



▲霍啟剛（左）以主持人身份與國家隊乒乓球名將馬龍對談。



▲馬龍（左）為現場球迷在球拍上簽名。



▲綜藝館門外，球迷等候馬龍（右）。

馬龍小檔案

- 出生日期：1988年10月20日
- 出生地：遼寧省鞍山市
- 項目：乒乓球
- 主要榮譽：
  - 2屆奧運男單金牌（2016、2020）
  - 4屆奧運男子團體金牌（2012、2016、2020、2024）
  - 3屆世乒賽男單金牌（2015、2017、2019）
  - 3屆世界盃男單金牌（2012、2015、2024）
  - 4屆亞洲盃男單金牌（2008、2009、2011、2014）

# 到訪理大分享成長經歷 馬龍與青年共勉 追求卓越不停步

港協暨奧委會轄下的香港奧林匹克學院20日在香港理工大學賽馬會綜藝館舉辦「體育的華麗蛻變：再創高峰」研討會，並邀請乒乓球名將、奧運6金得主馬龍來港，同場嘉賓還有港協暨奧委會副會長霍啟剛、中國香港女子游泳運動員歐鎧淳及江志懿。馬龍現場與大學生對談分享難忘賽事及成長經歷，他更勉勵在場年輕人要以積極心態面對生活，找到自己熱愛的事情並投入於其中，並要不斷追求卓越，向目標前進。



掃碼睇片

大公報記者 朱家立

霍啟剛在活動致辭時表示：「今年是港協暨奧委會成立75周年的重要里程碑，我們將繼續發揮香港『背靠祖國、聯通世界』的獨特優勢，迎來首度在港舉行的國家及地區奧委會協會全體代表大會，屆時超過1200位來自206個國家及地區的奧委會代表、國際體育領袖將雲集香港，將是香港發揮『超級聯繫人』角色的絕佳機會，在國際舞台上為國家『擴大朋友圈』，說好香港的體育故事。」

### 與學生切磋球技

至於奧運6金得主馬龍亦受邀出席研討會，他表示自己漫長的運動員生涯裏曾有好多難忘經歷，但唯有2010年世錦賽男團決賽令他感受最深。馬龍稱當時被教練劉國梁（時任中國男隊教練）安排對陣德國名將波爾，最終在領先下被對手反勝。賽後，劉國梁直言對他的表現頗感不滿，令馬龍認識到個人應

更有擔當，其後最終讓他成長為國家隊的中流砥柱。

另外，馬龍表示，目前大灣區有不少發展機遇，希望年輕人要以積極心態面對生活，最終找到自己熱愛的事情並投入其中。同時他認為，他心裏的奧運精神除了「更快、更高、更強、更團結」這句官方格言之外，更包括追求卓越。對此他補充道：「人們常說要堅持，我認為可以更主動一點，不斷追求卓越，向目標前進。」

馬龍隨後與理大乒乓球校隊合演表演賽，霍啟剛與太太、前國家跳水隊名將郭晶晶亦有落場參與，馬龍賽後亦大讚球隊水平相當高。

香港「蛙后」江志懿則認為，近年自己多關注心理健康，希望運動員能關注成績的同時，亦能擁有健康的心態。另一本地游泳好手歐鎧淳表示，希望年輕人不要過早將自己定義「是什麼，不能做什麼」，要不斷嘗試各種事情，衝擊自己在各方面的極限，這樣才有豐富精彩的人生。



### 李凱敏喜獲 馬龍簽名球拍

理工學生兼港隊代表李凱敏與馬龍友賽後獲得「龍隊」贈送的簽名球拍，這位潛力新星在鏡頭前難掩笑容，直言同馬龍作賽「超級興奮，在熱身環節就已經打得好開心。」而馬龍亦在賽前就認出這位球手，更讓李凱敏倍感驚訝。



▲李凱敏展示馬龍的簽名球拍。 大公報記者朱家立攝

### 理大學生 自製旗幟追星

馬龍的到訪讓一眾理工大學生興奮不已，不少學生早早來到現場，只為一睹這位傳奇運動員的風采。其中不少人手持自製旗幟，上面印着「馬龍」兩字，足以證明對這位國家乒乓球名將的喜愛。馬龍離場時，亦為不少學生簽名留念。



▲奧運乒乓球冠軍遇上奧運跳水冠軍，馬龍（左）在活動上與郭晶晶切磋球技。

港協圖片

**總會代表有 SAY**

**網總會長鄭明哲：**  
**致力為港隊 培育人才**

- 目前體育項目都需要結合娛樂，才能吸引年輕人參與。網總未來將繼續努力舉辦各項國際網球賽事，同時亦會繼續為港隊培養新的人才。

**哥爾夫球會會長郭永亮：**  
**籲年輕人 投身體育產業**

- 引入 LIV Golf 就是為了吸引年輕人，同時亦能為政府吸引高消費觀眾來港。我鼓勵年輕人多考慮投身不同體育產業工種，不僅限做運動員。

**足總主席霍啟山：**  
**與球迷組織 加強合作**

- 足總十分看重球迷文化，未來亦會加強與本港球迷組織的合作。今年夏天，我們仍然會繼續舉辦香港足球盛事，邀請歐洲球隊來港友賽。

## 霍啟剛鼓勵小將善用科技爭佳績

【大公報訊】記者朱家立報導：立法會議員、港協暨奧委會副會長霍啟剛20日在香港理工大學賽馬會綜藝館主辦「體育的華麗蛻變：再創高峰」研討會，多位體育界領袖及頂尖運動員出席，共同探討香港體育產業的發展機遇。霍啟剛表示，為配合特區政府制定5年規劃，他將牽頭成立專責諮詢小組，收集體育界意見，其中包括各體育總會、教練、運動員、體院及十八區體育會等持份者。

合政府制定5年規劃，更會同各體育總會、教練、運動員、體院及十八區體育會等持份者商討，並收集體育界意見。

同時，霍啟剛稱體育發展的未來將與科技深度綁定，他勉勵現場的理大學生可在運動管理、運動健康等方面與科技相結合，利用科技延長運動員的體育生涯，例如在數據的輔助下，以科學的方式去訓練、恢復，從而取得更好的成績。

活動上設有專題座談，並邀請中國香港足球總會主席霍啟山、中國香港網球總會會長鄭明哲和香港哥爾夫球會會長郭永亮擔任嘉賓。



掃碼睇片



▲霍啟剛（左起）、鄭明哲、郭永亮與霍啟山出席專題座談「體育盛事的華麗蛻變」。 大公報記者朱家立攝

## 港足決選22人 月底亞盃外對印度

【大公報訊】記者朱家立報導：中國香港男子足球代表隊即將在31日出戰2027亞洲盃外圍賽第三圈最後一場賽事作客對陣印度。

球隊20日公布22人決選名單，包括劉智樂、葉嘉宇及龐焯熙3位新面孔。大軍將在下周一進行操練，並在26日率先與尼泊爾友賽，以備戰對陣印度。

### 3新面孔入選

雖然港足已經無緣決賽周，但港足今次繼續由盧比度領軍，大名單與上年11月主場對陣新加坡一仗較為不同，兩位前鋒史提芬彭利拿、祖連奴落選，後者因為累計黃牌而停賽，但仍不乏謝家榮、艾華頓、陳晉一、陳俊樂等常規主力，至於安永佳、鐘樂安、費蘭度、余在言及茄子楠等因傷落選，巴拉克、米高、李心恆亦未有入選，令到港隊陣容深度有所變化。

至於成功入選的劉智樂、葉嘉宇及龐焯熙，3人以往從未在國際A級賽為港足上陣，但劉智樂、龐焯熙就有出戰省港盃、賀歲盃等賽事，今次繼續獲得盧比度青睞，有望取得上陣機會。



### 港足決選名單

#### 守門員

葉嘉宇、謝家榮、龐焯熙

#### 後衛

亞歷斯祖、周緣德、林樂勤、杜度、陳晉一、梁諾恆、勞烈斯

#### 中場

陳俊樂、趙駿恬、胡晉銘、黃威、顏卓彬、陳肇鈞

#### 前鋒

劉智樂、吳宇曦、洛迪古斯、艾華頓、劉家喬、孫銘謙

## 「常規賽冠軍」金牛今壓軸作客長沙

【大公報訊】記者朱家立報導：香港金牛將於21日晚上7時30分出戰全國男子籃球聯賽（NBL）最後一場常規賽，作客對陣長沙勇勝。球隊近期狀態火熱，上仗更以106：101擊敗石家莊翔藍，提早一輪鎖定常規賽冠軍，今仗對陣長沙，金牛力爭以連勝佳績迎接季後賽。

### 主帥解立彬：改善防守

力爭NBL「三連霸」的金牛在19日作客石家莊翔藍作出不少輪換，最終憑唐才育在第四節轟入四個三分球，以5分險勝對手，提早榮膺常規賽冠軍。今晚常規賽煞科戰中，金牛將作客另一強隊、目前排名第4位的長沙。雙方上季總決賽中相遇，最終金牛以大比分3：1達成衛冕。

金牛方面，球隊上仗雖然手風較順，但最終僅以5分險勝。對此金牛主教練解立彬表示，上仗暴露不少防守問題，球隊需在對長沙一戰做得更好。在進攻方面，本季金牛延續不俗的團體配合，多次打出「多點開花」的賽事，故無需擔心。

但在防守方面，球隊仍有不少缺點需要解決，故在末輪對陣長沙這種實力較強球隊下，金牛應當「以賽代練」，為季後賽做好热身。



▲金牛在社交平台上載榮譽NBL常規賽冠軍的海報。