

NBA近年西強東弱，西岸賽區的季後賽席位年年爭崩頭，其中4支季前被視為爭標熱門兼有巨星壓陣的球隊包括太陽、獨行俠、勇士與湖人，目前更分列西岸第7至10位。假如最終常規賽排名結束如是，這將掀起史上最激烈附加賽爭鬥，包括杜蘭特、當錫、史提芬居里與勒邦占士等4大巨星將力爭2張入場券，確實令人意想不到！

聯盟自2020年引入附加賽賽制，由以往東西岸常規賽前8名球隊參與季後賽爭奪總冠軍，改成兩岸前6名直入季後賽，而7至10名球隊則要經過附加賽去爭逐東西岸各兩張最後入場券，附加賽都會以一場過決勝形式，格外刺激，球迷及球隊的反應都相當正面。

今年的西岸賽區目前鬥得激烈，在目前各隊大約接戰60場常規賽後，包括雷霆、木狼與衛冕的金塊同以42勝暫時排在西岸前三位，而第4位快艇亦有39勝，但由第5位鵜鶘起，到第6位帝王，以至7至10位的太陽、獨行俠、勇士及湖人等，相差最多卻僅3.5場勝差以內，競爭異常激烈。

勇士慘敗 咖喱三分9投全失

擁有杜蘭特、迪雲布卡及比爾的三星戰隊太陽，昨晨在主場以110:118不敵雷霆，「KD」杜蘭特每次得球都被夾擊，發揮欠佳，太陽現以35勝26負排第7，要趕上前6必須努力。至於有「咖喱仔」史提芬居里、奇利湯臣與基斯保羅坐鎮的勇士，昨晨作客塞爾特人更以88:140慘敗，寫下「咖喱仔」生涯最大敗仗，而他本人昨仗僅戰半場，只得4分，三分球9投全失，狀態備受質疑，加上隊友韋斯繼續因私人理由缺陣，都令勇士前景蒙上陰影。

由當錫與艾榮雙核帶領的獨行俠，同在昨晨遭逢敗績，主場以116:120負於76人手下，當錫縱然連續3場造出「三雙」，也未能領軍得勝，現時球隊累積34勝27負，也在為季後賽資格奮戰，確實難以安心。

另外，日前寫下突破4萬分得分里程「悲」的勒邦占士，暫時以33勝29負排名第10，由「大帝」與安東尼戴維斯組成的「紫金雙王」在贏得季中賽後，總成績卻在附加賽邊緣徘徊，最終要闖入季後賽也難度不少。

西岸季後賽席位爭崩頭

4巨星

或淪附加賽激鬥



史提芬居里
勇士後衛

獨行俠後衛
當錫

太陽前鋒
杜蘭特

湖人前鋒
勒邦占士

「鄧謝配」稱霸德國賽 進軍奧運在望

香港羽毛球隊首席混雙組合鄧俊文/謝影雪，前晚在世界羽聯巡迴賽超級300德國公開賽決賽中，面對賽事第二種子、韓國組合金元昊/鄭娜銀，僅用時40分鐘，便直落兩局2:0取勝，奪得2024年首面金牌，同時也令爭取奧運資格的形勢變得更加明朗。

港隊於2月尾展開歐洲之旅，首站德國，現時混雙世界排名第8位的鄧俊文/謝影雪於本站賽事以3號種子身份參戰。謝影雪早前在印度公開賽賽前練習時拉傷右膝，「避戰」3站東南亞賽事，直到今次德國站才復出，「鄧

謝配」在決賽面對韓國的金元昊/鄭娜銀爭標，雙方曾3次交手，港將2勝1負，今戰亦發揮出色，最終以直落兩局21:13及21:19取勝，現時世界排名第8的他們，排名有望進一步提升，進軍奧運在望。

二人之後將出戰在今日展開的巡迴賽超級750法國公開賽，是次法國公開賽亦為奧運測試賽，「鄧謝配」首圈對手是世界排名第19位的日本山下恭平/篠谷菜留，戰畢法國公開賽後，二人將會參加全英賽。



鄧俊文（左）與謝影雪合作奪冠。 互聯網

易普威脅影響身心



桌球解密

陳偉明

香港首位職業業桌球手、Now TV桌球節目主持

加利威爾遜上月贏得威爾斯公開賽，繼之前成功衛冕蘇格蘭公開賽之後，今季已經兩度奪標，最近蘇格蘭名宿亨特利找來加利威爾遜作為嘉賓分享生涯中遇到「易普」Yips的經過及克服，因為亨特利桌球生涯中尾段同樣受到「易普」影響，甚至「易普」可能是他退役的主要原因。

首先什麼是「易普」呢？「易普」乃高爾夫球運動中的術語，意思是指腕關節或肌肉不受意志控制的急速拉動，致使運動員在關鍵時出現失誤，而且罹患此種不明原因的症狀者，通常會終結運動生涯，亨特利已經是一個活生生的例子。

加利威爾遜表示，當他受到「易普」影響時，會感到自己擊球時速度比較快，未能完全受到控制，更直接影響發力打波及拉後時的效果，不過近年已經有好轉。由於受到「易普」的影響，加利威爾遜比賽時在桿法上的選擇，可能會跟其他球手有明顯分別。曾經有些名宿質疑加利威爾遜在比賽時的選擇及打法是否正確，今日方知道內裏原來大有原因。

桌球運動一直講究身心協調，缺一不可，強如奧蘇利雲、希堅斯等，只要在比賽時出現負面思想，成績便會一落千丈，傅家俊同樣受到眼疾影響，球風亦都大大轉變。



昨晨在美國舉行的WTA 250級別奧斯汀ATX網賽決賽，由袁悅（右一）與王曦雨兩位小花合演中國打吡，結果雙方激戰2小時13分鐘，在互有破發之下，由袁悅以直落兩盤6:4及7:6（7:4）取勝，拿下個人職業生涯首個巡迴賽冠軍，也是歷來第14位中國大陸的巡迴賽冠軍球員。賽後，袁悅的世界排名更進佔第49位。

袁悅首冠



在加拿大上演的2024年跳水世界盃首站蒙特利爾賽事，昨晨進行的女子10米台決賽，中國雙姝全紅嬋（左）與陳芋汐（中）再次包辦金銀牌，最終師姐陳芋汐以3.9分的些微優勢稱后，而中國跳水夢之隊更包辦全部9個項目的金牌。值得一提，銀牌得主全紅嬋今站再次造出6個10分滿分，出道三年，至今共拿下158個10分，認真誇張！

包攬9金