

# 何宛淇：只要相信 沒有不可能！

## 夥拍謝德樺彌補上屆遺憾 堅持信念實現殘奧雙金夢

在巴黎殘奧會個人賽奪金的何宛淇夥拍謝德樺出戰硬地滾球混合雙人賽BC3級決賽，以5：3擊敗韓國組合奪得金牌，連同隊友龍子健日前在男子BC1級個人賽封王，打破香港硬地滾球隊在2004年雅典殘奧寫下的單屆兩金紀錄。「只要相信，沒有不可能。」今屆累積兩金的何宛淇如是說。殘疾運動員在賽場上奮力拚搏、挑戰極限、超越自我，他們比任何人都更鬥志昂揚，一往無前，才踏上殘奧頒獎台。這天，何宛淇在奮戰逾十年終在第三屆殘奧兩度登峰，隊友梁育榮亦以一面雙人賽銀牌，為自己力保A+精英資助，延續硬地滾球生涯。他們以無人知曉的血淚告訴我們，一切離不開堅持信念。 ◆香港文匯報記者 葉詩敏



楊潤雄(後排中)當天身處比賽場館，向奪金的何宛淇(前排右)和謝德樺(前排左)，以及他們的教練和支援團隊送上祝賀。 政府新聞處圖片



▲何宛淇(右)夥拍謝德樺再奪硬地滾球混合雙人賽BC3級金牌。 中國香港殘疾人奧委會圖片



◀何宛淇和謝德樺在比賽中。 中國香港殘疾人奧委會圖片

在個人賽摘下金牌的何宛淇，與謝德樺在雙人賽過關斬將，闖入當地時間周四晚的決賽，繼續發揮水準。首局以準繩球路領先3：0，謝德樺最後一球落點靠近白波，連他自己也不禁興奮歡呼。次局世界排名第2的韓國對手反擊追回3分，雙方戰成平手。關鍵第3局，韓國的鄭豪源出球偏差，港隊以1分優勢再度領先；第4局何宛淇在對手藍球形成屏障後，冷靜地造出精彩的紅球滾到白球前，港隊保持優勢再得1分，終贏5：3奪金，為硬地滾球賽事煞科日畫上圓滿句號。

何宛淇與謝德樺在巴黎大皇宮彌補東京殘奧「梗頸四」的遺憾。堅持多年終嘗殘奧金牌滋味，第三度征戰殘奧的何宛淇賽後難掩激動說：「真的好開心，因為我們終於做到了。我們等了那麼多年，努力那麼多，終於做到。原來只要相信，是沒有不可能！」

回想3年前東京殘奧痛失獎牌，30歲的何宛淇坦承：「就是那個遺憾，才令我們更加把勁，去繼續衝我們的目標。」她直言因追逐夢想犧牲了陪伴家人的時間，「特別是這幾年，大家都好努力。我相信大家除了訓練時間和比賽，基本上好少時間陪屋企人朋友，可以話是『有朋友』。好多時朋友約我們飯飯去玩，好多都推掉。」何宛淇的丈夫、同是她的管道助理員李榮傑賽後把太太抱起來慶祝說：「我們終於做到了，等了好多年。」

39歲的謝德樺指上屆與獎牌擦身而過，今屆能夠贏得金牌十分興奮，這更是他的首面殘奧獎牌。謝德樺的管道助理員劉煒麒說：「我們奮鬥了好耐，承諾過好多東西，終於成功，所以真的好開心！好興奮！」

### 梁育榮不言退 再戰洛杉磯

何宛淇是繼2004雅典殘奧奪兩金的大師兄梁育榮後，再次於單屆殘奧奪得個人及雙人賽「大滿貫」的港將。39歲的梁育榮雖在個人賽8強止步，他其後夥拍張沅獲得混合BC4級雙人賽銀牌。前者坦言賽前有壓力，若無法在殘奧奪牌，他就無法保持現有的每月約4萬港元精英運動員甲+資助，要降級至體院精英甲約24,200元月薪。如今順利摘下銀牌，他也鬆了一口氣說：「最終達成了，對未來4年好有幫助。」

這是梁育榮第六度征戰殘奧會，這面銀牌是他第七面



◆楊潤雄向張沅(右)和梁育榮(左)送上祝賀。 政府新聞處圖片

殘奧獎牌，而賽前賽後他未嘗言退，希望4年後在洛杉磯「再爭過」。

### 李家超 楊潤雄祝賀港隊添一金一銀

行政長官李家超向得獎運動員和他們的教練致以衷心祝賀。李家超說：「四位運動員在比賽中全力以赴，發揮團體合作精神，展現精湛技術。梁育榮更是今屆第六次代表中國香港參加殘奧會，並再度登上頒獎台，成就斐然。」李家超又指：「四位運動員的出色表現和專業態度，使我和全港市民引以為傲。我呼籲市民繼續關注中國香港代表團的動態，支持香港運動員。」文化體育及旅遊局局長楊潤雄表示：「中國香港代表團在賽事中保持高度專注，展現過人戰術和精準技巧，我親身看到運動員分別在各自的雙人賽中奮鬥，感到無比振奮，這優異佳績固然是運動員努力的成果，但教練、醫護和支援團隊同樣功不可沒。」

### 港隊硬地滾球3金2銀佳績收官

港隊今屆在硬地滾球大豐收，共奪得3金2銀。龍子健先在男子BC1級個人賽摘金，之後何宛淇在女子BC3級個人賽封后，再在BC3級混合雙人賽夥拍謝德樺奪金。BC4級的張沅就獲得兩面銀牌，她先在女子BC4級個人賽得銀牌，再與梁育榮在BC4級混合雙人賽奪銀。

## 鍾婉萍首度「守尾門」 求教心理專家緩解緊張



◆(左起)余翠怡、鍾婉萍、湯雅婷和范珮珊賽後合影。 中國香港殘疾人奧委會圖片

香港文匯報訊(記者 張發兒)巴黎殘奧會輪椅劍擊花劍團體賽當地時間周四晚上演，港隊在銅牌戰以33：45不敵意大利，無緣踏上頒獎台。首次在團體賽為港隊「守尾門」的鍾婉萍，更特意在賽前尋找心理學家的支援。

被列為4號種子的港隊於輪椅劍擊花劍團體賽8強以45：38擊敗烏克蘭，再在4強以29：45不敵頭號種子匈牙利，隨後於銅牌戰上以33：45負意大利，無緣踏上頒獎台。第一次征戰殘奧會的湯雅婷認為自己發揮未算太好：「早兩日的比賽狀態不錯，但今日(周四)開始有點累，大家的目標就是去爭銅牌，但自己有點手軟，感覺不是太發揮到。」

鍾婉萍就在銅牌戰後備上陣出戰最後一局，她賽後指這次是生涯首次負責「守尾門」，因此在賽前特意尋求心理學家幫助：「害怕自己想得太多導致影響發揮，所以找港隊心理學家支援。」鍾婉萍續稱：「最後就是盡力做好賽前部署，但對手打法有些變化，跟之前分析的不同，自己打起來不算順暢，今次我也有感受到(余)翠怡平常負責最後一局的緊張。」鍾婉萍賽後「眼濕濕」：「團體賽已經準備了很久，對烏克蘭亦不是一場容易的比賽，擊敗烏克蘭後都會有期望，若然奪得銅牌會很開心。現時就算結果不似預期，完成賽事後覺得感動。」鍾婉萍又認為今次殘奧整體感覺比上屆好：「由於疫情，東京殘奧有很多限制，在出發前往東京前有一段時間沒有打國際賽，因此比較緊張。」她續稱今屆自己準備得更加充足，雖然在花劍項目成績可能不算太突出，但覺得整體已較上屆好。

曾在殘奧贏得兩面金牌的范珮珊相隔兩屆再度征戰殘奧，范珮珊表示今屆是希望陪伴後輩出戰團體賽：「我已經打了20多年劍擊，想盡能力打到最好，完成今次殘奧後會慢慢去找新方向。」

## 國家隊日取12金 夏殘奧突破600金



◆國家隊選手(右至左)盧冬、張麗、王李超、郭金城、蔣裕燕、王金剛、姚煒、鄒連康在頒獎儀式上。 新華社

香港文匯報訊 巴黎殘奧會當地時間5日多個項目迎來收官之戰。綜合新華社和中新社報道，中國軍團在游泳、田徑、乒乓球、輪椅劍擊、硬地滾球、盲人柔道和舉重賽場收穫12面金牌，夏季殘奧會金牌總數突破600枚。

國家殘奧游泳隊再獲2金3銀2銅。在男子50米自由泳S5級決賽，中國隊再次上演大包攬，郭金城、袁偉譯、王李超分別獲得金銀銅牌。其中，郭金城29秒33的成績打破他在去年世錦賽創造的29秒78世界紀錄。男女4×50米混合泳接力20分決賽，是當日游泳賽場的收官戰，由盧冬、張麗、王李超、郭金城組成的國家隊獲得冠軍，並以2分24秒83成績再次打破世界紀錄。這枚金牌是國家隊本屆殘奧會的第70金，也是中國自1984年殘奧會摘得首金以來，中國軍團收穫的第600面夏季殘奧會金牌。

國家隊田徑賽場日進4金3銀4銅。在女子100米T37級決賽，26歲的文曉燕以12秒52刷新殘奧會紀錄。這是她本屆殘奧會獲得的第三金，也是第三次衛冕。日前她已分別在女子跳遠和女子200米T37級蟬聯冠軍，第三次參加殘奧會的她已獲得8枚殘奧會金牌。

在女子鉛球F64級決賽，姚娟和楊月分別獲得金牌和銅牌。今年40歲的姚娟第七次參加殘奧會，收穫6枚金牌，實現田徑三大投擲項目(標槍、鉛球、鐵餅)的殘奧會金牌大滿貫。在男子800米T54級決賽，國家隊選手金華和代雲強包攬冠亞軍，金華的成績創造了新的殘奧會紀錄。國家隊輪椅劍擊隊包攬男女花劍團體雙冠。在硬地滾球混合團體BC1/BC2級決賽中，由藍智堅、嚴治強和張琦組成的中國隊7：6擊敗印尼隊，奪得巴黎殘奧會第二枚硬地滾球金牌。

## 十金五連霸 馮攀峰「攀」上巔「峰」



◆馮攀峰在比賽中慶祝。 新華社

香港文匯報訊 據新華社報道，巴黎殘奧會乒乓球賽場5日的男單3級決賽中，衛冕冠軍馮攀峰僅用18分鐘便以3：0輕取老對手、德國選手施米德貝格爾，繼男雙和混雙冠軍後，奪得在本屆殘奧會的第三枚金牌。

34歲的馮攀峰將個人職業生涯推向新高峰。他的殘奧會金牌總數達到10枚，在男單3級這級別的比赛保持不可撼動統治力，自2008年北京殘奧會至今，連續五屆賽事蟬聯金牌。馮攀峰和2008年第一次參加殘奧會相比，現在心態發生了很大變化，但他說不會把過去的成績帶入現在的比賽。「當時想着能拿到一枚金牌就心滿意足了，後來作為衛冕冠軍參賽就有了壓力。比賽不會一帆風順，有時落後，有時領先又被反超，有時對手拿到賽點，我又奪回來。大家看到的是五連冠，其實每場比賽過程都很艱辛。我性格嚴謹，訓練不偷懶，這個紀錄是對多年努力訓練的肯定。」馮攀峰說。

在輪椅乒乓球運動員中，馮攀峰手臂相對較長，佔一定優勢；打法上擅長反手長膠，時常給對手造成很大壓力，迫使對手強行在正手上打出威脅球，同時也會造成對手更多失誤，給馮攀峰一擊致命的機會。馮攀峰的偶像是中國乒壇名宿鄧亞萍。多年前，鄧亞萍在北京給他專門指導過反手長膠技術，讓他記憶猶新、受益匪淺。馮攀峰在賽場上打球也和鄧亞萍當年一樣富有激情，每贏下一分球都要大喊一聲，「我的比賽多、賽程密、精力消耗大，會感到疲憊。到了賽場有時還是不想動的狀態，需要激情調動自己。」馮攀峰說。

「接下來應該還會繼續參加比賽。大家對我的技術特點和風格越來越熟悉，以後要贏球可能也越來越困難。我需要在技術上有一些大膽的改變和突破，才能在未來競爭中處於有利位置。」馮攀峰說。