

12強佳麗泳裝亮相 魏欣身材出眾搶鏡

譚雅文晒腹肌馬甲線羨煞旁人

12位港姐候選佳麗昨日(24日)繼續在湖南進行外景拍攝，大隊到衡山五號山谷懸崖民宿拍攝泳裝，眾佳麗穿上整齊黃色兩件頭泳衣，展示美好身段。從官方公布的三圍數字所見，5號魏欣和8號鄧匡閔上圍最突出，有34.5吋，魏欣同時擁有22吋小蠻腰，令身材更加玲瓏浮凸，4號譚雅文更擁有腹肌和馬甲線，羨煞旁人。

外景拍攝遇上天公不作美，中途要多次小休等雨勢停止。魏欣笑言近日都不敢多進食，保持少鹽、少油和減少進食碳水化合物。問她如何鍛煉出美好身材，魏欣說：「我一直喜歡練線條，所以很早就開始做健身，反而近期轉玩瑜伽。」鄧匡閔就謙

稱自己骨架大，尤其因為長期坐着造成的小肚臍，希望透過體態訓練去修正。

身材高挑的1號袁絲珩和12號湯家琳，穿上泳裝也特別搶眼。袁絲珩直認身材高穿泳裝較有利，因為顯得身材比例好，她也沒有刻意為泳裝節食減肥。湯家琳最希望

能加強自身肌肉，尤其想手臂肌肉更結實。

擁有腹肌和馬甲線的譚雅文，坦言已鍛煉了一年才練出腹肌，希望繼續保持。6號盧蔚晴就想請教譚雅文的訓練課程，或者跟對方一起做普拉提。

李澄晴夜食飯現肚臍

2號李澤欣和3號李澄晴的泳裝就相對失色，她們表示會努力修身。李澄晴解釋前晚超時拍攝，致很晚才吃晚飯，結果今早仍有小肚臍。李澤欣坦言羨慕譚雅文和魏欣有美好身段，「希望好似譚雅文練出腹肌，而魏欣就好正，連女仔看到她都會流口水。」



■魏欣身材玲瓏浮凸。



■譚雅文擁有腹肌和馬甲線。



■12位佳麗在湖南拍攝泳裝。

謝君豪出道演要角 King Sir睇中神經質

影帝謝君豪近日接受葉念琛主持頻道節目訪問，罕有地披露演藝生涯多個關鍵轉捩點。謝君豪透露，當年剛從演藝學院畢業不久，獲King Sir(鍾景輝)欽點演出話劇團劇目《雄霸天下》男主角亨利二世，一個瘋癲的英國皇帝。

他坦言當時感到非常奇怪，這類角色通常由資深演員飾演，自己只是個「剛畢業的小朋友」。他說：「我問King Sir為什麼會讓我來演，他跟我說了一句讓我開竅的話：『因為我看到你的內在，有一種神經質，而這個角色正需要這種神經質。』」謝君豪指從未演過類似角色，但最終卻能輕鬆駕馭，事後回想才發現King Sir看到了連他自己都看不到的一面。

問及當對手演員不合作、態度差時如何應對，謝君豪強調演戲並非獨腳戲，與對手碰撞才有火花，又特別提到黃子華演技很自然、很聰明。談到年輕後輩，他認為香港市場雖然不及從前蓬勃，但年輕演員對演戲的態度是真誠的。



袁詠儀爆張智霖探班食免費飯

影后袁詠儀(靚靚)近日忙於拍攝新片《慾望寄生》，她受訪時提到丈夫張智霖(Chilam)曾經現身探班，但就沒有任何手信或請劇組吃東西，卻反過來在現場吃了一個免費飯盒，形容對方「厚面皮」，引得全場大笑。另外，靚靚近期參與內地節目《五十公里桃花塢6》錄製時，披露當年與Chilam未有舉辦婚禮，坦言當年他們僅穿T恤及牛仔褲即前往美國硅谷註冊，由於兩人都覺得籌備婚禮過於繁瑣，還要煩惱賓客名單與人情壓力等等，最終決定放棄傳統儀式，回港後僅相約朋友吃飯慶祝，婚事可謂簡單而隆重；直至數年前Chilam在《披荊斬棘2》內為太太補辦了一場驚喜婚禮，讓靚靚穿上純白婚紗圓夢。



■靚靚與Chilam非常恩愛。網上圖片

■謝君豪演技精湛。小紅書

■朱千雪懷第二胎已5個月。lg圖片



朱千雪分享懷第二胎感受

藝人朱千雪早前宣布懷有第二胎，轉眼間孕期已經5個月，她前日(23日)在社交平台晒出近照，見她身穿鬆身藍白直條紋恤衫裙，令孕肚不太明顯，臉部亦未見水腫。她又分享懷上第二胎的心路歷程，並解答許多人對「懷第一胎與第二胎有何分別」的疑問，她坦言這次的心情比上次更加複雜：「這次有更多的焦慮，因為你已經知道接下來必須經歷哪些關卡；但同時也多了一份釋懷，因為知道自己以前曾經做到過。」不少網民留言希望她復出拍劇，「生完第二胎應該收肚，快啲拍新劇啦！」