# Voice



We have to accomplish some unfinished business from 2022, including the Hangzhou 19th Asian Games, that were postponed due to the pandemic until September 2023. Of course, there were misgivings about the delay but these have since been addressed as we have already recovered from the pandemic. The pause has given our athletes more time to train and compete in individual competitions reflecting their constant desire to participate in major events.

In this edition we are focusing upon the upcoming Asian Games in Hangzhou, where our representatives of Team Hong Kong, China, are hoping to build upon the successes attained at the Tokyo 2020 Olympic Games, and we wish them well in stamping their mark on this coming event in September.

因疫情而延至今年9月舉行的杭州第19屆亞運會，是我們2022年期待已久之事。對於賽事延期，我們當然曾經感到憂慮，但社會現已復常，早前的擔憂得以消除。這次延期讓運動員有更多時間進行訓練和參加個人比賽，推動運動員精益求精、力臻完美。

今期《奧訊》重點關注即將舉行的杭州亞運，代表中國香港的運動員將在東京2020奧運會的成功基礎上繼續前進。我們祝願一眾運動員在杭州亞運再創佳績。

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。

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名譽委員

《奧訊》出版委員會  
●召集人 楊祖賜先生  
●委員 郭志樑博士  
霍啟剛議員  
何劍暉女士  
朱凱勤先生  
施培德博士  
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



# 堅並肩 撐港隊！

杭州亞運進入倒數階段，今屆中國香港派出歷來陣容最大，逾900人的團隊，力求為港爭光！為吸引更多公眾支持港隊，一隻屬於港隊的吉祥物「堅仔」正式誕生！杭州亞運中國香港代表團團長霍啟剛期望，透過「堅仔」延續東京奧運的運動熱潮，鼓勵市民一起「堅並肩撐港隊」，讓更多人加入Team Hong Kong！

## 團長霍啟剛：陣容龐大具挑戰性



中國香港代表團有超過900人，霍啟剛直言極具挑戰：「預計挑戰會比奧運大，但我會盡量親身到場支持所有港隊的比賽。由於陣容龐大，預料會有很多不確定因素，作為團長，我會負責擔任港隊和組委會之間的橋樑，和當地人員積極溝通，全力協助港隊。」他透露早前到杭州視察環境，形容選手村設備屬「五星級」，又提到將為香港運動員爭取設立支援中心：「我們正和體院商量，能否讓體院的醫療團隊進駐選手村，為運動員提供合適的治療。」

香港市民可透過本地電視台收看直播賽事，支持港隊，霍啟剛期望港隊再創佳績，「今屆有如此龐大團隊參加，市民都很關注。近年香港運動員在傳統運動項目，或新興運動都有成績，而且年青運動員表現愈來愈好，今屆希望打破上屆成績，贏得更多獎牌。」

## 堅仔 Rock

我係一隻獅子，與生俱來就擁有獅子山精神DNA！你睇我個硬梆梆嘅髮型，就知我同石頭一樣咁「堅」！我更加同香港運動員一樣，有住堅毅拼搏嘅精神，積極樂觀面對唔同困難同挑戰，唔會輕易放棄。而且我仲係港隊頭號擁躉，對於運動員大大小小嘅動向，我都唔會放過！我平時最鍾意、最擅長就係做運動，如果你哋見到我，記得同我切磋吓，一齊享受運動嘅樂趣！

堅毅

拼搏

積極

樂觀

友善

# 堅香港精神

為加強宣傳港隊，港協暨奧委會去年與香港知專設計學院（HKDI）合作舉辦港隊吉祥物設計比賽，最終傳意設計系廣告設計高級文憑二年級生潘祖瑩（Joey）設計的「堅仔」，在逾60名參賽者中勝出，其後在今年6月15日的「邁向杭州亞運」記者會上，首次公開亮相。評選之一的霍啟剛稱，去年出席HKDI畢業展覽後，深深感受到學生的創意和潛能，故提出與HKDI合作：「今次計劃可以給我們更多年青人參與香港隊的其中，這是個很重要的概念。我希望這些設計系的學生，都可以視他們為香港隊的成員。」

「堅仔」是一隻獅子，和其他卡通獅子不同，其毛髮採用了幾何設計，突顯了獅子山岩石「堅硬」的質感。至於「堅仔」這個名字，除了想帶出運動員「堅持」、「堅毅」，以及代表香港的「獅子山精神」之外，也代表香港運動員好「堅」。從「堅仔」的設計草圖中，可見其顏色、髮型（幾何角度）、表情等都經過多次改良，才誕生最後的版本。談及設計過程，

「堅媽」Joey笑言最初的概念並不是獅子：「原本我是畫了蜘蛛，因為蜘蛛織網，就像未雨綢繆、為將來準備，像運動員默默備戰一樣，但蜘蛛形象不夠正面，所以最後選了獅子。」



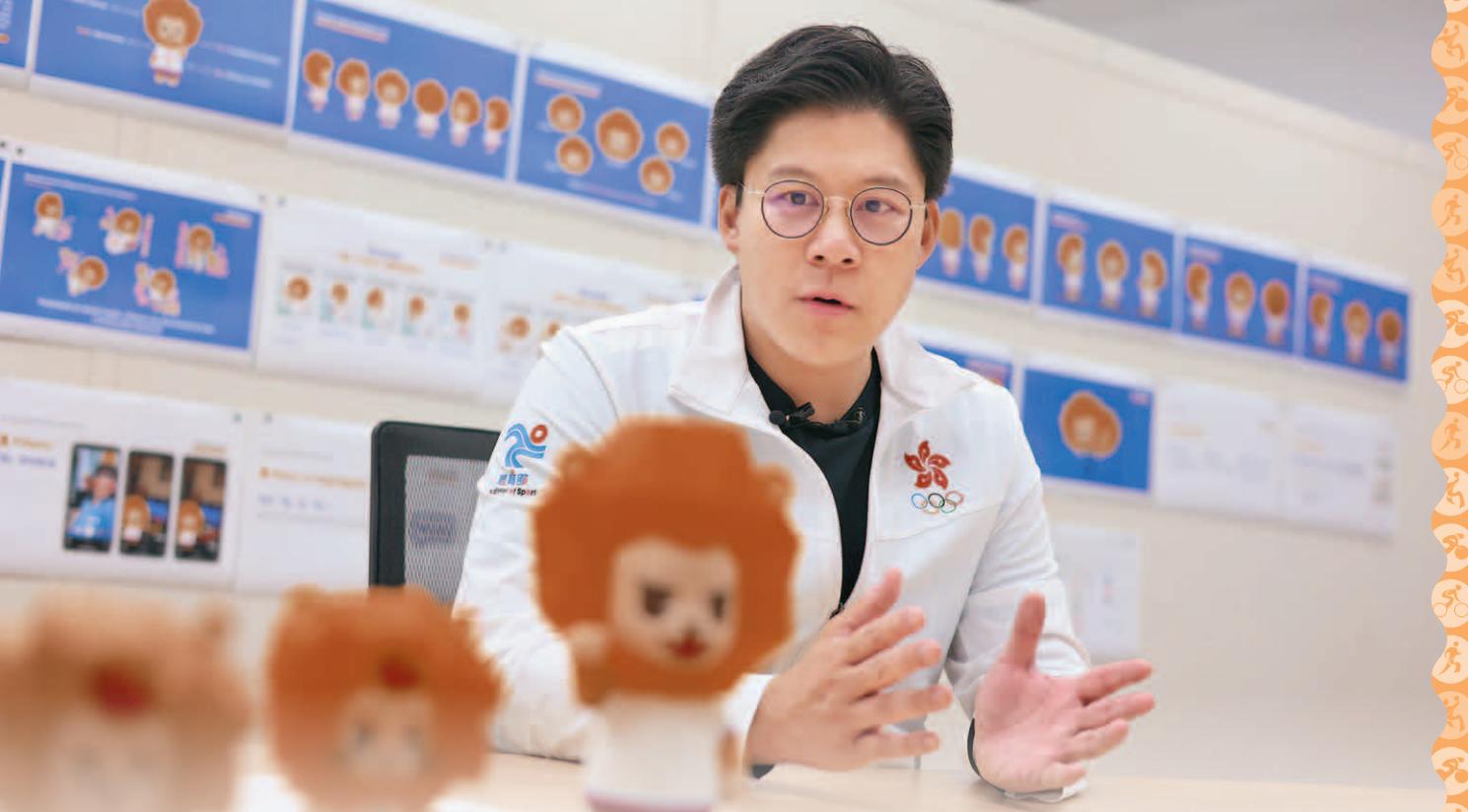
# Joey創造 堅仔 成就Joey



設計吉祥物需要兼顧很多方面，由平面到實體，以至周邊產品等都要一一照顧，這份畢業習作對於一個學生來說，原本已經不容易，Joey更要同時面對家人患病的挑戰。她感謝學校為她尋求社工支援，也感謝「堅仔」的陪伴：「每次做到好累的時候，我就想起『堅仔』的『堅持唔放棄』，提醒自己也不要輕易放棄。所以，我也要多謝『堅仔』。你們覺得是我創造了『堅仔』，其實是他成就了我。」

「堅仔」的性格集堅毅、拼搏、積極、樂觀和友善於一身，他更是港隊的「頭號粉絲」。談到對香港運動員的印象，Joey坦承感佩服，她亦喜愛東京奧運時的熱鬧氛圍：「東京奧運正值暑假，工作無時無刻都有人開直播看香港隊比賽，氣氛好好。這幾年缺乏一些開心事去討論，很佩服運動員憑努力踏上頒獎台。」Joey又希望大家一起成為港隊頭號粉絲：「希望『堅仔』可以帶動更多香港市民一起支持港隊，也希望運動員見到『堅仔』時，都會想起背後其實有很多人支持他們！」





# Let's Rock to Support Hong Kong Athletes!

To garner more support for the Hong Kong, China Delegation to the upcoming Hangzhou Asian Games, a mascot for the Delegation named "Rock" has been officially unveiled. Hon. Kenneth K.K. FOK, Chef de Mission of the Hong Kong, China Delegation to the Hangzhou Asian Games, encouraged everyone to join him in cheering Hong Kong athletes.

## Vigorous Delegation, Big Challenge

Leading the Delegation with more than 900 personnel competing in the Asian Games, Kenneth considered it an enormous challenge. "We expect a lot of uncertainties with such a huge delegation. As the Chef de Mission, I will act as the bridge between the Delegation and the Hangzhou Asian Games Organising Committee."

Kenneth hopes that Hong Kong athletes can once again achieve great results in the Asian Games, which will be broadcast live on local television channels. "Hong Kong athletes have had remarkable results in recent years, in both traditional and new sports. I hope that we can outperform ourselves as compared to the last Asian Games to win more medals."

## Symbol of Hong Kong Spirit

The Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China cooperated with the

Hong Kong Design Institute last year to invite design proposals for a mascot representing Team Hong Kong, China. The winning design, Rock, was created by Joey POON Cho Ying, a Year 2 higher diploma student in Advertising Design at the Department of Communication Design.

Rock is a lion with a mane made up of polygons to resemble the hard surface of Lion Rock. Its name echoes the characteristics of Hong Kong athletes - dedication and perseverance. The name is also a shorthand for the "Lion Rock Spirit" that represents Hong Kong, and a wordplay to mean Hong Kong athletes are "the real deal".

## Top Fan of Team Hong Kong, China

When designing the mascot, Joey had to cope with the challenges arising from a family member's illness, and was thankful for being able to have a creative diversion during that difficult period. "Whenever I felt exhausted, the persevering spirit of Rock came to mind, reminding me not to give up easily."

Joey invites everyone to join Rock in becoming the top fan of Team Hong Kong, China. She said, "I hope that Rock can bring in more support for the delegation — and that when athletes see our mascot, they will know that there are a lot of people out there cheering them on!"



水之女孩

張心悅 馬君正

# 挑戰世界舞台

杭州亞運開鑼在即，港隊新丁舊人皆積極備戰。16歲新星張心悅休學半年，換來亞運資格，還有泳手夢寐以求的奧運A標。滑浪風帆好手馬君正第二次揚帆亞運，雖經歷換板種的掙扎，但靠著信念變得更強大。一個在水上競爭，一個在水裏競賽，兩名水之女孩，憑著喜歡和堅持，挑戰世界舞台。



# 16歲小女生張心悅 開始游水因為膽小

今年4月在本港舉行的長池游泳計時賽，張心悅於200米背泳游出2分10秒35，成為香港史上最年輕的奧運A標泳手。

16歲的張心悅，對著鏡頭笑得靦腆，說到開始游泳的原因，竟是因為膽小：「小時候膽小，覺得陸上運動危險，在水中較有安全感，特別喜歡背泳，躺着游最舒服了。」小時候的想法很簡單，當興趣變成艱苦的訓練，她才發現游泳沒想像中「舒服」：「為了準備亞運，我年初休學，每天5點起床練水，休息一會，下午繼續練，然後回家吃飯，睡覺……」中學生活應該多姿多彩，但她不是在練水，就是在休息，唯有星期日可以喘口氣，見朋友，逛逛街。

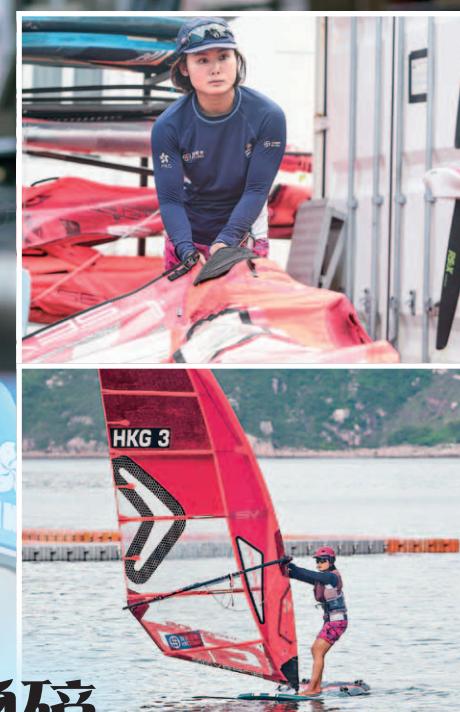
## 憑喜歡和堅持 勇闖奧運舞台

「有時候會想，為甚麼要這麼辛苦？」答案簡單不過——喜歡。因為喜歡，甘願付出時間和心血，終於換來一張奧運入場券。「達到奧運A標一刻開心到哭了，馬上打電話給爸媽，他們也哭到說不出話。」奧運，是運動的最高殿堂，許多泳手窮一生沒法做到的事，張心悅16歲就做到了：「無論多辛苦，我從沒想過放棄，一直咬緊牙關堅持。」

## 無論成敗 謹記「Love Yourself」

堅持還換來杭州亞運資格，張心悅希望200米背泳能游入決賽，並把個人最佳成績推前至2分08秒，打破香港紀錄。喜歡聽英文歌和K-Pop的她，用南韓天團BTS的名句鼓勵自己：「游得好不好，都要記住『Love Yourself』。」





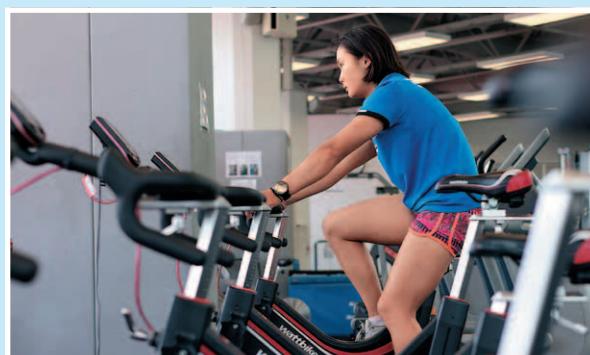
# 為爭成績努力增磅 大頭妹曾自我質疑

杭州亞運滑浪風帆項目增設iQFOiL帆板，港隊派出鄭清然和馬君正參加，傳統RS:X帆板則由歐令揚和魏瑋恩出戰。在上屆亞運夥拍何允輝，奪得RS:One混合隊際銀牌的馬君正再次揚帆亞運，換了板種，心境也截然不同。

iQFOiL與RS:X最大分別，是帆板底部設有水翼，可升離水面減低阻力，速度快近一倍，在水面上像飛行一樣。為更好操控帆板，綽號「大頭妹」的馬君正增重十多公斤：「我條件不特別好，（為增重）一餐要吃三碗飯，一星期重訓四天，體重還是起伏起伏，有懷疑過自己適不適合當運動員。」在海上經常日曬雨淋，有時還得賭上性命，卻不保證有收成。馬君正直言，不只一次動搖過信念，但總會浮現爸爸一席話：「放棄很容易，一隻腳行出這個門口就做到，留下來才是最困難的事。」

## 幸福非必然 參加職業賽領悟更深

馬君正去年參加PWA世界職業巡迴賽，見盡各國帆手「用生命追夢」：「他們沒有政府資助，要自己賺機票、食宿、找器材贊助。相比之下，香港運動員很幸福，更應該珍惜擁有的一切，投入200%練習，因為很多人根本沒有機會。」旅程中還有一段小插曲，馬君正第一場職業賽，也是法國傳奇帆手Antoine Albeau的退役戰：「記得我小時候，他來港示範，我們拍過照，沒想到



十多年後有機會同場比賽。」

## 自己路自己闖 Hip Hop歌詞作座右銘

馬君正當初參加職業賽，全因喜歡挑戰和一顆Hip Hop魂。她說每天都要聽Hip Hop音樂，最喜歡摩四青年的《選擇》：「人哋行嘅路我唔會選擇去跟隊，人生係得一次咁咪自己去爭取。」作為本港首個職業女帆手，她要鋪出自己的路：「長洲有珊瑚（李麗珊），香港第一個奧運冠軍。我沒她那麼厲害，但自己背著器材，安排行程，做一個可能在外國普通不過的空中前滾翻，也很滿足。想告訴師弟妹，哪怕條件不及別人，只要肯努力，就能拉近與世界的距離。」

下月領軍出戰杭州亞運，馬君正有信心再上頒獎台：「舊板種沿用多年，大家早已知道成功公式，而新板種處於發展階段，只要你早拿捏到一些東西，就有勝算。」她又寄語首次參加亞運的隊友，不要忘記初心：「記住自己為甚麼開始，為甚麼不怕曬，犧牲閒暇、社交和學業，堅持訓練這麼多年。無論成績好壞，都要帶著運動員堅毅的精神，繼續面對人生風浪。」





# CHEUNG Sum Yuet and MA Kwan Ching Go on World Stage

## Started Swimming Out of Fear

Taking part in the Hong Kong Long Course Swimming Time Trial in April this year, 16-year-old Cindy CHEUNG Sum Yuet finished the 200m Backstroke event in 2:10.35 to become the youngest Hong Kong swimmer ever to make the Olympic Qualifying Time. Surprisingly, fear was the reason why she started swimming. She recounted, "When I was small, I thought that land sports were dangerous. I felt safer in water and was particularly fond of the backstroke because it felt comfortable when I swam that way." However, when interest turns into arduous training, she discovered that long course swimming was not as easy as she originally thought, and was much more arduous. "To prepare for the Asian Games, I have suspended studies from the beginning of this year. I get up at five in the morning every day to practise. After a short break, I continue training in the afternoon, followed by dinner at home and then sleep..."

## Perseverance Makes the Olympian

Due to her love for swimming, CHEUNG has enthusiastically put a lot of time and effort into practising, and her hard work has now paid off by achieving the qualifying standard for the Olympic Games. CHEUNG said, "I have never thought of giving up. I simply bite the bullet and keep going." Her perseverance has now earned her a place in the Asian Games, where she aims for the 200m Backstroke final and a personal best in order to set a new Hong Kong record.

A new iQFOiL class will be introduced in the windsurfing event in the upcoming Hangzhou Asian Games. To have better control over this new type of sailboard, MA Kwan Ching, who clinched a silver medal in the Mixed RS : One race in the last Asian Games, has gained an extra twelve kilograms. She said, "Although I had been consuming three bowls of rice every meal and receiving weight training four days a week, my weight was still fluctuating. I sometimes questioned myself as to whether I was cut out to be an athlete." Whenever self-doubt surfaces, she always recalls what her father once told her, "It is easy to give up — stepping out the door can accomplish this. Hanging in there is the most difficult."

## Making It Out on Her Own

MA took part in the PWA World Tour last year. As Hong Kong's first female professional windsurfer, she vowed to pave her own way. She said, "I may not be as good as others, but as long as I work hard, I can pull myself closer to other world competitors." Competing in the Asian Games next month, MA is confident that she will be up on the podium again. She also has a message for her teammates who will take part in the Asian Games for the first time : "ride out life's ups and downs as a windsurfer rides a wave, no matter whether the result is good or bad."



烏蘭巴托2023東亞青年運動會

Flag Presentation Ceremony for the Hong Kong, China Delegations

# 港隊分途出征綜合項目運動會

「烏蘭巴托2023 東亞青年運動會」及「杭州第19屆亞運會」舉行在即，港協暨奧委會於7月25日在九龍公園體育館舉行授旗典禮。香港特別行政區署理行政長官陳國基在港協暨奧委會會長霍震霆見證下，將特區區旗分別授予兩個運動會的中國香港代表團。

一眾運動員積極備戰，大家記得密切留意賽事，支持港隊，為運動員打氣！

## 杭州 第19屆亞運會

日期：2023年9月23日至10月8日

地點：中國杭州

中國香港代表團：約930人

官方網頁：<https://www.hangzhou2022.cn/>



## 烏蘭巴托2023 東亞青年運動會

日期：2023年8月16至23日

地點：蒙古烏蘭巴托

中國香港代表團：超過200人

官方網頁：<https://www.ulaanbaatar2023.org/en>





# 「堅仔」與市民一起為港隊打氣！



■港協暨奧委會於2023年6月15日假灣仔會展舉行「邁向杭州亞運」記者招待會，公布中國香港代表團的全新吉祥物「堅仔」，邀請全港市民一起支持香港運動員，「堅並肩撐港隊」！



■滑浪風帆運動員歐令揚（右）、壁球運動員劉子均（左）和李嘉兒（中）認為「堅仔」代表著獅子山精神，陪伴運動員進步。



■中國女排隊長袁心玥分享備戰亞運的情況。

# 2023奧運日 恢復實體跑



■運動員(左至右)姚錦成(欖球)、何鈞傑(乒乓球)、李振豪(空手道)、胡兆康(保齡球)、黃欣樂(長跑)和羅映潮(長跑)出席典禮，與市民分享做運動樂趣。



港協暨奧委會於2023年6月18日假西九文化區舉行「2023奧運日暨杭州亞運會趣味跑」，主題為「與香港運動員一起跑」，是自疫情以來「奧運日」首度恢復實體跑活動，設有「個人跑」及「親子輕鬆跑」，反應熱烈，吸引約3000人參加。

另外，為響應下月舉行的杭州亞運，今年特設「杭州亞運會趣味跑」，鼓勵大眾身體力行，支持香港運動員出戰亞運。同場舉行的體育嘉年華是「開心香港」活動之一，市民透過參與體育總會及贊助商的攤位遊戲和體育示範，認識不同運動，體驗箇中樂趣。

港協暨奧委會衷心感謝資助機構康樂及文化事務署、協辦機構中國香港業餘田徑總會、金贊助商信興集團、指定運動服裝FILA Marketing (Hong Kong) Limited、銅贊助商中國工商銀行(亞洲)有限公司、日清食品(香港)有限公司、Germagic Biochemical Technology (HK) Ltd、官方夥伴中國蒙牛乳業有限公司、場地夥伴西九文化區、支持單位Bonaqua®礦物質水、香港興業國際集團有限公司，以及香港海洋公園對2023奧運日的鼎力支持。



■體育嘉年華設有多個攤位和「打卡位」，一家大小投入其中。



■體育嘉年華設有杭州亞運專區，向市民推廣亞運知識，杭州亞運吉祥物「琮琮」、「宸宸」和「蓮蓮」亦有亮相。

■體育節籌備委員會主席兼港協暨奧委會副會長王敏超（左三）、康樂及文化事務署副署長（康樂事務）徐曉露（右三）及立法會議員陳穎欣（左二），聯同第66屆體育節大使，為體育節揭開序幕。

## 第66屆體育節 66th FESTIVAL OF SPORT



## 第66屆體育節 66th FESTIVAL OF SPORT

# 成功辦近60項活動 與民動起來 第66屆體育節超滿FUN

由港協暨奧委會主辦、康文署資助的年度體育盛事——第66屆體育節已經圓滿結束。今屆體育節以「活力共創 精彩起航」為主題，在2023年4至6月聯同各體育總會成功舉辦近60項多元化的實體活動，鼓勵公眾人士積極參與，從而擴闊運動體驗和認識，達至「全民運動」！

港協暨奧委會委任陳偉豪（足球）、鄭麗莎（運動攀登及健美）及駱倩華（賽車）為今屆體育節大使，親身參與體育節不同活動，與公眾交流並分享運動經驗，鼓勵大眾疫後重新投入運動。

在4月打響頭炮的開幕典禮暨嘉年華，除了有體育示範及表演，亦設有多項運動試玩。此外，今屆體育節設有五個重點活動，分別為「香港壘球嘉年華」、「第五屆香港賽車運動節」、「幼兒手球推廣同樂日」、「室內賽艇夏日祭」及「親子運動市集2023」。體育節更安排多場比賽直播，方便市民觀賞賽事，更可在港協暨奧委會YouTube頻道重溫。



第五屆香港賽車運動節

室內賽艇夏日祭

親子運動市集2023

幼兒手球推廣同樂日





# 「全城運動 運動傳承」慶典

## 鼓勵全民運動 敢於追夢

香港運動員就業及教育部（HKACED）假香港迪士尼樂園舉辦「全城運動 運動傳承」慶典，吸引超過400位運動員攜同好友，聯同奧林匹克之友（OFC）會員參加，是次活動旨在凝聚一眾香港運動員，向社區宣揚奧林匹克精神，推動疫後全民運動，為城市注入活力。為切合主題，活動當日進行了六角圖體能大挑戰、跆拳道及泰拳體驗班，由HKACED奧夢成真團隊的前港隊運動員教授，透過運動傳承實踐全城運動。

「星星伴轉型」學長黃金寶，以及曾出戰東京奧運的滑浪風帆代表兼HKACED委員會委員陳晞文，向出席活動的OFC會員及基督教信義會社會服務部的學員，分享轉型的心路歷程，透過自身經歷和成長故事，鼓勵孩子學會堅持，敢於追夢。



■ 「星星伴轉型」學長黃金寶及滑浪風帆運動員陳晞文分享運動員轉型的心路歷程。



■ 「星星伴轉型」學長鄭家豪（中）與學員黃楚曦（左）及趙嗣淦（右）出席慶典。

## HKACEP改名 為運動員轉型提供更全面支援



香港運動員就業及教育部  
Hong Kong Athletes Career & Education Department (HKACED)

成立於2008年的香港運動員就業及教育計劃（HKACEP），旨在為計劃退役或已退役的運動員提供就業、教育、生活技能及諮詢服務等支援。HKACEP 亦於2016年成立奧夢成真團隊，安排運動員到資源匱乏的學校擔任教練，為學生提供運動訓練及傳授相關知識，發掘學生的運動潛能，運動員亦能從中吸收教學經驗，達至逐步轉型。及後，「星星伴轉型」學長計劃及退役運動員轉型計劃亦於2018年展開。

隨著HKACEP所涵蓋的服務日益廣泛，HKACEP於2023年4月1日正式改名為香港運動員就業及教育部（HKACED），為運動員轉型提供更全面的支援。

# 奧夢成真 粒粒皆星

港協暨奧委會轄下奧夢成真團隊內，有超過50位來自26個運動項目的教練，他們都是現役或曾代表香港出戰過國際賽事的精英，其中霹靂舞代表曾子驛以及壘球運動員陳燕瑜，他們都希望以生命影響生命，透過自身故事將奧林匹克價值傳承下一代。

正積極備戰杭州亞運的曾子驛表示：「一直希望市民可以重新認識霹靂舞，不是頑皮或壞人才跳霹靂舞，而是一項有益身心的運動。透過奧夢成真計劃到不同學校推廣霹靂舞文化，事實

亦證明霹靂舞十分受同學們歡迎。」曾子驛又說，本來亞運目標是進入八強，但隨著霹靂舞越來越受注目，形象變得健康和正面，大大增強他的信心和動力，現將目標提高到四強，以至站上頒獎台。

陳燕瑜則希望更多人認識壘球運動：「希望大眾不單著重成績，亦學會欣賞運動員付出的努力、體育精神和奧林匹克價值。」



■奧夢成真團隊，(由左至右)梁民熊(籃球)、曾子驛(霹靂舞)、陳燕瑜(壘球)、何賢藝(獨木舟)教練都分別曾出戰及將會出戰亞運。



香港奧林匹克之友  
Hong Kong Olympic  
Fan Club

## OFC會員優惠活動浪接浪

香港奧林匹克之友（OFC）由港協暨奧委會成立，推動公眾對體育運動的興趣。成為OFC訂閱會員費用全免，並可獲得獨家優惠、最新活動消息及體育資訊等，切勿錯過！接下來還有不同的杭州亞運應援活動，誠邀OFC會員加入打氣團，齊撐港隊！



3月



「2022年度  
香港傑出運動員選舉」  
頒獎典禮獨家門券



2023奧運日OFC攤位

6月



「2023奧林匹克主義體驗營」於2023年4月5至7日在賽馬會西貢戶外訓練營圓滿舉行。參加者包括中學提名的學生運動員、各體育總會推薦的青少年運動員及奧林匹克之友，參加人數達69人，是歷年之冠。

# 奧林匹克主義體驗營

## 青年交流宏揚團結與體育精神！

體驗營旨在透過體育運動和團隊合作活動，讓參加者親身體會奧林匹克精神、提高其領導才能和了解團隊精神的重要性。適逢今年舉行杭州亞運，體驗營特別以此為主題，並加入環保工作坊及藝術工作坊，一方面響應杭州亞組委「綠色」辦賽理念，另一方面讓參加者透過藝術創作加深對組員之間的了

解。港協暨奧委會義務秘書長楊祖賜於證書頒授典禮及分享會致辭時表示：「推動青少年對奧林匹克主義的認識是本會其中一個重要的方向，衷心希望大家完成今次體驗營，能夠將奧林匹克主義中的『友誼』、『互相尊重』和『追求卓越』學以致用，日後影響身邊的人。」

「透過『原野烹飪』及『環保工作坊』我學會生活技能，例如生火及使用燙斗。此外，『環保工作坊』令我認識杭州亞運的『綠色』辦賽理念，明白舉行大型運動會注重環保及減廢對地球的重要性。我希望將這份環保意識感染家人及朋友。」

**林詩朗 Kian (13)**

奧林匹克之友

「作為組長，觀察到參加者在體驗營逐漸展現自信心，透過溝通與組員一同解難及合作，這經歷與友誼都十分難得。我寄語未來的香港精英學生運動員，『堅持和不斷追求進步的精神』是成為出色運動員的關鍵，體驗營所傳遞的奧林匹克精神，無論在運動或日常生活都可以運用出來。希望你們帶著今天所學，珍惜每一次訓練及比賽的機會！」



**組長 梁金輝**

香港退役足球運動員

「這次體驗營的團體活動令我走出自己的舒適圈，敢於表達自己。因為在一個團體裏，每人都要堅守崗位。願意聆聽別人，以及向人表達自己的意見，才可以合力完成任務。我希望將這份勇氣帶到體操訓練中，比以前更接受教練與隊友的意見，發現問題時也能表達出來。」

**胡珉萁 Tanya (15)**

中國香港體操總會  
2022 JRC 競技體操之星錦標賽  
WAG Junior 團體（第1名）



# 革新體育與奧林匹克主義教育 建設更美好世界

由國際奧林匹克學院（學院）主辦的第 63 屆國際青年奧林匹克大使會議（會議）於 2023 年 6 月 10 至 22 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。是次會議共有 121 名來自 73 個國家或地區的參加者，而港協暨奧委會則派出退役健美體操運動員葉慧雯（Mandy）參加。

今年會議的主題為「革新體育與奧林匹克主義教育，建設更美好世界」，而特選主題為「更新和復興：如何通過體育和奧林匹克主義教育令奧林匹克運動與青年保持相關性」。Mandy 表示，會議將不同國籍的年輕人聚在一起，並安排課堂就不同課題作討論，從中了解不同地方的體育發展情況。主辦機構更安排參加者參觀古蹟和博物館，了解古希臘的歷史和奧運會的發展。會議亦包含運動、音樂、美術工作坊等活動，促進文化交流及讓參加者實踐奧林匹克精神 — 追求卓越、互相尊重及友誼。



■ Mandy 與荷蘭奧委會代表在位於奧林匹亞的古代奧運會發源地重演傳聖火的儀式。



■ Mandy 參加位於奧林匹亞小鎮的奧運日跑。



■ 國際奧林匹克學院委員及亞奧理事會執委會成員 Khunying Patama（左），從泰國到希臘參加會議的開幕禮。



■ 中國奧委會的代表和 Mandy 於「文化分享夜」向其他參加者分享以毛筆書寫中文字。



■ 參加者與國際奧林匹克學院代表及嘉賓在奧林匹亞，為會議揭開序幕。

# 國泰2022年度香港傑出運動員選舉

CATHAY 2022 HONG KONG SPORTS STARS AWARDS



■得獎運動員(左起)朱文佳、張家瑋、黃澤林、張家朗、何詩蓓、何証騫、江曼憲及吳安儀合照留念。

# 國泰2022年度香港傑出運動員選舉

CATHAY 2022 HONG KONG SPORTS STARS AWARDS

## 香港最佳運動組合

HONG KONG SPORTS STARS AWARDS FOR TEAM EVENT



# 國泰2022年度香港傑出運動員選舉

CATHAY 2022 HONG KONG SPORTS STARS AWARDS

## 香港最佳運動隊伍

HONG KONG SPORTS STARS AWARD FOR TEAM ONLY SPORT



# 「國泰2022年度香港傑出運動員選舉」圓滿結束 張家朗何詩蓓蟬聯星中之星

「國泰2022年度香港傑出運動員選舉」頒獎典禮於2023年4月18日假香港會議展覽中心舉行。46個體育總會提交合共96項提名，經評審團、傳媒及公眾投票後，4個組別合共16個獎項得主全數誕生。

男子花劍世界盃冠軍張家朗（劍擊）及在世界短池游泳錦標賽勇奪一金一銀的何詩蓓（游泳）再次脫穎而出，以大熱姿態蟬聯「國泰星中之星香港傑出男/女運動員」最高殊榮。

「香港傑出男運動員」其他得獎者包括：首度獲頒此獎項的澳洲網球公開賽青年組男雙冠軍黃澤林（網球）、為香港贏得世界運動會歷史第一金的張家瑋（桌球）、世界青少年武術錦標賽劍術金牌得主何証騫（武術），以及第二度獲此獎項的殘疾人羽毛球世界錦標賽短肢組冠軍朱文佳（羽毛球）。

獲頒「香港傑出女運動員」的則分別有：破紀錄第十次獲此獎項的「四眼Cue后」吳安儀（桌球）、世界劍擊錦標賽季軍江曼憲（劍擊）、世界運動會空手道女子個人形銅牌得主劉慕裳（空手道），以及首次獲獎的硬地滾球BC3級世界「一姐」何宛淇（硬地滾球）。

香港男子七人欖球代表隊再次奪得「香港最佳運動隊伍」獎項，是球隊自2008年度首次當選以來第11次奪此殊榮。「香港最佳運動組合」則由獲得亞洲劍擊錦標賽團體賽銀牌的香港女子重劍隊、重奪亞洲團體錦標賽金牌的香港女子壁球隊，以及殘疾人世界乒乓球錦標賽女雙金牌組合（吳攷薈/王婷莛）奪得。

頒獎典禮主禮及頒獎嘉賓：香港特別行政區文化體育及旅遊局局長楊潤雄先生、中華人民共和國外交部駐香港特別行政區特派員公署副特派員潘雲東先生、港協暨奧委會會長霍震霆先生、冠名贊助商國泰行政總裁林紹波先生等。

## 香港傑出男運動員

體育總會	運動員
香港桌球總會有限公司	張家瑋
香港劍擊總會	張家朗
香港傷殘人士體育協會 - 羽毛球	朱文佳
中國香港網球總會有限公司	黃澤林
中國香港武術聯會有限公司	何証騫

## 香港傑出女運動員

體育總會	運動員
香港桌球總會有限公司	吳安儀
香港劍擊總會	江曼憲
中國香港空手道總會有限公司	劉慕裳
香港傷殘人士體育協會 - 硬地滾球	何宛淇
中國香港游泳總會	何詩蓓

## 國泰星中之星香港傑出男運動員大獎

體育總會	運動員
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

體育總會	運動員
中國香港游泳總會	何詩蓓

## 香港最佳運動隊伍

體育總會	運動隊伍
中國香港欖球總會	香港男子七人欖球代表隊

## 香港最佳運動組合

體育總會	運動員
香港劍擊總會	香港女子重劍代表隊 (江曼憲 / 陳渭冷 / 余繕忻 / 連翊希 / 朱嘉望)
香港智障人士體育協會 - 乒乓	香港乒乓球队 女子雙打(WD22) (吳攷薈 / 王婷莛)
中國香港壁球總會	香港女子壁球隊 (何子樂 / 陳善鈺 / 李嘉兒 / 湯芷綱)





A large image of a Cathay Pacific Boeing 787-9 Dreamliner aircraft in flight against a vibrant sunset or sunrise sky. The aircraft is angled upwards towards the top right of the frame, with its engines and wings clearly visible. The words "CATHAY PACIFIC" and the airline's logo are printed on the side of the fuselage. The background consists of warm, orange and yellow hues of the setting or rising sun.

# MOVE BEYOND THE HORIZON

Let one of the world's largest fleets of A350s move you further in award-winning comfort.

Cathay Pacific Airways Limited

Flights

Hotels

Shopping

Dining

Wellness

Credit Cards



[www.cathay.com](http://www.cathay.com)



**CATHAY**

MOVE BEYOND

# 2023香港公開羽毛球錦標賽 9月紅館上演



香港羽毛球總會  
Hong Kong Badminton  
Association

闊別3年多的「香港公開羽毛球錦標賽」將於2023年9月12至17日假紅磡香港體育館舉行，屬「世界羽聯巡回賽超級500」賽事其中一站。賽事將匯集200多名來自約20個國家及地區的頂尖羽毛球精英，包括奧運會及亞運會等獎牌健兒。本屆賽事亦是巴黎2024年奧運會計

分賽之一，預計世界球星將會雲集香港角逐入圍資格。有關比賽的最新消息，可瀏覽香港羽毛球總會網頁：  
<http://www.hkbadmintonassn.org.hk/>  
以及香港公開羽毛球錦標賽網頁：  
<http://www.hkopenbadminton.org/>



■李卓耀力爭衛冕男單冠軍。



■中國香港羽毛球隊將會精英盡出競逐殊榮。

## 競技體操亞洲錦標賽 香港運動員獲佳績



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

第16屆亞洲少年競技體操錦標賽及第10屆亞洲成年競技體操錦標賽，分別於2023年6月6至13日，以及6月11至19日在新加坡舉行。

女子隊少年運動員吳汶思於跳馬決賽中，以總分13.066分，擊敗多個亞洲國家及地區對手，獲得冠軍，她於女子自由體操決賽亦取得第5名。另一賽場男子組吳翹充在吊環決賽以14.100分勇奪銅牌，其隊友吳家祺亦於跳馬決賽以13.583分獲得第7名的佳績，一眾運動員成績令人鼓舞。

想了解更多競技體操的資訊，可瀏覽中國香港體操總會網頁：<http://www.gahk.org.hk>



■吳汶思於跳馬比賽勇奪冠軍。



■吳翹充在吊環決賽奪得銅牌。



■29er港隊代表麥曉彤及Emily POLSON勇奪首屆29er亞洲錦標賽冠軍。



■最多人參與的樂天型帆船公開組賽事。

## 闊別三年 世界頂尖帆手再聚香港帆船賽週



香港帆船運動總會  
Hong Kong Sailing Federation

因疫情闊別三年，帆船界盛事「新鴻基公司香港帆船賽週」在2023年2月復辦，吸引了236位來自12個國家及地區的青年帆手來港參與。今屆賽事分10個級別進行，包括29er、激光4.7型帆船、激光雷射型帆船、樂天型帆船公開組、專為傷健人士而設的2.4mR型帆船組別等。當中29er組別賽事，同時是首屆「29er亞洲帆船錦標賽」，最終由香港選手包辦三甲位置，港隊代表麥曉彤及Emily POLSON勇奪冠軍。而在競爭激烈的ILCA 6組別、最多人參與的樂天型帆船公開組別等，都有香港代表贏得三甲，可見本港運動員在國際選手當中具有一定實力和水平。

想了解有關帆船運動的資訊，可瀏覽香港帆船運動總會網頁：<https://www.sailing.org.hk/>



## 吳卓恩200米蛙泳破世績奪金



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在2023年5月11至14日，於德國柏林參加了Citi殘疾人游泳世界系列賽 — 柏林站。協會派出兩名運動員參賽，其中吳卓恩於女子200米蛙泳決賽，以3分20秒58打破匈牙利泳手SZARAZ Evelin於2022年創下的3分30秒14 SB6級世界紀錄，以總分928分力壓其他級別泳手奪得金牌。

香港傷殘人士體育協會網頁: [www.hksapd.org](http://www.hksapd.org)

■吳卓恩以3分20秒58 打破SB6級世界紀錄。

## SPORTS DIARY

體育項目	日期	賽事	地點
港協暨奧委會	8月16-23日	烏蘭巴托2023東亞青年運動會	蒙古烏蘭巴托
詳情瀏覽： <a href="https://www.ulaanbaatar2023.org/en">https://www.ulaanbaatar2023.org/en</a>			
羽毛球	8月21-27日	TotalEnergies世界羽聯 2023世界錦標賽	丹麥哥本哈根
詳情瀏覽： <a href="https://bwfbadminton.com/calendar/">https://bwfbadminton.com/calendar/</a>			
羽毛球	9月12-17日	YONEX-SUNRISE 2023香港公開羽毛球錦標賽	中國香港
詳情瀏覽： <a href="http://www.hkbadmintonassn.org.hk">http://www.hkbadmintonassn.org.hk</a>			
港協暨奧委會	9月23日-10月8日	杭州第19屆亞運會	中國杭州
詳情瀏覽： <a href="https://www.hangzhou2022.cn/">https://www.hangzhou2022.cn/</a>			
傷殘人士體育	12月4-12日	香港2023硬地滾球亞洲 及大洋洲錦標賽	中國香港
詳情瀏覽： <a href="http://www.hksapd.org">www.hksapd.org</a>			



## 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](mailto:secretariat@hkolympic.org)

網址 Website : [www.hkolympic.org](http://www.hkolympic.org)

Facebook 專頁 : [SF&OC 港協暨奧委會](#)

Instagram 專頁 : [@sfoc\\_hk](#)

YouTube頻道 : [YouTube](https://www.youtube.com/@SFOC) [www.youtube.com/@SFOC](https://www.youtube.com/@SFOC)

\$25



AUG 2023  
ISSUE 24

# Olympic Voice of Hong Kong 奧訊

P4 堅並肩 搭港隊！

馬君正 WINDSURFING 張心悅 SWIMMING

堅持・只因喜歡