

# 訓練過度觸舊患 楊千嬅赤腳開唱

## 丁子高變身魔鬼教練

楊千嬅一連兩場演唱會深圳站日前（5月23及24日）圓滿落幕，兩晚共5萬人全場爆滿，氣氛高漲，但千嬅在第二晚台上一度叫停演唱，更脫掉高跟鞋稱筋膜炎，最終赤腳繼續唱，場面令人心痛。原來演出前夕，老公丁子高邀請全公司試玩近期紅遍全球的體能挑戰Hyrox，千嬅形容差點被「玩殘」，疑似觸及舊患，按摩時更不停大叫。

**Hyrox** 被喻為「馬拉松式功能性訓練」，包含8次1公里跑步，混合推、拉、弓箭步、深蹲、負重等動作，考驗有氧耐力、肌力、爆發力、核心穩定度。丁子高深信這種訓練能大幅提升歌手的舞台體能，訓練當日全程化身「魔鬼教練」，一邊督促做一邊大聲叫：「快啲！仲有最後一組！」

千嬅事後苦笑：「我仲以為自己準備緊演唱會，原來係準備緊奧運。」開騷前千嬅於化妝間已經累到要兩名助手同時幫她按摩，不停大叫「成身痛到散咗」。到了第二晚演出，唱到Encore部分，千嬅終於頂唔順，「唔得，停一停先，我覺得自己好似筋膜炎有少少發炎。」說罷即場脫掉高跟鞋，赤腳繼續唱。

### 網民心痛偶像被玩殘

雖然被老公玩到殘，但千嬅坦言明白對方苦心，「佢係想我體能大增，做騷時冇咁易劫。不過下次可唔可以搵啲易少少嘅運動。」千嬅更笑言：「真不好意思在幾萬人面前脫鞋，讓大家看到我的真實高度，但真的很爽，人就是這樣！」網民看到千嬅被老公玩殘後仍要堅持演出，紛紛留言：「丁子高真係好心做壞事」「千嬅辛苦晒，老公太狠心」。

■千嬅挑戰體能極限。大會供圖



■千嬅進行深蹲、負重等動作。大會供圖



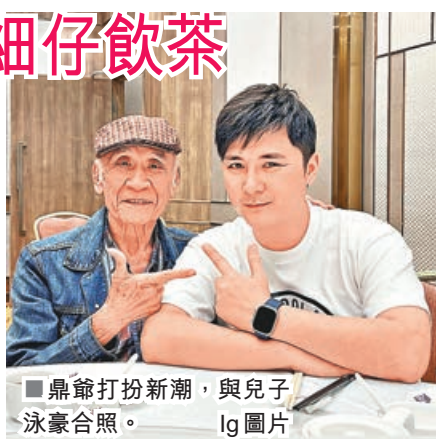
■楊千嬅深圳演唱會圓滿落幕。小紅書

## 鼎爺精神轉佳與細仔飲茶

在前妻施明喪禮後一直未有公開露面的「鼎爺」李家鼎，休息一個月，心情慢慢好轉。其細仔李泳豪前日（25日）分享兩人飲茶的合照，曝光鼎爺近況，好讓外界放心。

相中可見鼎爺頭戴格仔帽、身穿牛仔外套，打扮新潮，與兒子緊貼合照，更面帶笑容並用手指向李泳豪。雖然面容略見疲態，但精神尚可。李泳豪亦留言報平安：「精神！阿爺好快可以同大家見面。」回應外界連日來的關心。

李泳豪日前透過其YouTube頻道，表示鼎爺其實一直希望親自向大家致謝，未來亦有機會父子檔一



■鼎爺打扮新潮，與兒子泳豪合照。lg圖片

同拍攝節目，「鼎爺已經肥番，靚仔咗好多，但老人家想休息多陣先，希望以一個好狀態出來同大家見面。」

## Yanny寫真定價被批離地

女團Lolly Talk自去年底與前經理人公司完約後，一直處於休團狀態，雖然8位成員強調並非解散，但短期內重組無期，其中劉綺婷（Yanny）日前公布單飛後首個大計，推出首本個人寫真集《27.5°C的幸福》。

惟這本寫真集定價相當進取，共分三個套裝，最基本的「520幸福SET」售520元，而最貴則售2,750元，當中包括有photo book、自拍小卡3張、鎖匙扣、座枱月曆、現場1對1合照券、親筆簽名券等，不少網民認為定價離地，直斥「獅子開大口」。



■劉綺婷推出首本個人寫真集。lg圖片

## 張栢芝重返樂壇 新歌6月面世

曾唱過《任何天氣》、《星語心願》等金曲的影視天后張栢芝，昨日（26日）正式宣布加盟華納音樂中國（Warner Music China），以全新音樂身份回歸樂壇。這次簽約不僅是身份轉換，更是一場充滿態度的「B面」重啟。如果說大眾熟知的銀幕女神形象是她的A面人生，那麼握緊麥克風、做真實自我的音樂之路，便是屬於張栢芝的硬核B面。

張栢芝隨後感性發聲：「今天起，接入全新主線，重啟音樂征程。」官方展現她絕地反擊的大女主氣場與獨立宣言。新東家也對她寄予厚望，表示栢芝不僅是時代Icon，更擁有不被拘束的先鋒靈魂，未來將深入挖掘她歷盡千帆、充滿故事感的音樂表現力。

據悉，張栢芝的首支單曲已進入最後預熱階段，官方釋出《全新單曲進度讀取中... Coming soon》的預告，新歌預計將於6月正式面世。歷經歲月沉澱，樂壇與樂迷都將在盛夏見證屬於栢芝的全新發聲！



■張栢芝加盟華納音樂中國。大會供圖