



港隊前鋒

安永佳

港隊昨天仍安排於將軍澳足球訓練中心操練，未被列入對澳門大軍名單的伍璋謙亦有跟操。教練韋斯活及主將陳肇鈞收操後出席賽前記者招待會，韋斯活強調為了避免讓球員體能過度消耗、甚至受傷，今仗排陣及臨場會作出更多調動：「我哋會好尊重澳門，必定派出有能力球員落場，力爭勝果。不過要明白港隊最大目標是下周二作客新加坡的亞洲盃外圍賽。今仗我會在比賽中多換人，主力球員都不必踢足，保留體力在新加坡搏殺！」韋斯活表示，由於祖連奴腿筋有傷，今仗將不會落場，待進一步檢驗後，才決定能否趕及下周二復出。

港隊今次23位成員之中，超過近四成球員正效力內地聯賽，出戰中超的球員多達7位，包括周緣德、茄子楠、

旺角場今夜上演國際熱身賽，中國香港代表隊晚上8時主場迎戰澳門。為下周二亞洲盃外圍賽作客新加坡，進行最後備戰。港隊教頭韋斯活表示，已經3個月沒有比賽，幸好在操練中所見各將精神面貌不錯，最重要是傷兵不多。今仗除盡力爭取好成績外，主要會為亞洲盃試陣，同時會安排好上陣時間，讓主力得到足夠休息。

備戰亞盃外 大幅換人

港隊旺角場 拍跳澳門

孫銘謙、黃皓雋、李小恆、安永佳與剛當選亞冠精英盃16強最佳陣容的陳晉一。當中李小恆與黃皓雋均是季中從港超轉投中超——李小恆去年10月取得特區護照，在法國出生，早前由冠忠南區轉投山東泰山，首度獲選大港腳參與國際A級賽的決選名單；而黃皓雋從東方加盟青島海牛後，亦相隔9個月後重返大港腳。

陳肇鈞：嘉諾Sir領軍有一套

儘管澳門世界排名僅193位，比起

155位的港隊低38位，不過陳肇鈞聲言絕對不會鬆懈：「澳門由前港隊助教郭嘉諾領軍，嘉諾Sir領軍有自己一套，亦證明過成功。我哋會保持平常心，做好自己本分同澳門練過。我嘅願望係今個國際賽期，能夠贏晒兩比賽！」澳門在去年12月於東亞錦標賽外圍賽1:2不敵關島，要注意的是年初曾到東方跟操的後衛蘇顯能、中場李政霖及前鋒梁智城都有入選大軍名單。

現年19歲的澳門小將李政霖，表明在東方跟操的經驗有助今仗出戰港足：「一月嚟東方跟操，觀察到香港職業球員

港隊。
■李小恆首次入選



港隊教練韋斯活(左)與陳肇鈞出席賽前記者會。

訓練強度同態度，雖然我哋喺東亞盃外圍賽輸咗，未能喺該賽事挑戰港隊，今仗正係好好學習機會。」

港女隊備戰七欖 莊嘉欣：盼再達陣！

月底移師啟德體育園主場館舉行的香港國際七人欖球賽，繼去年首辦後再次設有女子「Melrose銀劍賽」。上屆亞軍中國香港女子隊昨假體院操練備戰，當中上屆成功達陣的主力莊嘉欣對賽事充滿期待，除盼望再次達陣外，亦希望能夠贏得勝利，亦要為港隊及觀眾留下美好回憶。

港女隊操練後見記者，新任隊長陳穎(Chloe)表示月初曾遠赴南非出戰兩場挑戰賽，雖然均未能闖入次圈，卻也獲益良多：「我哋

表現唔錯，首圈止步有啲可惜，卻係一次好嘅學習，畀我哋調整同建立團隊精神！」對於上屆銀劍賽不敵國家隊，陳穎表示不想回頭看，目前會盡一切努力，以最佳狀態迎接老對手哈薩克及泰國隊。

昨天操練大部分時間，主力莊嘉欣只在場邊輕量活動，原因是在南非比賽期間被撞暈，正在慢慢恢復中，但表明不會影響七欖比賽。莊嘉欣笑言最想在新場館開齋：「今次不但要達陣，仲要達多幾次！最希望喺球迷支持下贏波。」



■港女隊莊嘉欣期望能夠再在七欖「達陣」。

紅軍生態心態都要調整



聰擊球壇

鄭兆聰

前香港足球先生
NOW Sports主持

今日與大家回顧英聯盃決賽，紐卡素經過多年等待，終於贏番一個冠軍。在我看來，這是努力加上好際遇的成果，紐卡素習慣踢433陣式，防守好、中場夠硬淨、前線把握力強、亦有具速度快翼打反擊。中場般奴古馬雷斯、辛度東拿利及祖連頓，還有射手阿歷山大伊沙克都踢得好。最重要是不需要兼顧歐洲賽，無論領隊及球員，賽前都做好充足準備，今場贏在體能、中場搶贏對手、加上全隊夠團結，因而得到獎勵。紐卡素近年表現算穩定，英超面對前列爭霸對手未必場場好，但也有突襲能力。

至於利物浦方面，今場明顯輸際遇，他們在近兩個月基本上沒有休息時間。場場硬仗場場關鍵，尤其歐聯兩回合對巴黎聖日耳門，需要付出太多，兩場波都處下風，已可見球員心理及生理都已過量負荷。在我眼中，聖日耳門近況及準備實在太好，我相信有希望殺入歐聯決賽。

在未來兩周的國際賽期，對紅軍來說至關重要！即使有不少球員被徵召踢國家隊，但我相信可以透過與國家隊主帥溝通，讓球員得到回氣空間，為已透支的體能充電。除了體能，球員的精神負擔也不容忽視，不但每場搏足90分鐘或120分鐘，即使只上陣部分時間，但每仗都全力集中，就算只踢25分鐘也可能會劫，我自己就曾經有類似經歷。這個時候必須得到好好調整，無論生態與心態，與球員傾談、加上在營養方面作出配合，讓球員在國際賽後重新出發，向英超冠軍邁進。

悼念大帝

為悼念已故「凱撒大帝」碧根鮑華，拜仁慕尼黑昨天舉行別開生面的「大帝盃」5人足球賽，包括拜仁、皇馬、多蒙特、阿積士、AC米蘭及史塔加6隊參加，傳奇球星洛賓、列貝利、艾爾巴、比沙路與各隊名宿都有落場獻技，結果拜仁贏得冠軍。圖為列貝利(右)與葡萄牙球星比比較量。



殘劍豐收

繼殘疾羽毛球隊揚威後，香港健兒也在2025年殘疾人劍擊世界盃取得佳績。這項於意大利比薩舉行的賽事經過4天角逐，港隊共取得2銀4銅共6面獎牌。其中余翠怡(後排右二)在花劍A級及重劍A級贏得1銀1銅，並在團體賽兼得銀牌及銅牌，成為港隊在賽事豐收的最大功臣。

