

TR Channel 大公生活

▶ 今期新片

冷知識EP7 龍舟競渡與端午節

詳刊A2

旅客專程來 捕捉打卡點

多區賽龍舟

盛事樂全城



▲據傳統習俗，龍舟在下水前會舉行拜神儀式，祈求出戰順利。

▼港大龍舟隊積極備戰，希望今日在香港仔賽事力爭佳績。



▼龍舟競渡是端午節的人氣活動，適合大人小朋友親子樂。



今天是端午佳節，全港多區今日都有龍舟賽事舉行，各有特色：香港仔龍舟競渡歷史最悠久，保留傳統的蠶家文化；赤柱正灘的龍舟賽參賽隊伍最多，逾5000名中外健兒競逐，戰況料緊張激烈；大澳舉辦別具特色的「龍舟遊涌」活動；沙田、大埔及西貢，除龍舟賽事外，還舉辦多個嘉年華。

內地社交平台近日有不少網民分享端午遊港攻略。有旅遊業界人士認為，香港龍舟比賽遍布多區，且結合了漁民文化、嘉年華等，有其獨特性，對遊客很有吸引力，若各界能聯動地區賽事提供相應配套，可望進一步提高本港盛事活動吸引力。

大公報記者 劉碩源

相關新聞刊 A2



焦點新聞

每年端午，最熱鬧的場面非龍舟競渡莫屬。今日全港多區均有龍舟競渡賽事，各具特色。有賽事現場提供多種功能攤位，例如沙田、大埔等區舉辦龍舟競渡嘉年華，市民旅客到現場除了可以觀賞比賽外，還可以到美食攤位和遊戲攤檔玩玩食；亦有賽事富有趣味，例如赤柱龍舟賽，不僅比賽講求速度，也舉辦「最佳服飾獎」，不少健兒在比賽時「扮鬼扮馬」。

香港仔賽事 保留蠶家文化色彩

論歷史悠久、規模大的龍舟比賽場地，莫過於香港仔舉辦的龍舟競渡，迄今已有過百年歷史。龍舟競渡大賽預計將有66隊大龍及中龍參賽，合共29場賽事。香港仔龍舟競渡大賽籌備委員會主席陳富明昨日向《大公報》表示，比賽由區內組織，特別是漁民社群籌備，故保留蠶家文化色彩，雖然由於沿岸停泊許多漁船，賽道較狹窄，但勝在端午漁船裝點精彩，漁民亦為龍舟健兒

打氣，氣氛相當熱鬧。賽事集合10支大龍舟隊伍參賽，大龍多以柚木為材料，各自艇會亦會以自己特色裝飾龍舟，特色鮮明。

上屆香港仔龍舟賽第21場比賽的冠軍得主、「志同道合龍舟會」火勝龍今年將繼續參加香港仔龍舟競渡比賽。隊長梁火勝昨日向《大公報》表示，今年主要參加大龍比賽。成員們雖然都是下班後才有時間訓練，但大家保持一周兩次的頻率進行訓練備戰，「今年參賽的隊伍中亦見勁敵身影，隊友們正努力備戰，期望獲得好成績。」

內地客計劃來港 與大龍舟「打卡」

在內地社交平台，近日有不少網友分享端午及夏季來港遊玩的攻略，不少攻略指出，除了觀賞各區龍舟賽事外，離島郊野和漁村都十分值得一去。有內地網友表示，計劃在端午節正日訪港，觀賞完香港仔的龍舟賽事之後前往南丫島過夜，次日到漁民文化村「打卡」兩艘大龍舟；亦有網友準備到西

貢觀看龍舟賽事，隨後到綠蛋島觀光，體驗划艇。

旅遊促進會總幹事崔定邦昨日向《大公報》表示，香港龍舟比賽遍布多區，各有特點，例如沙田的龍舟賽在城市景觀下舉行，而部分賽事更體現了漁民文化，這讓香港的龍舟比賽有一定的獨特性，對於喜愛戶外運動的旅客和部分短途旅客而言極具吸引力。今日多區有龍舟比賽舉行，而下個星期則有國際龍舟邀請賽，他認為，酒店業界可配合盛事提供接送觀賽等服務予顧客，聯動地區賽事，提高對客人的吸引力，擴大「無慮不旅遊」的氛圍。

今日精彩龍舟賽事 (部分)

赤柱 赤柱國際龍舟錦標賽2024

地點：赤柱正灘
時間：上午8:00至下午5:00

特色：賽道全長僅270米，賽況相對更加緊張和激烈。賽事亦舉辦「最佳服飾獎」，不少健兒在比賽時穿奇裝異服「扮鬼扮馬」，談諧有趣。

香港仔 香港仔龍舟競渡大賽

地點：香港仔海濱公園海旁
時間：上午9:30至下午3:30

特色：全港最悠久的龍舟比賽場地，比賽由區內組織特別是漁民社群籌備，保留傳統的蠶家文化色彩。海濱長廊還會搭起竹棚保留原始的觀眾坐席。

沙田 沙田龍舟競渡2024 + 沙田龍舟活力樂績FUN嘉年華

地點：沙田城門河
時間：上午8:00至下午1:00 (沙田龍舟競渡2024)、
上午10:00至下午5:00 (沙田龍舟活力樂績FUN嘉年華)

特色：嘉年華設有攤位遊戲及樂隊表演等，亦可品嚐到不同美食。

大埔 2024大埔龍舟競渡暨龍舟績FUN嘉年華

地點：大埔海濱公園
時間：上午8:00至下午1:00 (2024大埔龍舟競渡)、
上午9:00至下午3:00 (龍舟績FUN嘉年華)

西貢 2024西貢區龍舟競渡嘉年華

地點：西貢碼頭海旁
時間：上午8:00至下午2:30 (龍舟競渡)、
上午10:00至下午1:00 (嘉年華)

屯門 2024屯門龍舟競渡

地點：屯門青山灣44區海面
時間：上午9:00至下午1:00

大澳 大澳區龍舟競渡2024

地點：大澳漁船碇泊區
時間：上午8:00至下午4:00
特色：除了有龍舟競渡，另會舉辦傳承百年的「大澳端午龍舟遊涌」傳統活動。

龍舟起源 版本多

民間傳說 端午節賽龍舟的習俗，已流傳過千年，源自嶺南一帶的傳統，龍舟划過的水又稱「大吉水」，寓意吉祥，香港舉辦的國際龍舟競渡，已經有40多年歷史。

龍舟起源有多個版本，其中一個是來自春秋戰國的吳楚地區，吳王夫差曾經在池中，設有「龍舟」與西施遊玩，也有一說法是吳楚地區的水軍，有以龍船作為戰船。

流傳最廣泛的版本，就是楚國詩人屈原投江後，居民為了不讓跳下汨羅江的屈原屍體被魚蝦吃掉，所以在江裏投下許多用竹葉包裹的米食（糉子），並且競相划船賽龍舟，希望找到屈原的屍體。

據說，古代的龍舟競渡不分名次，純粹只為良性的比拼，順便在賽前及賽後有各種盛會，供村民及參與龍舟競渡的選手有互相聚會過節的場合。現時，內地南方部分地區，每逢端午節都會舉辦龍舟活動，舉例：福建福州三溪村有夜賽龍舟，已經傳承600多年。 大公報記者賴振雄

鼓手表現 致勝關鍵

團隊精神

賽龍舟講求速度和團體合作，除了純粹鬥快到達終點，可以從賽事分級、健兒們的節奏，鼓手的領導才能，學懂如何觀賞划龍舟，將會更加盡興。

扒「大龍」講合作節奏策略

本港的龍舟賽事，大致可分為三種，分別是12人的小龍，24人的中龍，以及48人的大龍。小龍的人數較少，較容易組隊參賽，所以一場賽事之中，可以欣賞到最多不同隊伍；中龍講求合作、技術、體能的要求較高，速度更快，勝負往往相當接近，所以相對較為刺激。至於大龍，由於人數最多，最講求合作、節奏和策略。

要評估龍舟參賽隊伍

的技術水平，不只限於划得快，龍舟訓練講求體能與技術兼備，可以同時留意選手們動作的頻率、力度、划幅、節奏、合拍整齊程度，一般而言，頻率高、入水深、力量大、划幅長，動作與節奏一致，理論上可達至最高速。

划龍舟的選手以外，坐在龍舟前端的鼓手也十分重要，鼓手透過鼓聲，讓隊友划艇時更加協調，適時起鼓以外，也會給隊員指示，例如吹哨子，告知隊員何時加力等，往往成為勝負關鍵。 大公報記者賴振雄

責任編輯：鄭小萍 美術編輯：徐家寶