



■ 朱嘉望與功勳教頭Tavi (左)。
朱嘉望Facebook圖片

港隊女子重劍功勳教頭Tavi離隊後，換上新教練Gauthier Grumier，捱過重新適應的陣痛，Moonie發現自己的劍道仍有無限可能，不是所有人都能一步登天站在世界之巔，但堅持下去總會找到屬於自己的步伐，「最開心的是捱過之後打到『有少少成績』。」劍擊生涯的每一小步，都是朱嘉望多年來血汗的證明。

會長盃劍擊錦標賽早前一連兩日在香港公園體育館上演。女子重劍方面，朱嘉望五戰全勝，以1號種子打入淘汰賽，並先後擊敗陳沅圻及黃詩圻殺入八強，只可惜其後以11:15不敵陳海琳，未能踏上頒獎台。

本地賽成績穩 國際賽締最佳

朱嘉望以遺憾來總結今次會長盃，但整體來說對2024/25賽季表現感到滿意，Moonie在今季的本地賽分別奪得香港劍擊公開賽亞軍及挑戰盃亞軍，今次會長盃則以第五名完成，「覺得本地賽表現都算是consistent (穩定)，自己亦在進步當中。」朱指出一直都是以穩定的表現為目標，「以前好像一個比賽入了決賽，然後第二個賽事就16強下馬，但現在至少穩陣入八強或四強，最好就每次都拿冠軍，『不過就

唔係次次都係咁』。」除了在本地球壇打入八強，Moonie在國際舞台上亦有突破——生涯首度殺入世錦賽32強 (名列第28位)。

要知道的是，世錦賽是劍擊界最高殿堂，除了奧運年外每年都會舉辦，而且各國家及地區只可最多派出四名劍手參賽，定必精銳盡出，能夠打入32強絕不容易。

朱嘉望再次談起世錦賽時也難掩興奮，「我終於打入64強，打到去次日更入32強！所以我覺得整年一直在訓練，去到世錦賽時發揮出來，是一個都幾好的表現，好感恩終於可以做到這件事。」

創下個人生涯在世錦賽的最佳戰績，排名背後是以汗水堆砌而成的，尤其執教了女子重劍隊10年的功勳教頭Tavi在3月離隊，令Moonie一度感到迷惘，「他是在賽季中間離開，走得有點突然，大家都有點不开心及不捨得，以前Tavi會跟我們練很多手，但轉了新教練後要練很多腳，起初有點不習慣。」

捱過換帥 邁步向前

十年磨劍迎突破 朱嘉望擊敗陣痛

隨着會長盃劍擊錦標賽在早前結束，也意味今個劍擊賽季已告一段落。雖然未能以獎牌為本季畫上句號，但對於朱嘉望 (Moonie) 而言，今季卻是具有特殊意義的一年，其中世錦賽首度晉身32強、世界排名升至66的新高，投身劍擊超過十年的Moonie證明自己仍有力邁步向前。
圖/文：張發兒

■ 朱嘉望(左)以第五名完成會長盃，坦言成績略感遺憾。

夾新教練訓練 樂見少少成績



■ 朱嘉望指現時在劍道上做多了進攻，雖然很叻，但在控制局面上則更有把握。
朱嘉望Iq圖片



■ 新任教練Gauthier Grumier為朱嘉望注入訓練新思維。
中國香港劍擊總會圖片

新任重劍教練Gauthier Grumier於今年3月到港，一開始隊員間都有個適應期，朱嘉望就形容這名法籍教練十分正面，「昇到信心我」，和其他教練也配合得好好，「可以練手又練腳」：「他帶了一些新的啟發給我，以前我和Tavi、姜海濤教練會練習很多手上動作，現在多了一個人練腳，感覺以前學到的東西跟現在的訓練很夾，這樣就幫了我很多。」朱嘉望補

■ 朱嘉望投身劍擊逾十載，至今仍慶幸自己能穩步突破。
中國香港劍擊總會圖片

充指現時在劍道上做多了進攻，雖然很叻，但在控制局面上則更有把握。

在世錦賽打入32強，或許就是朱嘉望學有所成的最佳證明，「用了一陣子去適應新的訓練，知道大家都很辛苦，我捱過之後打到『有少少成績』，是很高興。」

