



香港文匯報訊（記者 陳曉莉）還有1天，東京殘奧會便揭開戰幕。中國體育代表團第三批成員已分別於本月19、20及22日抵達東京，他們將盡快適應當地氣溫，熟悉場地和競賽區域，了解對手綜合狀況，調整自我身心狀態，配合適當的體能訓練，力爭在比賽中創造佳績。

據新華社報道，首批飛赴東京的代表隊包括參加單車、游泳、盲人門球和田徑項目的運動員；第二批分別來自舉重、乒乓球、輪椅籃球、輪椅擊劍和賽艇隊；第三批隊伍為射箭、硬地滾球、盲人足球、柔道、坐排、鐵人三項、輪椅網球；最後一批運動員將於8月26日抵達，來自羽毛球、皮划艇、射擊和跆拳道隊。

金牌與獎牌數每屆創新高

回顧往屆殘奧會，中國運動員在賽場上所展現的自強不息、努力拚搏的精神力量，以及取得的驕人戰績，贏得了廣泛讚譽。

2004年雅典殘奧會，中國代表團的成績開始起飛，獲得63金46銀32銅，共計141枚獎牌，排在金牌榜和獎牌榜的雙獎牌榜的第一。

2008年北京殘奧會，作為東道主，中國代表團以89金70銀52銅，共計211枚獎牌繼續排在雙獎牌榜的第一位置，與排名第二的在各個方面都是翻倍的領先。

2012年倫敦殘奧會，中國代表團繼續以95金71銀65銅，總數231枚獎牌，不僅金牌榜第一，而且以超大領先優勢，居獎牌榜第一。

2016年里約殘奧會，中國代表團戰績再次獲得突破，以107金81銀51銅，共計239枚獎牌，居獎牌榜第一位置，實現4連冠。

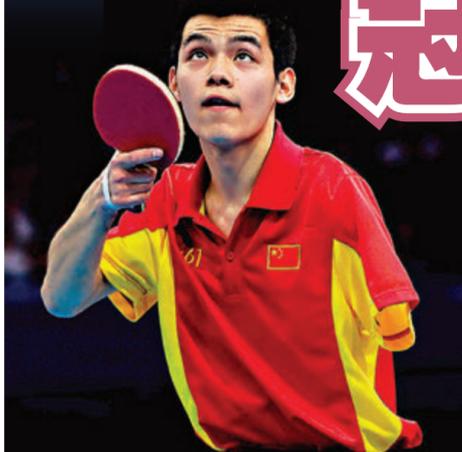
國力增長 健兒們越發強勢

此次赴東京參賽的中國代表團總人數為437人，其中運動員251人（包括男運動員119人、女運動員132人），將參加20個大項、341個小項的角逐，這是中國運動員在境外殘奧會參賽大項最多的一屆。中通社分析認為，由於中國長期對殘疾人事業發展給予高度關注和支持，使廣大殘疾人士有機會參與到各項體育健身運動當中，並不斷湧現優秀運動員，代表中國站在國際賽場放飛自我、展現自我，為國爭光。

而與中國奧運代表團相比，中國的殘奧代表團在國際賽場的整體競爭力更強。伴隨綜合國力的增長，中國殘奧運動健兒們也越發強勢，不僅從2004年雅典殘奧會開始連續4次金牌榜獎牌榜排名第一，而且金牌數與獎牌數每屆都再創新高。預計在東京殘奧會上，中國運動員依靠自身實力，將有望獲得金牌榜和獎牌榜的5連冠。

東京殘奧會明揭幕

中國健兒 力爭金牌5連冠



●趙帥是里約及倫敦兩屆殘奧男單MS8冠軍，今次東京力爭再次衛冕。 微博圖片



●中國殘奧代表團陸續抵達東京。 新華社



●17歲的劉禹彤將代表中國隊參加羽毛球項目的角逐。 殘奧官網圖片

各路國手積極備戰 不忘防疫

21日，中國殘奧代表團田徑、游泳、單車、輪椅擊劍、盲人門球等多支隊伍紛紛在駐地、比賽場館內進行賽前訓練，積極備戰即將開幕的東京殘奧會。

當日清晨的東京灣，藍天白雲，氣溫適宜。中國殘奧田徑隊跑跳組的隊員們在殘奧村內開始了賽前的適應性訓練，運動員和他們的領跑員兩兩成行。副領隊王春雷說：「為了躲避人多可能帶來的疫情隱患，我們選擇了早上晨練。」

輪椅籃球隊同樣早早開始了訓練，隊伍早上8點就進行了45分鐘訓練，隨後召開了全隊會議；下午他們來到武藏野森林綜合體育廣場，在通過輪椅檢查環節後，爭分奪秒地開始了賽前實地適應性訓練。盲人門球隊在積極訓練的同時，不忘做好防疫工作。在開始訓練前，他們仔細對場地的地面、球門進行了消毒處理。

據介紹，各隊伍賽前訓練以恢復性訓練為主，主要目的是讓隊員們盡快適應氣候，熟悉場地和競賽區

域，調整自我身心狀態；再配合適當的體能訓練，力爭能夠讓運動員在比賽中達到最佳競技狀態。

東京殘奧會將於8月24日開幕，9月5日閉幕。 ●新華社



●各國泳手在比賽場館進行賽前適應性練習。 美聯社

贊助商推紀念T恤 向奧運港將致敬

香港文匯報訊（記者 黎永淦）香港在東京奧運獲得1金2銀3銅歷來最佳成績後，坊間熱潮仍然持續。一班平日刻苦訓練的健將，連日來忙於出席各項慶祝及宣傳活動。乒乓球女團銅牌成員杜凱榮及李皓晴，昨日便聯同空手道「個人形」銅牌女將劉慕裳，到代表團團服贊助商FILA位於中環的店舖與市民見面。FILA更乘勢與港協暨奧委會合作，推出限量版紀念T恤，以向港將們表達支持及致敬。

杜凱榮、李皓晴及劉慕裳昨日大駕光臨位於中環的店舖，吸引不少市民駐足在街道上觀看。3位女將與在場人士互動後，更派發特別印上各香港運動員卡通造型的大型海報。對於獲得贊助商及市民支持，3人都深受感動。劉慕裳因傷未能與兄長劉知名一同出戰全運會，但可以與民同

樂，她笑言已習慣每日出席慶祝活動：「因為我很注重防疫措施，年頭回來時都沒有跟朋友見面，所以今次回來之後，每天都忙於與朋友見面及慶祝。」

至於兩位乒乓球女將，被問及會怎樣保存辛苦贏來的奧運獎牌時，杜凱榮透露，媽媽對自己小時候贏回來的所有獎牌都珍而重之，會用保鮮紙逐一包好放在玻璃櫃。李皓晴則指媽媽除了展示最重要的獎牌外，其他都會包好放進迷你倉。

贊助商為了向運動員致謝，公布與港協暨奧委會合作，推出以劍擊、游泳、乒乓球、空手道及單車5個得獎項目為主題的紀念T恤。這批紀念T恤昨日起已公開發售，所有收益扣除成本之後，會透過港協暨奧委會捐助各體育總會，協助運動員發展。



●劉慕裳（中）留港養傷，出席活動。 香港文匯報記者黎永淦 攝



●劉慕裳（左起）、杜凱榮及李皓晴悉心打扮出席贊助商活動。 香港文匯報記者黎永淦 攝

朱凱勤 體壇縱橫

訓練手段

雖然港超聯每年都在苦苦經營，作為在香港最多人關注和參與的運動之一，港超聯的動態有不少球迷關注，足球運動在廣大市民中十分普及，港超聯現時的局面是港足的制度問題，球隊的班費是一個不易解決的難題，要搞職業化便要預起這個包袱，既然加入了港超聯的行列，各球隊自有解決的辦法，亦不需要在此討論。足球運動在青少年中最容易普及推廣，對青少年進行有系統的訓練亦開展得很活躍，無論是足球學校、足總主辦，還是馬會支持的青訓班都有很多，經過多年努力的香港青訓取得一些成績，青訓搞得好好為香港足球的發展提供提升水準的基礎。

近期跟一些前甲組足球員討論過一些青訓問題，是現代的足球理論和訓練如何跟香港足球的實際結合，從而推出一套香港行得通的青訓系統。他們的足球生涯都是經過因踢小型球優秀而升上甲組踢職業足球的，部分曾參與過香港業餘足球聯賽，所以對香港的小型球、甲組的業餘年代和現在仍實行的職業化年代都很熟悉，亦有親身體驗，因此看法很有代表性。他們認為以前實行的業餘制度，踢出來的水準未必不及現在，雖然當年大家都有一份職業，操練時間未必較現在多，但操練質素和比賽的水平是過關的。

現代足球講求整體性的戰術配合，講究體能，要實行戰術便要有體能支持，因此便忽略了球員的個人技術風格，這是大趨勢。上世紀六十至九十年代的香港球員大多有自己的個人技術風格，這是踢小型球時磨練出來的，因此他們都主張，現在的青訓可加入踢小型球這個內容，他們認為小型球攻守轉換快，對小組攻防策略、球員個人技術、閱讀球賽效率上都有較高和嚴格的要求，這是大足球較難訓練出來的。

前甲足球星黃文偉有很深厚的小型球底子，他認為小型球在硬地上比賽，球小且球速快，不易控球，在控球後只有一至二秒考慮如何傳、射，大足球則有十多二十秒的考慮時間，這種訓練是踢好大足球的基礎，十分有效。

加入踢小型球於青訓中作為一種訓練手段，未必人人接受，但是他們實踐出來的經驗，很有參考價值。

●資深體育記者 朱凱勤

長話短說

3人籃球賽昨結束第二天初賽



香港文匯報訊（記者 陳曉莉）「Red Bull Half Court 三人籃球賽」昨在屯門兆禧運動場結束第二天初賽，香港甲一球員蔡龍德率領的「康仁維肝」（下圖），以及另外9支隊伍取得9月4日的決賽席位。本月28日將舉行的第3天初賽，屆時將移師九龍灣啟業運動場，24支參賽隊伍將爭奪7個決賽席位。9月4日的決賽將假屯門H.A.N.D.S 籃球場舉行，初賽晉級的球隊將與上屆冠軍爭奪男子組錦標，同日將進行女子組賽事，參賽隊伍共12支，男、女子組冠軍球隊將獲港幣20,000元獎金。

港將讚新興運動助青少年成長

香港文匯報訊（記者 陳曉莉）「Y-League」新興運動聯賽（三人籃球）周六結束最後一天賽事（下圖），香港籃球代表隊成員楊子豐與陳偉萍親身到場和青年籃球員進行綜合技巧表演賽。射手楊子豐是「Y-League」其中一支隊伍的教練，他非常高興看到青年球員們的成長：「三人籃球雖然只有三個人落場，但是一項團體運動，比賽過程中隊友需要大量溝通，要跟從戰術安排作出配合，不能只按着自己的想法去打。以上兩點可以提升年輕球員的人際溝通能力，培養互相尊重的協作精神。」

