



要緊個人管理
大滿貫錦標
(新華社)

沙芬娜：最大敵人是自己

細威：決戰無壓力



【本報訊】綜合外電澳洲，墨爾本三十日消息：澳洲網球公開賽女單決賽周六上演，由2號種子美國沙蓮娜威廉斯與3號種子俄羅斯沙芬娜爭冠。經驗豐富的3屆冠軍「細威」沙蓮娜威廉斯將極力爭取個人第10次大滿貫錦標，晉升女子網壇精英行列，不過「細威」卻指壓力不在自己身上，反而是在從未染指大滿貫的沙芬娜身上。

27歲的「細威」在今次賽事的表現其實只是一般，但仍足以晉身決賽，讓自己成為史上贏取獎金最多的女子運動員。「細威」過去6次與沙芬

娜交手，錄得5勝1負佳績，今次她亦表示會抱着輕鬆心情應戰：「我覺得自己並無什麼可以輸，如果我勝出當然好，但即使落敗，我仍然可以昂首闊步地離開，因為能夠在發揮欠理想之下闖入決賽已屬難能可貴，之後我會加倍努力下次捲土重來。她（沙芬娜）一定比我更加渴望贏取錦標，所以壓力應該在她身上。」

22歲的沙芬娜今次只是第2次殺入大滿貫決賽，她在去年法國公開賽決賽直落2盤不敵塞爾維亞艾雲洛域，爭冠經驗當然難與第13次出席大滿貫決賽的「細威」相比。勝在較年輕的沙芬娜坦言，情緒起伏不定往往才是自己的最大敵人，期望上次法網的經驗對今戰有幫助：「我希望從該場比賽所得的所有經驗和所有壓力，會對我在周六的下一場（大滿貫）決賽有幫助。」

女單決賽球手小檔案

沙芬娜	球手	沙蓮娜威廉斯
27-4-1986	出生日期	26-9-1981
俄羅斯	國籍	美國
1米82	身高	1米75
70公斤	體重	68公斤
5,457,251 美元	職業賽總獎金	21,961,407 美元
9個	職業賽錦標	32個
未有	大滿貫錦標	9個
287/133	職業賽勝/負	405/85

▶「細威」擊球勁度十足，成為她爭勝一大本錢 (美聯社)



威廉斯姊妹女雙奪標

【本報訊】綜合外電澳洲，墨爾本三十日消息：沙蓮娜威廉斯在出戰女單決賽前夕先打下強心針，她夥拍胞姊維維納絲威廉斯在周五澳洲網球公開賽女雙決賽中，以直落2盤6：3、6：3打敗日本杉山愛/斯洛伐克漢圖采娃，拿下她們的第8個大滿貫雙打錦標。

威廉斯姊妹亦曾在2001年及2003年贏得澳網女雙冠軍，今次奪冠也令她們繼續保持在大滿貫女雙決賽的百分百得勝率。威廉斯姊妹仍然極具爭勝野心，希望在今年其餘3個大滿貫賽事再接再厲，以拍檔姿力爭錦標。

拿度費達拿爭冠

周五進行的男單第2場準決賽「西班牙內戰」，經過5盤馬拉松式激鬥後，「1哥」拿度最終以6：7(4：7)、6：4、7：6(7：2)、6：7(1：7)、6：4力挫華達斯高，將於周日與費達拿合演「夢幻決賽」。



三度捧走澳網女雙冠軍獎杯，喜上眉梢 (法新社)

奧尼爾15次參加明星賽

常規賽馬刺魔術報捷

【本報訊】綜合外電美國二十九日消息：NBA官方周四公布下月全明星賽後備陣容名單，效力太陽的「巨無霸」奧尼爾缺席去年賽事後今年再次入選。魔術有2位球員入選東岸後備名單，連同正選「票王」迪韋特侯活合共有3人入選，成為今年明星賽的大贏家。

今年後備陣容由30支NBA球隊的教練，各自投選所屬半區7位球員，結果奧尼爾第15次入選明星賽，也是聯盟史上入選次數第2多的球員，僅次於19次的渣巴。奧尼爾之前曾連續14次入選明星賽，但去年卻告落選。西岸除奧尼爾外，還有湖人加索爾、黃蜂大衛韋斯、小牛魯域斯基、馬刺柏加、金塊比利斯及拓荒者班頓萊爾入選。

東岸方面亦有3名球員是首度入選，包括籃網迪雲夏里士、溜馬D根加和魔術「尼爾遜」，其餘4人為魔術李維士、塞爾特人皮亞斯、連龍保珠以及雄鷹祖莊遜。

今年的全明星賽是第58屆，將於2月15日在菲尼克斯市舉行。

至於周四的NBA常規賽，馬刺憑3大主將有良好發揮，作客以114：104擊敗太陽。馬刺「最佳第6人」真路比利射入全場最高30分和取得9個籃板，柏加貢獻26分和5次助攻，鄧肯錄得20分和15個籃板「雙雙」。太陽有A史杜達米亞、格蘭希爾和拿殊3人獲取「雙雙」，其中A史杜達米亞取得全隊最高28分。

同日另一仗，魔術主場以99：88打敗騎士，3位明星賽球員共射入59分，其中迪韋特侯活取得22分和18個籃板，前鋒杜魯魯亦錄得19分和11個籃板「雙雙」。

成績，騎士雖有勒邦占士拿下全場最高23分、8個籃板和8次助攻，不過他全場27投只10中，表現未算突出。



▲太陽奧尼爾(左)力阻馬刺真路比利上籃 (美聯社)

▲魔術迪韋特侯活(左)準備投籃，騎士希克遜束手無策 (路透社)

周四 NBA 賽果

NBA	主場	比分	作客
奧蘭多魔術	99-88	克里夫蘭騎士	
鳳凰城太陽	104-114	聖安東尼奧馬刺	

港足望每月操兩課

【本報訊】參加亞洲杯外圍賽作客也門的香港足球代表隊昨日回港，港隊教練狄恩表示，港隊現時仍未確定今年的訓練計劃，他希望足總能夠盡快定出時間表，令港隊集訓兩個月的成果不致白費。

港隊昨日在兩名教練高能及狄恩的帶領下返抵香港，意味著港隊本季的賽程正式完結，港隊下一場亞洲杯外圍賽賽事將會是今年11月主客場兩門日本。由於距離下場比賽仍有大半年時間，所以足總方面仍未有為港隊未來的訓練訂立計劃。

教練狄恩則希望港隊能夠繼續集訓，保留過去訓練中培養的默契，他說：「球隊在最近兩個月的集訓中成效相當顯著，如果現時

港隊暫停集訓，將來我們肯定要重頭做起，過去的努力將會付諸流水。我認為港隊每月有兩課操練是最基本的要求。」狄恩希望足總能在下星期就港隊訓練時間表作出安排。

談到年初三不敵也門一仗，狄恩認為港隊值得取回1分，他說：「也門不是很強的對手，不過他們成功把握僅有的機會取得入球。港隊在該仗未能掌握比賽節奏，加上球隊在上下半場都浪費了不少入球的黃金機會，令球隊最終慘敗。我相信以港隊的表現，我們起碼應該取得平局，也門當地的傳媒及教練亦認為港隊的演出超過預期。」狄恩更強調，有信心港隊回師主場可以成功復仇擊敗也門。



▲教練之一狄恩希望港隊能保持每月兩課操練 (本報攝)

頻頻助攻的左後衛栢倫於禁區內起腳施射被深圳香雪門將擋出，伏兵門前的余浩邦快對手一步補射入網，為港隊追成2：3。最終雙方以此比數收場。

雖然港隊輸波而回，但教練黎新祥在賽後仍然感到滿意，他說：「球隊的練習時間實在太少，所以即使輸波，但演出已經超出我的預期。」黎新祥更點名稱讚兩名入球功臣鄭璟昊、余浩邦及另一名中場劉念溢表現出色，他同時認為球隊的後防線有待改進，黎新祥說：「球隊兩名中堅效力同一支甲組隊，本應更為合拍，但今場(昨仗)比賽兩人無論位置及默契都有所失色。」

港隊15歲及20歲以下代表將於明日早上於小西灣運動場最後一仗對關島及馬來西亞。

港青兩組別皆落敗

國際足球賽

【本報訊】2009國際青年足球邀請賽昨日在臺灣城市門運動場正式展開，香港15歲以下及20歲以下青年代表隊都未能在首場比賽旗開得勝，15歲以下代表以3：4不敵東莞南城，20歲以下代表隊則僅負深圳香雪2：3。

由多名甲組球員組成的香港20歲以下青年軍(香港全運隊)，在國際青年足球邀請

賽首場賽事面對內地球隊深圳香雪20歲以下代表。港隊即使有主場之利，但未能佔太大甜頭，更被深圳香雪的李家赫及曹植於開賽後7分鐘及29分鐘先後建功，落後0：2。港隊在完半場前由效力天水圍飛馬的鄭璟昊扳回一球，半場落後1：2。

下半場9分鐘，深圳香雪藉一次角球攻勢，由徐億海近門頂入，再次拉開比分。落後的港隊積極反撲，但由於傳送質素較差，所以未能組織有威脅攻門。完場前7分鐘，



獲教練黎新祥讚揚 (本報攝) 取得入球的余浩邦(左三) 青方栢倫(紅衣左後衛)的20歲以下港中復中鋒本色 (本報攝)



中國女足「上山」集訓

【本報訊】綜合新華社昆明三十日消息：大年初四就「上山」，中國女足的姑娘們沒帶任何「情緒」，相反，她們用燦爛的笑容、認真的態度迎接半年。

結束了前期廣州集訓之後，中國女足大年初四抵達昆明海埂訓練基地，當天下午就進行了慢跑等適應性訓練；大年初五下午的訓練開始「動真格的」，老帥商瑞華在簡單的繞場慢跑中特地加入帶球環節，隨後又練習了原地傳接，最終以10圈慢跑結束了上山以來最正式的首節訓練課。在兩個小時之內，老商和顏悅色但並未降低要求，姑娘們不斷發出爽朗的笑聲但每一個動作都認真到位——新春伊始，中國女足顯示出良好的精神風貌。

訓練結束後，老商坦承本次高原集訓主要目的就是为了備戰3月份的阿爾加夫杯，目前球隊缺少了遠赴美國的韓端、大傷初愈的馬曉旭，一批老隊員也已經逐漸隱退，因此隊伍面臨很多困難。「體能、技戰術都應該上一個台階，咱們現在正處於新老交替的關鍵期，一刻都不能放鬆。四國冠軍賽？對我們是激勵，但已經過去了。」他說。

本期昆明集訓將持續到2月20日。大名單如下：大連隊的畢妍、李雯、龐豐月；北京隊的王丹丹、劉卅；河北隊的張娜、劉佳；河南隊的婁佳惠、魏小芬；江蘇隊的張潔茹、翁曉潔、周高萍、翁新芝、管青青、

朱薇；上海隊的張穎、袁帆、徐媛、高燕、徐雯佳；陝西隊的劉華娜；杭州隊的陳冉冉；天津隊的晉晶晶；解放軍隊的張睿。

畢妍：還沒高原反應

中國女足隊長畢妍「上山」之後感覺良好，還沒被高原反應「光顧」的她對3月份的阿爾加夫杯充滿期待，「那是難得的鍛煉，我們應該利用這麼好的機會認清自己、找出不足。」結束了30日的訓練後，畢妍自我感覺良好，「還沒產生高原反應，這次上山比前幾次感覺好很多！」

周四足球賽果表

球賽編號	賽事	對賽隊伍 (主隊對客隊)	球賽結果	
			半場	全場(90分鐘)
星期四1	西杯	西維爾 對 華倫西亞	1:1	2:1
星期四2	西杯	巴塞隆拿 對 愛斯賓奴	1:0	3:2

「開寶半全膽」派彩 (1月30日)

開數	球賽編號	對賽隊伍 (主隊對客隊)	球賽結果	
			半場	全場(90分鐘)
第一關	星期四1	西維爾 對 華倫西亞	1:1	2:1
第二關	星期四2	巴塞隆拿 對 愛斯賓奴	1:0	3:2

每注派彩：\$130,161
投注總額：\$1,318,966
中獎金額：\$76
撥入多寶彩池：\$0