



東京 2020

還有 31日

集天時地利人和於一身

港風帆隊 盼重溫奧運獎牌夢

香港文匯報訊(記者 郭正謙)96年阿特蘭大奧運,李麗珊勇奪隊史上第一金。25年後她的兩名後輩陳晞文及鄭俊樑再踏上奧運征途,雖然受疫情影響已近一年半沒有正式比賽,但無論體能、技術及支援均達到前所未有的水平,總教練陳敬然認為如能夠發揮應有水準,兩人絕對有能力向獎牌發起衝擊。



●陳晞文(左)及鄭俊樑將代表香港出戰東奧滑浪風帆比賽。香港文匯報記者郭正謙攝

雖然已經18個月無法參與正式比賽,不過香港滑浪風帆隊卻完美示範何謂「塞翁失馬,焉知非福」。事情是好是壞其實取決於處理的態度,港隊趁着這難得的空檔,對陳晞文及鄭俊樑兩名奧運選手作出高強度的針對性訓練,總教練陳敬然坦言兩人無論體能及技術均提升到前所未有的水平:「之前一直忙於在世界各地參加比賽,有時即使知道問題所在也很難徹底改善,今屆奧運延期一年,令我們有更多時間仔細地針對每個弱點訓練,我可以說兩人的體能狀態是前所未有的好。」

陳晞文將東京奧運目標放在前12名,而鄭俊樑則希望突破上屆第8的成績,作為教練的陳敬然卻比兩名運動員更有信心:「他們是比較謙虛了,如果他們能夠在比賽時將心理及狀態調整到最好,論能力絕對有機會爭奪獎牌。」陳敬然亦指出18個月沒比賽的兩人目前十分渴望奧運的來臨,熱誠及鬥志均處於巔峰,算是因禍得福。

製作模擬賽場風向水流影片預習

要站上奧運頒獎台天時地利人和缺一不可,現時人和已經具備,地利亦在教練團隊和科研人員的努力下實現,在科大科研團隊的協助下,港隊成功將日本江之島賽場的地形、風向及水流以模擬影片方式重現,陳敬然表示有助於港隊率先適應:「今屆奧運所有風帆運動員都只能在7月15日後到比賽場地,所以都不能預先適應,幸好我們之前曾多次在江之島比賽,已經收集了很多數據,在科大團隊的協助下製作出模擬影片,對我們運動員規劃比賽路線很有幫助,這說得上是我們的秘密武器。」而天時方面日本無論氣候及溫度都與香港相當接近,而且時差幾乎沒什麼影響,比起歐美選手有一定優勢,唯一擔心是江之島正值颱風季節,會為賽事帶來不少變數。



●陳晞文(左)與鄭俊樑積極備戰。新華社

港隊再添3張東奧門票 游泳成大戶

香港文匯報訊(記者 黎永淦)香港東京奧運代表團近日再憑射擊及游泳項目增多3人獲取奧運資格,累計已有43張入場券在手。

國際射擊運動聯合會官網日前確認,港將陳浩輝由於在奧運席位分配期內達到最低參賽資格分數,得以趕上尾班車,可以到東京出戰男子25米手槍速射賽事。

至於第42及第43張入場券,都是來自游泳。何甄陶周日在體院閉門舉行的「香港長池游泳計時賽IV」,於50米自由泳改寫早上剛打破的香港紀錄,並游出奧運A標時間,成為第一位以此資格出線的港男泳將。同日,年僅18歲的方胤(William Yan Thorley)在葡萄牙舉行的「東京奧運馬拉松游泳資格賽」男子10公里賽事游出2小時3分11秒70,在55名參賽者中力壓中國台北及泰國泳手獲第26名。再扣除其他已入圍東奧泳手名額後,William得以「亞洲一哥」身份進軍東京。

連同William在內,香港代表團今屆東奧已穩奪43張入場券,當中9張來自游泳項目,成為今次港隊大戶。

至於香港男、女子體球隊在摩洛哥舉行的資格賽落敗,均錯失了奧運資格。



●香港泳手方胤獲男子10公里賽奧運入場券。facebook圖片

陳晞文：爭取給我一個交待

香港文匯報訊(記者 郭正謙)相隔9年終於重返奧運賽場,陳晞文的運動生涯盡高低起伏後有望再上高峰。即將成為人妻的她坦言今次可能是自己最後一屆奧運,不過即使退役亦希望回饋風帆運動,未來或以教練身份為港隊培養人才。

陳晞文的運動生涯絕非一帆風順,2012倫敦奧運前發生嚴重意外甚至需要切掉脾臟,不過她卻奇跡復出並趕及出戰奧運。到上屆陳晞文失落奧運資格,令她一度萌生放棄念頭,幸好在教練、隊友和家人的鼓勵下最終選擇堅持。到東京奧運早早鎖定奧運入場券又因疫情要延期一年,年屆30歲的她表示經過種種高低起伏後學懂了放下壓力:「場地單車隊的李海恩跟我說過,就算我不再是運動員,大家已看到我多年來的努力,我已不需要再證明什麼,今屆奧運我想爭取的只是對自己一個交待,加上很久沒有比賽,現在對奧運來臨是前所未有的興奮和雀躍。」

至於奧運過後,即將成為人妻的陳晞文坦言或會有新計劃:「已經做了15年全職運動員,加上RS:X板項目將在東京奧運後將會漸漸沒落,而且今年亦會結婚組織家庭,所以奧運後或會有新計劃,會與家人好好商量後再作決定。」不過陳晞文亦強調滑浪風帆運動多年來給予了自己很多東西,即使退役後仍希望回饋這項運動,或會選擇成為教練為港隊培育下一代。



●陳晞文希望退役後回饋風帆運動。新華社

鄭俊樑行山跑步踩單車減壓

香港文匯報訊(記者 郭正謙)27歲的鄭俊樑上屆奧運一鳴驚人以第8名完成,今次再度出征,他坦言背負更大壓力。鄭俊樑表示近一年愛上行山、跑步、踩單車等運動,希望以另一個方式鍛鍊體能,亦可舒緩壓力。

以「非常不一樣」來形容東京奧運的鄭俊樑表示,疫情雖然對世界體壇帶來很大衝擊,但對他而言卻有正面影響:「多了一年真的有更多時間準備好自己,在教練團隊的幫助下,我在體能及心理狀態均得到很大提升,現在對自己亦更有信心。」當然沒有正式比賽也有一定影響,鄭俊樑表示今年起通過不斷的隊內賽以保持比賽的緊張感及投入感,自己每次訓練完回家亦會繼續研究有關比賽場地的筆記,務求萬無一失。

上屆的好成績無疑令外間對鄭俊樑更有期望,他坦言壓力是有所增加,不過自己亦已經可以更加成熟地面對:「上屆奧運初時的確有點手足無措,今屆最大分別是我有更多經驗,可以更成熟地面對比賽,在訓練以外亦會去行山、跑步、踩單車,一邊放鬆心情一邊鍛鍊體能,希望可以保持競爭力到最後階段,才去想拿到什麼名次。」



●鄭俊樑昨在大美督水上活動中心備戰東京奧運會。新華社

有線7頻道播奧運 見證每面獎牌

香港文匯報訊(記者 黎永淦)東京奧運將於7月23日揭幕,有份轉播賽事的有線電視,昨日邀得多位體壇名將出席盛大記招,為奧運節目造勢。有線並宣布會免費開放7條頻道,其中77台更會由早到晚全天候播放奧運比賽,成為24小時均可免費收看的「奧運台」。

昨日出席嘉賓包括中國女排名將孫玥、雅典奧運金牌「風之後」李麗珊、香港車神黃金寶及香港足球先鋒李健和等。此外,葉颯延、鄧宏業、許焯森及范信基等香港體壇名將,亦以節目主持身份亮相,陣容非常鼎盛。

有線非執行董事曾安業於致歡迎辭時宣布:「有線電視、77台有線開電視及76台香港國際財經台,將會免費開放7條頻道,直擊每一個獎牌的誕生。77台的常規節目都會讓路,由早到晚全天候播放東奧賽事,成為真正免費的『奧運台』!」此外,也會與餐飲業及零售業商家合作,透過店內電視機播放奧運比賽片段,希望將熱潮帶到社區之餘,亦想帶動各界經濟。同時也會與商場合作搞活動,令更多市民感受到奧運氣氛。

港協暨奧委會副會長霍啟剛及香港東奧代表團團長貝鈞奇昨日都有為記招主持啟動禮,貝鈞奇表示:「今次因為防疫關係,選手村的升旗禮會取消。以目前所知,開幕式仍會保留,至於屆時會派出哪位運動員擔任持旗手,我們目前仍在研究中。」



●李麗珊(左二起)、孫玥、黃金寶及李健和等體壇名宿出席記招。香港文匯報記者黎永淦攝



●港協副會長霍啟剛(左三)及東奧團長貝鈞奇(左二)為記招揭開序幕。香港文匯報記者黎永淦攝

國乒熱身賽模擬東奧 港隊應邀參與

正在山東威海進行封閉集訓的中國乒乓球隊,於6月20日至23日舉行備戰東京奧運會的熱身賽。本次熱身賽由混雙和男女團體組成,混雙率先開打,奧運組合許昕/劉詩雯在首日比賽中迎來兩連勝。

此次熱身賽除了根據東京奧運會對手情況,教練組有針對性地排出隊內最強的模擬選手外,還邀請了在內地訓練的中國香港隊參加。熱身賽本著從難從嚴的角度出發,無論從對手選擇,還是賽程安排上,都立足於最大限度激發主力隊員的競技狀態。20日、21日進行的混雙比賽在許昕/劉詩雯、王楚欽/王曼昱、林高遠/張瑞、周啟豪/顧玉婷、中國香港隊組合黃鎮廷/杜凱傑等幾組打法各具特色的選手間進行循環賽,最終決出冠軍。比賽時間也特意參照了東京奧運會的混雙比賽時間,盡可能在外部環境上接近實戰。

團體賽將於22日、23日兩天進行,男女團體各四支隊伍採用循環賽制。 ●新華社



●黃鎮廷/杜凱傑(左)參與國乒熱身賽。資料圖片