



▼陳敬然獲愛妻以字條鼓勵，
有望發揮更高水準 (本報攝)

陳敬然陳慧琪

征奧無包袱



艾培理：對手比以前更多

【本報訊】「風之後」李麗珊在1996年奪得香港至今唯一的奧運金牌對市民來說記憶猶新。轉眼12年，滑浪風帆隊總教練艾培理又將帶領新一代領軍人物陳敬然與陳慧琪出戰奧運，不過艾培理強調現今的形勢與12年前有明顯差距，特別是有能力奪得獎牌的帆手比過往更多。

「今屆比賽毫無疑問是非常激烈的，與1996年阿特蘭大奧運會比較，現在多了很多帆手有能力競逐獎牌，不是只集中在3或4人，另一個更大的差別是李麗珊在1996年阿特蘭大奧運會前已贏過無數榮譽，包括絕大部分的世界大賽，例如世界錦標賽，她那時更試過世界排名第1。相比之下，現在在港隊2名運動員都是在特定環境下表現得比較好。」

，也要更多時間適應新的器材，李麗珊卻是一位全面的運動員，無論強風或細風都能取得好成績，對器材的適應也很好。」

談到奧運對手中擅長細風的運動員，艾培理表示男、女子組都有6至7人，但他同時確實的強調風速才是決定性勝負的因素：「最重要是我們如何去介定細風，需知道4至6海浬與6至8海浬的情況有很大差距。」艾培理相信港隊將在開賽前應能完全掌握青島的風向和水流，他說：「青島屬細風環境，水流非常湍急，但我認為港隊應能找到一個好的平衡。雖然早前青島賽場受海藻問題困擾，不過那段時間我們都是在香港訓練，練習環境都不錯。」

【本報訊】香港滑浪風帆隊下周一將前赴青島，進行北京奧運前最後階段的備戰。首次參加奧運的陳敬然與陳慧琪在賽前都得到「另一半」以不同的方式作出支持，爭取以最佳狀態出戰奧運，向獎牌發起挑戰。

在多哈亞運後成家立室的陳敬然，就一如過往的多次國際大賽，獲妻子送上大量寫有各種鼓勵說話的字條，可以隨時隨地加添心靈上的力量，他說：「太太在奧運期間會去旅行，屆時將不會有任何特別聯繫，她不想給我思想上的包袱。偶然看她寫給我的字條，可以讓我提起精神，感覺上沒那麼疲累，內容當然是不可以透露。」

得到體育學院科研人員的支援，陳敬然認為北京奧運是他參加國際大賽以來備戰最好的一次，他說：「今次準備工夫比較充足，得到體院各方面的支援，還根據多哈亞運收集的數據，改善了自己不足之處，北京奧運應是我參加這麼多國際大賽中準備最完善的一次。這是首次參加奧運，不會有很明確的目標去達到什麼成績，主要是爭取表現最好的一面，這就要配合風向、水流，才能把握機會。」

成績不設底線

陳敬然認為亞運會金牌的成績，不會為自己帶來思想包袱，他謂：「亞洲水平跟世界級水平仍有距離，我不會因為亞運或其他大賽的好成績而給自己壓力，也不會為自己設下成績底線。」話雖如此，陳敬然還是有約見體院的運動心理專家以改善搖帆的表現，他說：「搖帆一定會有累的時候，我跟運動心理學家學到的是如何在2秒內能提醒自己忘記疲累，重新投入到比賽上，這是我從心理專家學到最有用



►陳慧琪在
丈夫何智豪擔任
陪練下，心理質
素大幅提升
(本報攝)

的知識。」

同樣是首次參加奧運的陳慧琪早前就獲有2屆奧運比賽經驗的丈夫何智豪充當「魔鬼教練」，她認為訓練效果顯著：「無論經驗、體能、技術，都發現自己有很大進步，特別是在心理上，有他跟我一起訓練，一起參加大量模擬比賽，我的心理質素會更強，因為他是一個很強勁的對手，令我有動力去追趕他，到奧運時我就不怕遇到強手，更會渴望超越她們。」

隨着奧運開幕的日子越來越接近，陳慧琪對比賽的期待就與日俱增，她希望藉比賽來證明多年以來在訓練中付出的努力，更希望在奧運會有超水準的表現，但就不會想得太多：「就跟平日其他比賽一樣，只是會帶多點努力和信心，由第1日開始參加風帆比賽，遇到的已是同一批主要對手，到世界級大賽也是如此，大家都已經很清楚對方的底牌了。」

在最後階段的備戰中，香港滑浪風帆隊的鄭國輝與何智豪會分別擔任陳敬然與陳慧琪的陪練，讓2名奧運帆手盡快找到比賽感覺，2名陪練帆手會在奧運會比賽開始前返港。

傑志森姆迪奧搶鏡

摩蘭奴細心指導球員首操

【本報訊】傑志一衆球員於新任總教練摩蘭奴的指導下，昨午在九龍仔公園仿真草一號足球場進行首課操練。在熾熱的氣溫下，球員首先做些體能、盤球、控球的操練，及後是分邊對賽，訓練球員走位、傳球等默契。

摩蘭奴對球員的指導可謂無微不至，除了常常指示球員走位外，更不時親身指正球員的一些細微動作，提醒他們不可扯衣服，不可推人。傑志助教鄭兆聰表示，新任總教練及體能教練都是從歐洲聘請過來的，所以傑志現在的訓練模式也有一點近似歐洲的形式。

新加盟的智利中場森姆迪奧在操練中的表現十分耀目，他控球、傳球的動作都非常流暢利落，傳球的視野也很廣闊，在場上往往能找到空位的隊友，而且傳球很到位。德國外援白賀斯昨日在場上的表現則稍為不夠活躍，賽後他表示，炎熱的天氣影響了他操練的表現。但他補充說，天氣會不時轉變，在什麼天氣下也會有比賽，比賽表現是不應受天氣所影響的。

▼伍健(前排左三)率領傑志職球員拜神，祈求有個成功賽季
(本報攝)



梅迪亞迪高球賽績佳

■綜合外電英國十七日消
息：第137屆英國高爾夫球公
開賽周四展開角逐，於早前美
國公開賽與活士鬥至附加賽的
美國球手梅迪亞迪又有不俗表
現，與澳洲艾倫比和北愛爾蘭
麥杜維，同樣以69桿，低標準桿一桿的成績於
首日賽事領先。

首日比賽受風雨影響，多名熱門球手都表現失準，其中衛冕的愛爾蘭夏寧頓僅打出74桿。

咸美頓試車圈速最快

■綜合外電德國，霍根海姆十八日消息：世

界一級方程式賽車(F1)德國站將於周日進行

英單車手奪3分站冠軍

■綜合外電法國，那邦尼十七日消息：周四的環法單車賽第12站賽事，英國車手卡雲迪舒以3小時40分52秒首先完成168.5公里賽事，成為歷史上首名能夠在同一屆環法賽贏得3個分站冠軍的英國車手。卡雲迪舒之前在第5及第8站

正式比賽，各車手於周五先進行練習賽。在首場練習賽中，英國車手咸美頓在雨中憑最後一圈做出1分15.537秒的成績成為最快車手，其麥拿儉隊友高華利連得第2。法拉利的馬沙和雷干倫，分別居於第3和第5位。

目前在車手榜上與馬沙及雷干倫鼎足而立的咸美頓，表示受到西班牙網球手拿度成功奪得溫布頓冠軍的啟發，增添了自己贏取今季總冠軍的信心。

英單車手奪3分站冠軍

■綜合外電法國，那邦尼十七日消息：周四的環法單車賽第12站賽事，英國車手卡雲迪舒以3小時40分52秒首先完成168.5公里賽事，成為歷史上首名能夠在同一屆環法賽贏得3個分站冠軍的英國車手。卡雲迪舒之前在第5及第8站



►傑志總領隊伍健(左)對林嘉緯「回巢」
(本報攝)



▲胡健燊(右一)將
代表香港出戰京奧單車男
子個人公路賽

胡健燊終入選 與黃金寶等進軍京奧

【本報訊】北京奧運香港代表團此前仍未落實的成員終告揭盅，曾奪得第10屆環中國海單車賽個人總冠軍，並加盟意大利藍波職業車隊試訓的胡健燊，被香港單車聯會挑選代表香港角逐男子個人公路賽，與「老大哥」黃金寶、陳振興及黃瑤瑤一同入京奧，更有機會跟正角逐環法單車賽的名將如澳洲車手伊雲斯、去屆金牌得主兼2屆世錦賽冠軍意大利藍波車手貝蒂尼同場競技。

在港協暨奧委會本月初公布的香港代表團名單中，單車隊在男子場地記分賽及個人公路賽都未有確實人選，雖然2個參賽席位都由「阿寶」黃金寶取得，但因為「阿寶」要專注於場地記分賽，個人公路賽的代表席位就由胡健燊、鄧宏業、林啟俊等港將爭奪。根據港隊總教練沈金康的報告及運動員過去成績，香港單車聯會執行委員會前日決定由胡健燊代表香港隊角逐男子個人公路賽，另外3名運動員則是較早確定，出戰男子場地記分賽的黃金寶、女子場地記分賽的黃瑤瑤與男子山地車運動員陳振興。

現年23歲的胡健燊是在1999年開始於體院接受訓練，02年開始代表香港隊比賽，04年及05年分別奪得全國場地單車錦標賽男子麥迪遜賽冠軍及亞軍，在第十屆環南中國海單車賽贏得個人總冠軍、最佳大中華車手及最佳年輕車手3個個人獎項後，獲委任為香港隊長，帶領隊友角逐首屆環滬港單車賽，並且在同年7月到國際單車聯會註冊職業隊意大利藍波試訓。

北京奧運單車男子個人公路賽8月9日舉行，賽道全長245.19公里，由北京市中心到居庸關，車手在第70至100公里爬坡500米後，於八達嶺繞行7圈，期間要重複爬坡6次。

信息和接待服務，負責組織和協調除奧運賽事之外的重要信息發布，是中外媒體了解山東、報道山東的信息主渠道。

奧帆賽專用海圖投入使用

■本報記者丁春麗濟南十八日電：山東省
政府日前舉行新聞發布會，據2008北京國際新
聞中心山東分中心主任、山東省省委宣傳部副
長劉保聚介紹，該中心已經正式運行，將為北
京奧運會期間記者提供服務。

山東分中心在北京奧運會期間負責為來山
東採訪報道的註冊記者和非註冊記者提供新聞

美國車手稱王升榜首

環湖第8站

【本報訊】第7屆環青海湖單車賽昨日上
演第8站賽事，美國車手咸美頓成功打破歐
洲及亞洲車手的壟斷，奪得今站冠軍，並且
在總成績超越伊朗車手阿斯卡利，升上榜首。

第8站賽事由西寧經大通，以門源為終
點，全程150.8公里。此站有一爬坡路段，最
高點有海拔3792米，對車手的爬山能力要求
極高。此前未曾獲得分站冠軍的美國車手、
2004年雅典奧運單車計時賽金牌得主咸美頓
成功突圍，以3小時36分56秒，力壓波蘭車
手魯特基維錫首先衝過終點，成為第8站的
冠軍。丹麥車手拉斯姆森保住綠色領騎衫，
阿斯卡利雖然成績一般，但仍然奪得藍色領
騎衫。港隊的黃金賽今站排名56，個人總成
績躍升12位至78位，亞洲排名則稍微提升1
位至21名。

由於一直於車手榜領先的阿斯卡利僅以
16名完成今站賽事，咸美頓遂以總成績24小
時54分41秒一舉升上車手榜首位，奪得黃
色戰衣，並且領先魯特基維錫10秒，阿斯卡
利落後咸美頓1分08秒守在第3位。

今日將進行第9站賽事，由門源至互助
，全長168.1公里。

比賽亦首先衝過終點，他所贏的3個分站全屬平
地路段。

總成績方面，澳洲伊雲斯仍然保住「黃色戰
衣」。另外日前被發現藥檢不合格的意大利車手
域高，否認曾服用興奮劑。

卡雲迪舒贏得今屆個人第三個分
站冠軍

(法新社)