



第十五屆  
全國運動會

已先後贏得女子200米自由泳及100米自由泳兩面金牌的何詩蓓(Siobhan)，昨天順利晉身女子50米蛙泳及50米自由泳兩項決賽。今天將向個人今屆第3面全運金牌展開衝刺！不過這兩項決賽會在5分鐘內緊接舉行，何詩蓓亦承認是一項自我挑戰！

■ Siobhan 在女子50米蛙泳準決賽衝刺。



■ 何詩蓓晉級50自決賽後見記者。

# 今夜5分鐘內出戰兩項決賽 何詩蓓衝第3金 自我挑戰

排名闖入決賽。江蘇隊程玉潔以24.58秒準決賽成績排第一，游出24.83秒的張雨霏以第3名入決賽。至於在第一線出賽另一名港將李芯瑤成績為25.51秒，總成績排15，未能晉級。

少少緊張 但自信可應付

雖然能夠晉身兩項賽事決賽，問題是今晚的賽程，50米蛙於7時05分上演，但比賽後5分鐘，立即上演50米自決賽，兩賽接連進行！何詩蓓表示同樣會參加，並視為自我挑戰：「呢個係挑戰自己嘅機會，兩項比賽背靠背進行，我都有少少緊張。好在兩項都係50米，我相信可以應付，會逐項逐項去挑戰。」充分展現「香港美人魚」的「鐵人」一面。

■ 何詩蓓(上)於50米自由泳及50米蛙泳順利晉身決賽。

成績第2出線。

50米蛙泳只是何詩蓓的副項，旨在為香港代表團爭取更多榮譽。但她依然在比賽中展現了穩定的技術和競技狀態，展示了優秀的競技狀態。她的師妹文薈喬賽後則表示：「今晚好開心，跟住大師姐一齊游，跟住大師姐嘅節奏，擺到一個好滿意嘅成績。」她認為自己前兩天發揮的不太好，在這場比賽前也作出調整，把不開心化作動力。

相隔不足半小時，28歲的Siobhan又再登場出戰女子50米自由泳準決賽，游第5線，她造出24.67秒位列第2，順利以相同總

手握兩金的何詩蓓，來到非主項50米自由泳及50米蛙泳依然有好表現！她先出戰蛙泳準決賽，亞洲紀錄保持者、上海名將唐錢婷以30.01秒的絕對優勢排名第一，何詩蓓游出30.84秒名列小組第2，以總成績第3晉身決賽；隊友文薈喬則以31秒54的成績拿到小組第3，總成績排名第5，同樣闖入決賽；山西選手楊暢游出30.56秒，以總

## 百米新港績 葉景維破塵封15年紀錄



■ 葉景維首度參戰全運即創佳績。

全運會田徑男子100米預賽昨在廣東奧體中心體育場展開，集結了謝震業、陳冠鋒、何錦銳、鄧信銳等國內頂尖高手。最終來自湖北的李澤洋以10.08秒的成績位列4個小組所有選手第一名，他也成為繼蘇炳添、謝震業等人之後第8位在100米項目中跑進10.10秒大關的中國田徑運動員。首次參加全運會的香港選手葉景維發揮出色，在100米非其主項的情況下，跑出10.27秒的好成績，位列所有選手第9名，成功晉級今日舉行的準決賽。這個成績創造了葉景維迄今個人最好成績的同時，也打破了塵

封15年的香港男子100米紀錄（此前紀錄為10.28秒）。

賽後，葉景維表示，這是他首次來廣東比賽，沒想到現場來了這麼多觀眾，連最上層的坐席也滿是觀眾，氛圍「好正！」「今次係我第一次參加全運會，亦係第一次喺咁多觀眾面前跑，雖然有啲緊張，但觀眾嘅熱情，加上場館設施一流，同樣有得彈，令運動員更容易出成績。」葉景維說，100米並非自己的主項，接下來將好好準備100米複賽和200米預賽，力爭跑出最好的成績。

## 恭喜牛丸教練



龍門客棧

郭子龍

資深體育人

假如大家關注全運會，必然會發現，每當得獎運動員站上頒獎台，教練也在其中。個人項目如是，團體項目亦然。正當各位為香港健兒打氣時，在佛山世紀蓮體育中心的周末夜，亦有一位港將，以主帥身份帶領江蘇女子足球隊拿下成年組金牌，她是陳婉婷教練。

「我是香港足球培育出來的教練。站上全運會最高舞台，拿到金牌，好鼓舞。」綽號「牛丸」的陳婉婷在金牌戰賽後對筆者說。「準備了四年，用年輕球員，四強反勝上海，決賽贏湖北，很感動，體現永不放棄精神。」

逾五千多觀眾走進世紀蓮，見證女足冠軍誕生，由「牛丸」率領的江蘇，面對擁有王霜在內多位國家隊主力的湖北，戰況膠着，比賽戰至下半場準備進入90分鐘，尾段被「牛丸」教練委派後備上陣的20歲小將霍悅欣，近門把握機會快射得手，也成為絕殺的一個入球，奠定1比0勝局。

「半個主人家，作為香港人，在佛山比賽，好多廣東話打氣，感覺奇妙，雖然帶領是江蘇隊。」陳婉婷教練說：「多謝孫雯，2019年將自己帶來內地女足，給予機會到國少隊執教。」全運會獲獎牌的運動員，與教練共同上台領獎，這是2017年「十三運會」開始至今的傳統。陳婉婷在國家女足傳奇，現任中國足協副主席孫雯手上，接過金牌，感受特別深。

「不同角色身份，2022年到來江蘇女足執教，亦參與女足世界盃技術分析，還有亞冠，這六年是我人生重要階段，跳出香港，得到不同機會，學到更多。」與江蘇建立深厚感情，也令「牛丸」教練成長，一面金牌到手，也代表一切從零開始，為新篇章戰鬥。

### 伍家朗日強

全運羽毛球比賽，港隊迎來悲喜交集的一天，「大師兄」伍家朗(圖)在男單16強以2:0完勝江蘇隊球手陸光祖，順利挺進8強；混雙組合鄧俊文/謝影雪在16強遭遇強敵，以0:2不敵福建隊的歐烜屹/黃東萍，無緣獎牌。



### 黃澤林過關

全運網球男單第二輪比賽，「港隊一哥」黃澤林以6:4、6:3擊敗湖北隊選手陳燁，順利晉級16強。整場比賽耗時1小時16分鐘，黃澤林在發球端展現強大火力，全場轟出9個「Ace」球，並以58%的總得分率勝出。

