



馬會最近完成了沙田馬場馬房與騎師訓練設施升級項目，展示持續投資世界級賽馬基建的成果。這些升級工程不僅為騎師和馬匹提供更專業和完善的新練環境，也鞏固本港在全球純種馬賽事中的領導地位。馬會賽馬事務執行總監夏定安表示，設施的優化對本地賽馬事業發展具有長遠戰略意義，是推動競馬運動與吸引國際人才的關鍵動力。

圖 / 文：余嘉俊



■ 馬會兩地馬房營運部主管奇龍（左）與練馬師伍鵬志出席今次活動為傳媒講解。

■ 馬會賽馬事務執行總監夏定安向傳媒講解今次馬場設施的翻新改建等內容。



為配合現代賽馬對騎師體能與心理質素的要求，馬會於沙田馬場設立「卓越中心」，成為本地及海外騎師的專屬訓練與健康支援基地。該中心每星期七天開放，提供一站式設施與專業服務，包括專屬健身室、物理治療區、冷水池、心理諮詢空間，以及專業營養師、脊醫與體能教練的常駐支援。

騎師訓練區 以人為本

馬會更於最近完成一項全面升級工程，進一步擴充健身設施及增設為騎師量身打造的營養餐膳廚房，確保其體能及日常飲食可配合比賽與訓練需求。

此外，女騎師專用空間也獲得重大改善，體現馬會對運動員性別平等與全人關懷的承諾。升級後的訓練區由全職個人健身教學與物理治療師駐場，提供預防性訓練、傷患處理及心理健康管理等多方面服務，讓騎師在比賽期間保持最佳狀態。這套以人為本的訓練系統，進一步鞏固香港作為吸引世界級騎師發展事業的理想地點。

馬匹訓練設施現代化

除了騎師發展，馬會同樣關注賽駒的整體福祉與訓練品質。沙田馬場近期引進馬匹跑步機，為練馬師提供更多元化的訓練與復康選擇。這類設施在國際主要賽馬地區廣泛應用，其應用數據也將納入「賽事資訊系統」並向公眾公開，提升透明度與數據驅動

的賽駒管理水平。與此同時，馬房設施亦進行大幅度升級。新設計的馬房布局提升了馬匹的活動空間與舒適度，並增設全天候有蓋步行區，讓馬匹在惡劣天氣下仍可持續訓練與活動。這些改善有助於提升馬匹的日常照顧品質，強化其比賽準備與復康過程。

夏定安強調，從化馬場與沙田馬場的協同發展相輔相成。從化的訓練設施為賽駒提供了優質環境，同時釋放沙田的空間與資源，讓重建工程得以分階段推進。首階段的工程已完成，涵蓋提升馬匹安全、員工福祉及整體運作效率等多方面，確保設施能滿足未來賽馬發展所需。相信這些投資不僅鞏固了本地賽馬在國際舞台的競爭力，更為未來培育更多頂尖運動員與精英馬匹奠下穩固基礎。

新設施全面睇

馬匹跑步機

整個沙田今季合共增設了10部馬匹跑步機，並於全日分上下午供馬房使用，每日最少替50匹現役馬提供基本操練。



冷水池

冷水池和桑拿室等設施也分別能協助騎師促進肌肉復元和提升狀態，也可以幫助需要造輕磅騎師加速減磅。

機械馬

健身室內設有機械馬供騎師模擬策騎過程，這不但可以訓練騎師體能，更能讓一些經驗較淺騎師提升平衡力。



卓越中心健身房

馬會在沙田馬場設立「卓越中心」，供騎師在晨操結束後或其他工餘時間使用健身房等設備，以提升體能和提供傷患復康支援。



騎師室

因應在冬季和國際賽周會有海外好手來港客串，翻新的女騎師室和海外騎師室提供舒適環境予作客騎師休息和備戰。



從化特設馬匹水中跑步機

香港賽馬會為推動競速賽馬運動，在硬件設施的增加與改善，一直不遺餘力，除了在沙田馬場增設大量新設施，遠在從化馬場，也特別設置馬匹水中跑步機，供練馬師安排使用。

重塑馬匹健康和體能

從化馬匹水中跑步機是一種結合運動訓練與復健治療的高端設備，專為馬匹設計，讓牠們能在水中進行安全、低衝擊的步行運動。與傳統的陸上步行機不同，透過水的浮力減輕馬匹肢體的負擔，同時利用水的阻力增加運動強度，達到保護關節與強化肌肉的雙重效果。



■ 水中跑步機可協助馬匹復康。

這項設備特別適合於復健中傷患馬使用，可有效改善牠們的步姿、平衡與心肺功能。水深、速度與水流強度皆可根據個體狀況調整，使訓練更具針對性與安全性。許多海外馬場、獸醫診所與復健中心都已將此設備納入日常訓練流程中，作為提升體能與恢復健康的重要輔助工具。

此外，不僅能協助馬匹在受傷後進行階段性復元，也可降低受傷風險。水中運動能促進血液循環、減輕肌肉緊繃與腫脹，加速代謝廢物的排出，有助於縮短恢復期。同時，持續進行水中步行訓練能增強馬匹的核心穩定性與後肢力量，使牠們在賽事中表現更佳。

■ 新建的行馬機頂部設有上蓋遮風擋雨，人馬在下雨天進行操練更安全。

鞏固全球馬壇領導地位

沙田馬場基建全方位升級