

堅持每天放工訓練「打服」嘲笑者最有成功感

本地桌球壇出產了傅家俊及吳安儀等名將，殘疾人桌球亦處於世界頂尖水平。林啟明（Andy）及馬華強今年3月就於首屆世界殘疾人桌球錦標賽G3及G1組勇奪銅牌，兩人更將於「推動大灣區桌球文化挑戰賽——洛城盃」（洛城盃）粉墨登場，分別夥拍一位世界級球手作雙打表演賽。多年來每天堅持放工後深夜訓練，更不惜自費出外參賽，Andy認為從桌球中收穫的成功感和自信不能以數字衡量，希望有朝一日殘疾人桌球能成為亞殘運甚至殘奧會項目，讓更多人看到縱使身體有缺陷，仍可闖出屬於自己的一片天。

圖/文：郭正謙

門票詳情

6月10日（初賽日）

VIP區 1,180元/A區 880元/

B區 680元

6月11日（4強及決賽日）

VIP區 1,380元/A區 1,080元/

B區 880元

兩日通行證 VVIP 3,380元



■馬華強將在表演賽中一展球技。



多桌球好手。■洛城盃雲集眾

林啟明從小就因病左手癱瘓，身體活動能力受限，幸未有阻礙他對運動的興趣，足球、籃球、羽毛球及排球都有玩過，直到接觸到桌球之後才發現自己的最愛，「一開始只是和朋友玩玩，自己其實也沒想過單手可以玩到這個程度，覺得滿足感很大，後來就發現桌球有很多學問，越來越有趣。」

只能單手打波有時難免惹來旁人的奇異目光，但Andy表示在球檯上以表現「打服」他們才是最有成功感：「有些人見我單手打波，一開始是抱着想嘲笑我的心態，後來漸漸變到佩服我，這個過程給我很大的成功感。」家人亦從開始時的反對變成支持，加上在海外比賽取得成績，令Andy的桌球路走得更堅定。早前Andy更獲懲教署邀請到監獄出席分享會，獲批設置一張流動球檯與囚友互動，能夠以生命影響生命是他認為打桌球最有意義的事。

盼桌球成殘奧 奧運項目

殘疾運動員的路從來不好走，尤其是未被列入亞運及奧運項目的桌球。為爭取成績申請體院資助，Andy只能自費出外比賽，幸好他在首屆世界展能運動會及世錦賽均奪牌，總算能補貼旅費。

至於日常訓練方面，正職為司機的Andy會在下班後去相熟的球館訓練。為了



■林啟明（左）及馬華強（中）早前於世界殘疾桌球賽分別奪銅。

不影響別人做生意，都會等到深夜才進行訓練，而每次訓練Andy都對自己要求很高，每個想法都堅持打到爛熟為止，對只能單手持桿的他而言，體能消耗巨大：「控球對桌球來說很重要，不是打入了就算，而是要控制白波走位，會一直反覆訓練到滿意為止，這需要花很多時間和體力。」

雖然球員生涯充滿阻礙，不過Andy仍對此甘之如飴，堅持相信自己的努力終有一天可讓更多人看見：「9月是世界展能運動會，這比賽是代表港隊出戰，所以對我很重要，展能運動會是未被列入亞運及奧運的項目，不過我相信未來桌球一定會成為亞運甚至奧運項目，所以我一定會堅持和努力下去。」

而馬華強接觸桌球只有一年多，「半途出家」的他，以前亦是港隊輪椅舞及田徑成員，有機會接觸桌球後便一試愛上。馬華強表示喜歡桌球的鬥智鬥力，就如下棋一樣，不過世錦賽的經歷卻令他開了眼界：「平常就算是比賽一局也很快，但可能是首屆世錦賽的關係，大家都很想拿到成績，所以打得相對保守，有一場比賽更打了7個小時，然後晚上還有下一場，才發現體力對桌球也十分重要。」

■林啟明自言最喜歡桌球。

香港桌球界今年盛事不斷，由香港人壽冠名贊助的洛城盃亦於6月10至11日在灣仔伊利沙伯體育館舉行，除了「一哥」卓林普、利素禾斯基及張安達等世界級好手外，作為首位華人世界青年錦標賽冠軍的本地名將陳國明亦會出戰。自2011年退役後轉任教練的他近年不僅「言傳」還會「身教」，不時復出打本地賽，希望身體力行培育桌壇新一代出一分力。

陳國明自言上次與世界級球手對壘已是12年前，近年不時復出打本地賽，為的是以言傳身教的方式培育本地桌球小將：「大概5年前開始復出打本地賽，原因是看到本地桌壇有很多新星湧現，希望除了口頭教學外，還能在比賽場上以身作則，告訴他們如何應付比賽壓力和調節心態。」雖然只是本地賽，不過參加人數卻超過500人，陳國明從頭開始打起，更一度名列本地前三，絕對寶刀未老。今次洛城盃首戰將遇上泰國好手塔猜亞，為準備今次比賽，陳國明已開始加緊特訓，希望屆時能打出精彩比賽。

賽事負責人鄧洛希指，洛城盃不僅是一個雲集世界頂尖高手的賽事，更是一次本地桌球嘉年華，場外將設有多個飲食攤位介紹香港美食，亦有打卡位宣傳香港景點，更有波枱及教練，讓觀眾即場體驗桌球樂趣。

■陳國明近年不時復出打比賽。



陳國明寶刀未老
上場言傳身教