



# 今三代同堂出戰港珠澳半馬

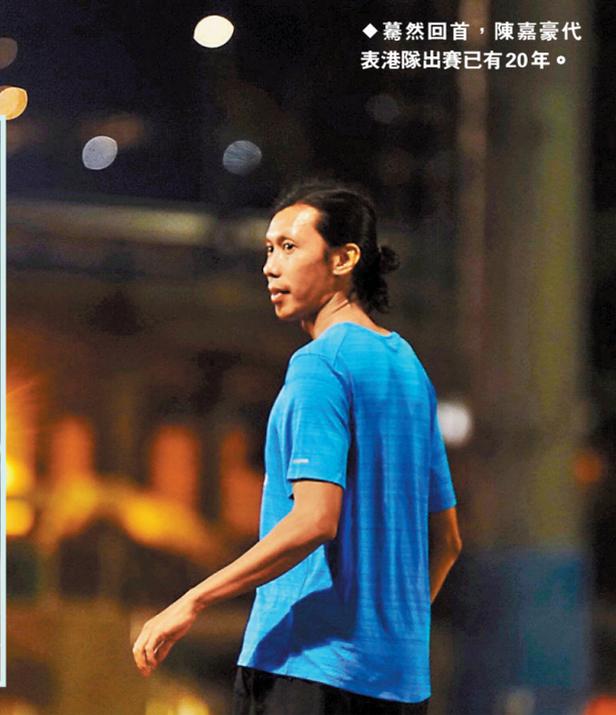
## 陳嘉豪

◆圖／文：香港文匯報記者 郭正謙

距離首次披起港隊戰衣已有20年，39歲的陳嘉豪極可能在今日舉行的「港珠澳半馬」迎來港隊生涯的謝幕戰。一場疫情打亂了他的退役大計，未能在高峰引退難免遺憾，但陳嘉豪仍為自己尚有機會披起港隊戰衣而感恩，作為一名跑而優則教的跑手兼教練，能夠在一場「三代同堂」的賽事中告別港隊生涯，也算是畫上一個完美句號。



◆陳嘉豪（左）與曾曉彤師徒一起練習。



◆驀然回首，陳嘉豪代表港隊出賽已有20年。

# 行港隊畢業禮

「新冠肺炎」四個字隨着世界全面復常逐漸被淡忘，但對陳嘉豪而言，這場疫情所造成的影響已不可逆轉：「2019至2020年是我（長跑生涯）另一個高峰，連續破了幾個項目的PB（個人最佳時間），想着可以再拚一次全馬（42.195公里）好成績，但一場疫情爆發，別說破紀錄了，連比賽的機會也沒有，甚至生計都受到影響。」

心裏那團火本已澆熄大半，但適逢排名前列的香港跑手上周已參加亞錦賽，陳嘉豪得以在今次「港珠澳半馬」再次披上港隊戰衣。他感嘆冥冥之中真有主宰，讓自己有機會可以彌補遺憾：「幾個星期前剛好看到社交網站的回憶帖文，看到自己第一次入選港隊的照片，過幾日就收到田總的來電通知我入選港隊，感覺真的很奇妙，會好好珍惜這次機會。」

## 在「最後一舞」中找回初心

採訪當日陳嘉豪一直想要多拍自己身穿港隊隊服的照片，擺盡各種「甫士」任影唔嚟，他一邊拍一邊笑說：「最後一次了，多拍一點。」年紀愈大傷患愈多，陳嘉豪坦承要與年輕力壯的後起之秀們爭強鬥勝未免太「超現實」，但自己卻在這次「最後一舞」中找回初心：「今次應該是

最後一次代表港隊了，心情卻與第一次入選港隊時一樣，既緊張又興奮，會擔心自己跑得不好，其實我以前代表港隊都很自信不會緊張，可能真的是最後一次了，心裏只想着要跑得『好好睇睇』。」

雖然前幾年在高峰中「榮休」的大計被打亂，陳嘉豪慶幸自己仍有好好準備港隊告別戰的機會，對生涯充滿變數的運動員而言，這份幸運並非必然：「不是每個運動員都有機會迎接代表港隊的最後一戰，因為傷患以及種種因素，很多人無聲無息消失於港隊名單之中，自己有今次機會其實算是幸運。」

## 相信香港長跑水平愈來愈好

今次「港珠澳半馬」港隊由陳嘉豪率領張耀樑、莊司揚、湯樂倫及曾曉彤四名弟子出戰，他表示這個「三代同堂」的陣容令自己的港隊「畢業禮」更加完美：「我看到這個陣容，便想起世界盃時看過一張『五代』美斯同場練波的照片，不時會想起自己整個跑步生涯，記得當年香港主辦東亞運動會自己第一次入選港隊，當時和隊友說過待香港再次主辦東亞運，一定要再次一起參賽，今次能代表港隊出戰東亞錦標賽（與「港珠澳半馬」同時舉行），總算完成了當年的承諾，看到徒弟們逐一

接棒，亦是港隊三代跑手之間的傳承。」

「渣馬」已成為本地體壇標誌性盛事，而今次「港珠澳半馬」將來亦有望擴大規模，成為另一項名揚國際的長跑盛事。陳嘉豪表示疫情後本地跑步氣氛愈趨熾熱，商界對跑手的贊助亦愈來愈多，如果有更多這種大型長跑賽事，相信香港長跑水平會愈來愈高：「其實近年年輕跑手的水平提升得很快，如果有更多大型比賽舉辦，相信本地長跑水平會愈來愈好，畢竟對跑手而言，規模愈大的比賽，愈更有動力去追逐目標，我對香港的未來長跑發展非常樂觀。」



◆師徒二人共同備戰今日舉行的「港珠澳半馬」。

## 曾曉彤爭勝心強 陳嘉豪讚前途無量

香港文匯報訊（記者 郭正謙）作為本地知名跑手兼教練，陳嘉豪絕對稱得上桃李滿門。今次「港珠澳半馬」其餘四名跑手均是他的學生，而曾曉彤正是他的得意門生之一，陳嘉豪讚揚她有着「一顆與外表不相符的爭勝心，擁有成為一位長跑好手的一切條件，相信她將來可以成為本地長跑界的未來之星。」

雖然小學已是田徑隊成員，不過曾曉彤卻不是那些從小夢想成為運動員的勵志故事的主角，接觸長跑只是因緣際會，首次參加渣馬（10公里比賽）47分鐘完成亦只是玩票性質，但不服輸的態度卻讓她跑之路愈走愈遠：「我在大學修讀的是金融管理，與運動完全無關，亦從來沒想過成為運動員，當初只是抱着減肥的心態參加跑步班，嘉豪教練不時會約我去慢跑，不過他們的慢跑也比我快很多，我心想只要不停步，總會追得上，後來疫情關係，愈來愈多時間練跑，不知不覺就成了『全職跑手』。」

今次「港珠澳半馬」是陳嘉豪和曾曉彤首次師徒同場比賽，亦很大機會是最後一次，曾曉彤笑言有幸近距離見證教練的港隊「最後一舞」，至於陳嘉豪則看好這位得意門生能夠成為港隊的中堅力量：「曾曉彤的鬥心很強，落到場是另一副面孔，當然她目前經驗尚淺，但她擁有成為一位出色馬拉松跑手的條件，只要她有足夠的資源和協助，累積更多比賽經驗，絕對有能力脫穎而出。」



◆曾曉彤有着一顆與外表不相符的爭勝心。香港文匯報記者郭正謙攝

# 高亭宇冀全新的自己戰米蘭冬奧



◆高亭宇無緣頒獎台，但仍滿意自己的表現。香港文匯報記者 任芳韻攝

香港文匯報訊（記者 任芳韻、趙一存 北京報道）18日晚間，國際滑聯速度滑冰世界盃（北京站）結束第二個比賽日的爭奪。在男子500米第二次A組決賽中，冬奧冠軍高亭宇以34秒94獲得第4，無緣領獎台。高亭宇賽後接受媒體採訪表示，目前的參賽「步伐」比預期的慢，未能登上領獎台有遺憾也有所收穫，他對自己本次比賽的整體表現滿意。談及米蘭冬奧會，高亭宇表示屆時自己的備戰節奏和今年一樣，到冬奧會前讓外界重新認識自己。

對於此次比賽成績，高亭宇表示，從B組「突圍」獲得參加A組資格，並最終獲得第四名的過程比預期慢一些，但整體來說，教練組、團隊配合都很好，只是比賽時因為同組選手的原因，出彎道時有一點小意外，讓速度降

了下來。

此前高亭宇接受媒體採訪時透露自己仍然受到傷病影響，在賽前拉傷了小腿。面對記者有關年齡的提問時，他開起玩笑，「說我歲數大了嗎？是這個意思嗎？」然後表示，自己的經驗更豐富了，但確實也受到更多的傷病困擾。在評價自己這兩天的表現時他說：「我感覺自己準備得還是非常充分的。」同時，他表示「已經做到最好的自己了。」

接下來，高亭宇還將奔赴挪威和波蘭比賽，征戰本賽季世界盃第三站和第四站比賽，隨後回國參加第十四屆冬季運動會。

談到米蘭冬奧會，他說，「米蘭冬奧周期前兩年可能不會再出現在賽場上，真正到米蘭冬奧會的時候就會讓大家重新認識我，就跟這次在北京站的比賽一樣。」

# 七欖奧預賽 港男女隊晉4強

香港文匯報訊（記者 陳曉莉）巴黎奧運七人欖球亞洲區資格賽昨在日本大阪展開首日較量。香港男隊連勝三仗，穩入4強，今與中國國家隊爭奪小組首名出線；女隊則在小組賽連挫印度及關島後以0：50不敵亞運冠軍中國國家隊，次名晉級4強，今與日



◆港男隊（白衫）昨以53：0大勝泰國。Asia Rugby圖片

本爭入決賽。巴黎奧運男、女子七人欖球賽各自有12個參賽名額。其中在亞洲區資格賽，取得男、女子冠軍的球隊將直通巴黎，男、女子第2及第3名則落入明年6月23日的世界區選拔賽。

昨日的小組賽，作為頭號種子的港男隊首仗面對泰國，由於雙方實力相差較大，港隊攻勢不減，最終在4次連陣下以53：0大勝對手。之後的兩仗，港隊同樣未逢敵手，分別以52：0及24：0血洗新加坡與阿聯酋，取得三連勝，穩入4強。今與中國國家隊爭奪小組首名出線。

女子組賽事，港隊昨先以29：5輕取印度旗開得勝，其後再以48：0「零封」關島。惟在小組最後一場賽事，面對強大的中國國家隊，港隊力拚之下以0：50敗陣，但仍以次名晉級4強，今與日本爭入決賽。

# 晏高今全力衛冕FIA GT世界盃

香港文匯報訊（記者 陳曉莉）上屆澳門GT盃—FIA GT世界盃冠軍晏高及其平治—AMG隊友真卡迪拿，昨天順利完成在澳門東望洋賽道上舉行的FIA GT世界盃選拔賽。代表香港Craft-Bamboo Racing車隊出賽的衛冕冠軍晏高以2分16.853的成績獲得第2位；真卡迪拿則以第9名完賽，時間為2分17.235。

晏高及真卡迪拿昨一開賽已表現勇猛，起步已火速分別成功搶上第2及第4位。比賽及後由安全車帶領數圈，賽事繼續後，來自西班牙的真卡迪拿於葡京灣前幾近成功爭上第3位，可是卻在出彎時被對手迫到牆上無路可走。儘管戰車受損，但真卡迪拿仍保持戰力並以第9位完賽。衛冕冠軍的晏高在開賽火速搶上第2位後，一直保持有利的進攻



◆晏高（右）賽後接受眾人的祝賀。

位置。但由於比賽後段有其他賽車發生重大意外，賽會出示紅旗暫停比賽，賽道清理完成重開後只餘下兩圈賽事，於有限的時間內位置並沒有變動，最終晏高以第2位完成選拔賽。

FIA GT世界盃將於今午進行16圈的正賽，晏高與真卡迪拿將會竭盡全力爭奪世界冠軍寶座。

# 上海女排時隔三年重返主場

香港文匯報訊（記者 夏薇 上海報道）時隔三年，隨着2023-2024排超聯賽的舉行，上海女排本周再度回歸主場——上海市盧灣體育館進行比賽。18日，上海女排主場迎戰廣東女排，球館內舉行了隆重的頒獎典禮和開球儀式。

本次頒獎典禮將「最佳新秀獎」頒給了丁浩成和楊舒茗，「最佳人氣獎」則由上海莘莊工業區隊獲得。在第十四屆全運會氣排球項目中，上海莘莊工業區女子氣排球隊以七戰全勝的優異成績斬獲冠軍，這也是上海在氣排球項目上的首金。記者獲悉，今

後，上海排球協會將每年舉辦一次頒獎盛典。

賽前，上海光明優倍女排俱樂部代表、上海排球運動中心主任陳皓峰向記者介紹，上海女排姑娘們積極通過訓練和熱身賽來磨合了陣容，提升球員間的默契度和化學反應。今年，上海女排依舊引進了「老朋友」墨西哥主攻布里西奧為球隊主攻位置補強，目前正在與球隊磨合。在新賽季，球隊將彌補自己的弱項和不足，繼續向最高目標發起衝擊。

另外，上海市排球協會還與韓國人參公社達成戰略合作協議，上海市排



◆上海市排球協會與韓國人參公社達成戰略合作協議。香港文匯報記者夏薇攝

球協會會長張大鐘透露，下一步或將促成韓國女排和上海女排交流互訪。