



尖沙咀海旁的星光大道是有名的香港旅遊景點，但對於本地搏擊新星黃智軒(Justin)來說，星光大道與鄰近的九龍公園卻是最佳的訓練跑道，不僅能在訓練中欣賞維港海景與鐘樓，還有九龍公園內極具特色的港漫長廊，沿途偶爾更會遇上以公園為家的小貓，每一步都讓人心情愉快！ 圖、文：郭思華

■星光大道是黃智軒跑步訓練的必經之路。



黃智軒跑步路線

起/終點：尖沙咀榮拳館

距離：全程約5公里

路線：由柯士甸道榮拳館起步，經尖東科學館跑往海旁，沿海旁跑至星光大道及尖沙咀碼頭，再轉到九龍公園徑跑進九龍公園，經過港漫長廊後從栢麗大道出口進入彌敦道，跑至柯士甸道路口右轉並跑回拳館。若想增加挑戰性可在科學館繞到紅磡再返回尖東海旁。

踏星光賞維港 跑入港漫長廊

黃智軒 尖東邁步遇見貓

尖沙咀向來是遊客觀光必到之處，星光大道與尖沙咀碼頭更是經常人山人海，不過 Justin 卻笑指這正是最佳訓練場。正積極備戰3月22日在數碼港舉行的「Energy Run 2026」的他，笑言星光大道不僅有良好景觀，更可以訓練敏捷度：「平常我會於早上11時前練跑，避開星光大道中午開始的高峰人

潮，從紅磡站附近沿海旁跑到碼頭時，可以享受海風，又能眺望美麗的維港兩岸，還有星光大道上的李小龍像、文化中心、鐘樓等風景，令人心曠神怡。不過，海旁始終是遊客區，練跑時仍要小心留意遊客突然伸出來的攝影腳架，以及部分凹凸不平的石級。」

跑過星光大道後，Justin 進入九龍公園又被鳥語花香包圍，公園內的斜坡路段更是他反覆衝刺鍛煉小腿爆發力的好地方。不過 Justin 透露最有趣的是公園內畫滿本地漫畫作品的長廊壁畫：「從星光大道繞到九龍公園，身邊

被綠樹繁花包圍令人充滿活力。靠近栢麗大道出口的港漫長廊壁畫不僅漂亮，跑到盡頭更有另一條長廊放滿如牛仔、麥兜、中華英雄等本地漫畫代表性角色的雕像，極具香港特色。」

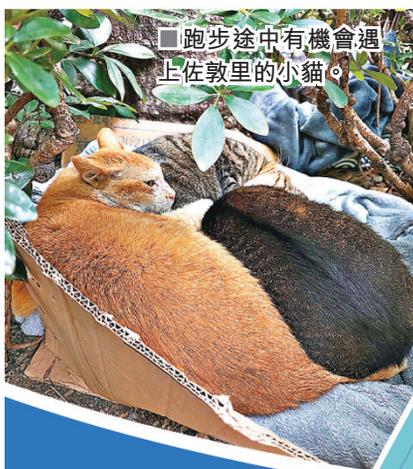
Justin 的跑步路線從佐敦榮拳館出發至尖東，再繞回拳館結束，他透露途中若有緣更會發現「彩蛋」：「從拳館沿柯士甸道往尖東途中，會經過入口有一尊炮台的佐敦里，還有九龍公園內亦有不少流浪貓，若天氣好亦不時能發現貓蹤！」



■九龍公園內還有放滿港漫角色雕像的長廊。



■九龍公園的港漫長廊極具特色。



■跑步途中有機會遇上佐敦里的小貓。



大隻仔最愛竹炭奶皇包 蓮香樓體驗飲茶文化

黃智軒去年取得立技之王者慈善大賽61KG金腰帶，同時亦兼項「拗手瓜」赴烏茲別克出戰2026腕力世界盃，原來這位「大隻仔」努力訓練之後，最愛就是佐敦紅島冰廳的竹炭奶皇包，以及到附近的蓮香樓享受飲茶文化！

紅島冰廳位於彌敦道與

柯士甸道交界的路口，平常人客亦是絡繹不絕，若是遇上新鮮麵包出爐的時間，更會出現長長人龍。Justin 笑指：「紅島是我練跑的必經之路，每次練習完成後都會『心思』想來吃奶皇包，黑色的竹炭包夠特別之餘，亦充滿港式味道，令人回味。」說起美食，他又推薦位於金巴利道的蓮香樓尖沙咀分店，若遊客想體驗港式飲茶文化，正是最佳之選。



■紅島冰廳在麵包出爐時出現長長人龍。



■竹炭奶皇包是 Justin 的最愛。

紅島冰廳

地址：佐敦彌敦道192-194號協成行九龍中心地庫至1樓

營業時間：星期一至日 06:30-23:00

蓮香樓

地址：尖沙咀金巴利道25號長利商業大廈1樓至2樓

營業時間：星期一至日 24小時營業