

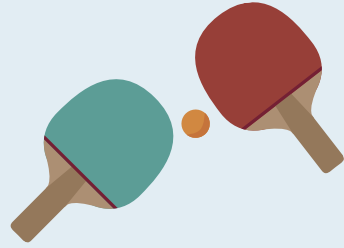
經歷「舊館歲月」帶領新生代崛起 「雙面教練」李靜見證港乒成長

▲李靜（左一）指導球員林依諾（中）及蘇慧音。



李靜小檔案

出生日期：1975年3月7日
籍貫：廣東斗門
身高：1米66
運動項目：乒乓球
主要獎項：
2004年雅典奧運男雙銀牌



▲總教練李靜帶領港乒爭取佳績。

乒乓球熱話

2025年世界乒乓球錦標賽於本月17日至25日在卡塔爾多哈上演，中國香港乒乓球隊派出5男6女出戰。港乒本屆陣中不乏初次征戰世乒賽的年輕面孔，總教練李靜坦言一切「圍繞洛杉磯奧運部署」，期望年輕球員能在比賽中成長。李靜早前接受大公文匯全媒體特約主持朱兆麟訪問，暢談執教哲學、球員培養，以及對即將到來的全運會展望。



掃一掃有片睇

大公文匯全媒體記者 蘇婷
大公文匯全媒體記者 任青、花天琪、福瑞士（圖、視頻）

訪問在香港體育學院進行。行程的第一站，李靜帶着記者探訪香港乒乓球的其中一個「起點」——「沒有窗戶、黑蒙蒙的、最小的那個乒乓球館」。這是一個彷彿在「地下室」的場館，天花板低矮，冷氣聲轟鳴，沒開燈時，房間內漆黑一片。「基本上舊館的條件就是這樣，但在香港來說，有場地已經很好。」他回憶2000年從內地來港後，與中國香港乒乓總會共同打造香港乒乓球的品牌，慢慢培養本地球員，一輩接一輩地傳承下去。從以內地來港球員為主，到兩地融合，再到現在基本本地球員接班，李靜見證、參與了香港乒乓球運動的發展。

做運動員需要投入

李靜說，體院不斷升級設施，給職業乒乓球運動員很好的環境和平台。如今，

體院的訓練場地已搬到新館，光線充足，科技感十足。但對李靜來說，舊館仍保有美好的回憶——「幾十年過去，這些東西都保持得很好。」李靜用手撫摸舊館的乒乓球桌，感慨又感恩。

從千禧年來港，到2025年培養出一群接班人，李靜很感謝特區政府對體育運動一直的支持。在李靜眼裏，香港運動員自律、發展多樣化，除了讀書，還多才多藝。這也造就了香港體育產業的一個成功之處：「這個模式在香港推行下去，是有生命力的。」

「熱血」、「真性情」、「雙面」、「平易近人」，這是李靜教練帶出來的年輕球員眼中的他。幾年前東京奧運會一句「X你企中間啦！」令時任港乒女隊主教練的李靜成為了焦點人物，也直接展示了這位教練的貼地與直率。

看李靜與球員的互動，不難理解，為何大家對他「又愛又怕」——非訓練時段，歡聲笑語；訓練時段，嚴肅認真。

稱讚陳顥樺具潛質

「平時他會和我們打成一片，很幽默，但一談技術，他就很認真，『我不是跟你說笑』，這個反差給我的感覺很強烈。」年輕球員林依諾用「雙面教練」形容李靜。她回憶訓練場景：「只要『靜哥』突然大喊『林依諾，你要怎樣怎樣』，我馬上清醒，知道該怎麼做。」

另一位年輕球員，被李靜稱為「肥波」的陳顥樺，是李靜眼中很有潛質的新星。在他看來，李靜很平易近人，會看動漫，聊得來，但訓練時要求嚴格，「可能要求你做到100%或120%，才可以去接班，或超過現在實力高過你的選手。」



▲陳顥樺是李靜眼中的潛質新星。

全運戰場難打 最佳學習機會

談及即將到來的粵港澳全運會，李靜直言：「這是最難打的比賽！」全國各省精銳盡出，競爭比世界賽更加激烈，對香港隊來說，難度很大。不過，李靜對港隊的年輕一代充滿信心，除了成年組，也將第一次參加青年組比賽，這是為了傳承、培養新人。

「全運會是最強的，我們向最強的選手學習。」對李靜而言，全運會是一個很好的學習機會，他認為港隊運動員不能只看成績，更希望他們向頂尖選手學習，為未來積累經驗。

「黃杜配」世乒賽晉4強 穩獲獎牌

【大公報訊】記者張銳報道：中國香港乒乓球混雙組合「黃杜配」黃鎮廷／杜凱琹在2025年多哈世界乒乓球錦標賽中發揮出色，昨天成功晉級4強，鎖定他們合作以來的第4枚世錦賽獎牌。3號種子的「黃杜配」於8強僅用了18分鐘，便以局數3：0淘汰世界排名第5位的西班牙組合羅夫萊斯／肖瑤茜，在不設季軍戰下，「黃杜配」至少獲得銅牌。「黃杜配」將與日本組合吉村真晴／大藤沙月爭入決賽。

輕鬆取勝。第2局，「黃杜配」贏11：5。第3局，雖然「黃杜配」一度以2：4落後，但他們迅速調整，連取6分而以8：4反先，並以11：7取勝。

「黃杜配」的4強對手吉村真晴／大藤沙月於昨天的8強以3：1爆冷擊敗國家隊頭號種子林詩棟／蒯曼。

另外，黃鎮廷在單打項目未能延續佳績，於男單32強以0：4不敵國家隊名將王楚欽。港乒女雙組合朱成竹／吳詠琳、李凱敏／江芷林均在16強落敗，分別同以0：3負給羅馬尼亞球手迪亞高露及西班牙球手肖瑤茜的跨國組合、國家隊組合王曼昱／蒯曼。



▲黃鎮廷（左）與杜凱琹在比賽中。

網上圖片



▲李靜（左）期望年輕球員在比賽中成長。

「乒乓孖寶」曾摘雅典奧運銀牌

李靜在2004年夥拍隊友高禮澤獲得雅典奧運會男雙銀牌。兩年後，這對「乒乓孖寶」出戰多哈亞運會，先後擊敗國家隊的王皓／馬龍，以及在決賽力挫馬琳／陳玘，勇奪金牌。2013年，李靜接替退休的李惠芬，成為港乒女隊主教練。去年，李靜升任港乒總教練。

覃海洋力爭包攬全冠賽蛙泳3金

【大公報訊】據中新社報道：2025年全國游泳冠軍賽20日在廣東深圳決出5枚金牌。覃海洋（右圖圖）奪得男子50米蛙泳冠軍，李冰潔摘得女子200米自由泳金牌。當晚率先舉行的男子50米蛙泳決賽中，奧運會冠軍覃海洋以26秒71的成績奪冠。此前，他已入賬男子100米蛙泳金牌。接下來，他將參加男子200米蛙泳比賽，力爭包攬男子蛙泳3金。自由泳名將李冰潔延續了出色狀態，加冕女子200米自由泳，以1分55秒52刷新個人最好成績，收穫個人第3金。此前，李冰潔以刷新賽會紀錄的成績奪得女子1500米自由泳冠軍，在女子400米自由泳折桂並創造新的亞洲紀錄。由徐嘉余、葉詩文、余依婷和潘展樂4位世界冠軍組成的浙江隊，以絕對優勢奪得男女4×100米混合泳接力冠軍，成績為3分44秒95。3月在全國春季游泳錦標賽獨攬4金的山東隊小將張展碩，此次奪得男子800米自由泳冠軍，成績為7分49秒71。不過，他坦言成績並不理想，並非自己的最佳水平。他的隊友徐放奪得200米蝶泳金牌。



史提芬彭利拿期待下周對陣曼聯

【大公報訊】記者朱家立報道：英超球隊曼聯將於本月30日（下周五）與中國香港足球代表隊進行友賽，銅鑼灣時代廣場昨天與Supreme FC合辦曼聯珍藏展，展出多位曼聯知名球員的實戰球衣及裝備。港足球員史提芬彭利拿表示，

期待與曼聯交鋒，並且能與世界級球員交換球衣。曼聯時隔12年再度訪港，將在香港大球場與港足友賽。作為港足現役成員，史提芬彭利拿對此感到十分興奮，他說：「曼聯是另一個層次的球隊，沒想過自己有機會跟他們

交鋒。我最欣賞的球員是般奴費南迪斯及卡斯米路，如果屆時能夠換到兩人的球衣便好了。」另外，前港足球員林嘉緯及盧均宜昨亦出席活動，前者曾在2013年曼聯對陣傑志的比賽中，為主隊打入一記入球。



▲左起：林嘉緯、史提芬彭利拿及盧均宜，昨出席曼聯珍藏展活動。大公報記者朱家立攝

起冠軍鼎。廣廈隊在頒獎儀式上舉新華社



布朗膺CBA總決賽MVP

【大公報訊】記者蘇雨潤北京報道：中國男子籃球職業聯賽（CBA）20日產生了第8個總冠軍得主。廣廈隊在本季總決賽第6場比賽中，

作客以125：118擊敗北京隊，以大比分4：2奪得隊史首個CBA總冠軍。廣廈外援布朗當選總決賽最有價值球員（FMVP）。