

1997回歸當天，杜凱琰還只是個呱呱落地不足一年的嬰孩，今日，她已是香港體壇的代表性人物。在前國手張瑞的悉心指導下，香港土生土長的杜凱琰由桀驁不馴的初生之犢成長為奧運獎牌得主。跨越十載的師徒之情，不僅是一個苦盡甘來的成功故事，更是兩地體壇完美合作的最佳見證。

◆採訪：香港文匯報
記者 郭正謙

我們的
25th
ANNIVERSARY

拜師前國手張瑞 受益良多

杜凱琰

十載師徒情

共書奧運夢

◆奧運賽場上，獲勝後的杜凱琰(左)第一時間與教練張瑞擁抱慶祝。

小檔案

出生日期：1996年11月27日(25歲)

打法：橫板

最高世界排名：第7(2022年2月)

目前世界排名：第7

威水史

奧運會	銅牌	2020年	東京	女子團體
世乒賽	銅牌	2014年	東京	女子團體
	銅牌	2015年	蘇州	混合雙打
	銅牌	2017年	杜塞爾多夫	混合雙打
	銅牌	2018年	哈爾姆斯塔德	女子團體
世界盃	銅牌	2018年	倫敦	女子團體
青奧會	銀牌	2014年	南京	女子單打
	銅牌	2014年	南京	混合團體
亞乒賽	銀牌	2021年	多哈	女子雙打
	銅牌	2013年	釜山	女子雙打
	銅牌	2015年	芭達雅	女子團體
	銅牌	2017年	無錫	女子團體
	銅牌	2019年	日惹	混合雙打
	銅牌	2021年	多哈	混合雙打
	銅牌	2021年	多哈	女子團體
亞運會	銅牌	2018年	雅加達	女子團體



◆杜凱琰由任性少女成長為如今的奧運獎牌得主。資料圖片

在去年仲夏的東京奧運舞台上，港乒「小花」們勇奪銅牌後相擁而哭的一幕仍然歷歷在目，此後蜂擁而至的訪問和活動，讓杜凱琰經歷了一番「明星級」的體驗，不過她心裏始終明白能有今天的成就，絕非自己一人之功，沒有教練張瑞的付出，「奧運銅牌得主杜凱琰」可能永遠不會出現在各大媒體的頭條。

「內援」退役培育港乒新一代

香港乒乓球素來與內地體壇關係密切。97年前「內援」陳丹蕾及齊寶華撐起香港乒壇半邊天，回歸後港乒從內地得到的支援更是與日俱增，「乒乓孖寶」李靜和高禮澤於雅典奧運為港隊收穫一銀，帖雅娜及張瑞亦在國際賽屢獲殊榮，後來他們紛紛打而優則教，正是有了這班教練的指導，才有了後來港乒「黃金一代」的誕生。

1997年回歸當時，杜凱琰還只是個不足一歲的嬰兒，直至2008年北京奧運，已開始接觸乒乓球的她終於親身感受到內地與香港血濃於水的情誼，一個奧運夢亦逐漸萌芽：「當時無論是在電視上還是在商場裏，都掛滿中國旗，到處都可以看到為國家隊和本港運動員打氣的市民，一股自豪感油然而生，我連上學書包上也掛着吉祥物『福娃』，心想自己會不會有一天也能和那些運動員一樣呢？」

張瑞靜靜守護 打動任性少女心

到了15歲杜凱琰終於踏上了追逐奧運夢的起點，加入了體院成為全職運動員，而前國家隊球手張瑞則是她的主管教練。杜凱琰坦言這是兩地(師徒)相遇的開始，但不是一拍即合：「張瑞教練很嚴格，要求我每星期要寫三次訓練日記，又要進行兩次長跑，當時的我比較任性有些叛逆，一開始會很抗拒，有一些情緒化的行為。」

要打開一位青春少女的心扉從來不是易事，張瑞選擇了最長時間，亦是最有效的方法，就是靜靜地陪伴和守護。杜凱琰表示雙方關係漸入佳境的契機是2014年的青奧會：「當時距離青奧開幕尚有半年，我要打很多比賽爭取參賽資格，張瑞教練每天陪着我看錄像，幫我分析每個對手，

我練多久她就陪多久，我慢慢意識到嚴格是她對我的表達方式，在她心目中只有一個念頭，就是幫助我進步。奧運獎牌雖然掛在我的頸上，不過這份榮耀絕對有她一份。」

沒有刻意為之，杜凱琰與張瑞的師徒情只有順其自然，超過十年的相處，讓沒有血緣的她們關係勝似親人。杜凱琰表示：「我們就好像彼此的家人一樣，無論在體院訓練和出外比賽，張瑞教練都會陪着我，老實說見她比見真正的家人還多。」

兩地完美合作 揭港乒壇新一頁

張瑞不僅給予杜凱琰無微不至的照顧，更是她的學習對象，尤其遇上低潮時，張瑞總有辦法讓她重新振作，她教會杜凱琰運動的本質不是勝負而在於堅持。在東京奧運混雙出局後，肩負眾人厚望的杜凱琰賽後臉上盡是失望和淚水，是張瑞告訴她還有團體賽可拚還不是時候放棄，才有了之後的奧運銅牌。杜凱琰表示張瑞總能啟發自己從不同角度思考：「我以前很情緒化，而張瑞教練則是一個很冷靜的人，她教會我每一件事情都要從不同角度去看，要不斷换位思考。」

回歸25年為杜凱琰的茁壯成長提供了合適的土壤，在恩師張瑞的悉心栽培下，香港的「乒乓小花」終於在東京奧運上綻放光芒，跨越十載的師徒之情，不僅為香港乒壇翻開歷史新一頁，更是兩地體壇合作的一次完美示範。



◆杜凱琰(左起)與隊友李皓晴、蘇慧音奪得東京奧運女團銅牌。資料圖片



◀張瑞(左)總是守護在杜凱琰身邊。

與國家隊共同練習 收穫甚豐

曾經是隊內著名「喊包」，不過杜凱琰在東京奧運無論是技術還是心理素質明顯更為穩定，她坦言在內地集訓令自己獲益良多，特別是受到國家隊不斷挑戰自我的精神所感動。

港乒素來與內地乒壇關係密切，杜凱琰坦言自己相當幸運，自加入港隊後就得到很多到內地交流的機會，特別是東京奧運前一年更是大部分時間跟隨國家隊練習。她指除了技術上的快速提升，更重要的是心理上受到這班世界頂尖球手的諸多啟發：「港乒球隊比較多機會到內地集訓，尤其是奧運前，對我們拿到奧運獎牌幫助好大，除了可以每天和最頂尖的運動

員一同訓練切磋，最重要是親眼看到他們那種精益求精的精神，每天練完三節後晚上還會加練，對我而言是很大的激勵，希望跟隨他們一起挑戰自己極限。」

除了實力上的提升，杜凱琰更收穫了友誼，與國家隊成員王藝迪成為好友，更與她一起過新年：「在內地集訓時與王藝迪關係最好，休息和食飯都會一起，尤其是新年時，她知道我在異鄉沒有家人陪伴，會特別照顧我。」

杜凱琰認為隨着大灣區發展愈來愈好，希望更多兩地運動員可以像她一樣得到交流機會，繼續增進友誼和提升彼此水平。



◆國家隊與港乒一家人合影。資料圖片

黃德森冀延續奧運熱潮育新血



港乒女團歷史性奪得奧運銅牌，香港乒總也迎來新人新氣象。著名前風帆運動員黃德森(左圖)新出任乒總行政總裁，他希望能延續奧運後的運動熱潮，助香港乒乓球運動更為普及，為港隊培養更多新血。

曾做過運動員、教練及運動機構管理層的黃德森上任成為乒總新行政總裁，他認為香港乒乓球運動近年發展成果有目共睹，希望藉進一步推動本地乒乓球運動

普及化吸引年輕一輩加入，從而為港隊提供更多新血：「要吸引年輕人和小孩加入乒乓球運動行列，必須在宣傳、贊助及機制上盡善盡美，結合運動和教育，令父母安心讓孩子投入乒乓球。此外亦要建立質量與數量兼備的梯隊，讓有潛質的球手發展空間更大。」黃德森表示香港乒乓球運動經過多年努力下已擁有厚實的基礎，加上奧運獎牌效應，有信心未來發展會更上一層樓。