

# 年輕港將搶手掀北上熱潮

## 梁諾恆寄語後輩 跳出舒適圈

●梁諾恆已效力浙江FC四年。浙江FC微博

於杭州亞運會歷史性成為殿軍，去年更是56年來首度晉身亞洲盃決賽周，港足這兩年為球迷帶來無數驚喜，一眾港腳的出色表現亦成功吸引到內地球會的眼球。近年香港球員轉戰中超中甲球隊的數字屢創新高，目前更多達11人，以往獲內地球隊邀請加盟的主要是入籍球員或成名球星，不過近期獲青睞的卻大多是年輕的新香港腳，陳晉一、余在言及孫銘謙等「00後」小將相繼加入內地足球壇，有5年征戰中超中甲經驗的梁諾恆寄語一眾後輩要不忘初心，「如果想舒服，北上不會是一個選擇，做球員一定要有追求，無論為證明自己、賺錢還是爭成績，都是一個推動力。」

●梁諾恆(左)強調，做球員一定要有所追求。浙江FC微博



### 中超中甲香港球員列表

陳晉一	上海申花
孫銘謙	天津津門虎
茹子楠	梅州客家
梁諾恆	浙江FC
安永佳	深圳新鵬城
周緣德	大連英博(租借)
勞烈斯	廣西平果哈嘹
賓紀文	蘇州東吳
杜國樑	南京城市
徐宏傑	雲南玉昆
余在言	石家莊功夫

賺錢還是爭成績，都是一個推動力。」 ●香港文匯報記者 郭正謙



●陳晉一(右)現效力上海申花。資料圖片



現年30歲的梁諾恆五年前加盟中甲球隊梅州客家，翌年轉投浙江FC(前名杭州綠城)並協助球隊升上中超。對於近年愈來愈多香港球員獲得北上效力的機會，他認為是個長時間的累積過程，「我覺得個趨勢有點像日本球員在歐洲，當然他們是厲害很多。當有球員踢得好，他的出處都會吸引到一些目光，由最早的陳肇麒、梁振邦開始，再到之後的陳俊樂和我，當在內地球壇有一定的表現，一些內地球會自然會留意和發掘香港球員。」另外港足近年有不俗成績，亞運及亞洲盃都有亮相機會，曝光率增加亦令內地球會對香港球員的了解增加，亦更有信心。內地球壇「金元足球」時代已過，近年亦屢次傳出球隊解散的消息，不過論訓練設施、比賽強度以及球員薪酬，仍非港超可以相比，而且按現時規例，中超球會每隊均有一個「內援」名額，讓不佔外援名額的香港球員更為吃香。梁諾恆認為香港球員相對容易累積的國際賽和亞冠經驗亦是吸引力之一，「始終內地球員入國家隊難度很高，也不是很多機會踢亞冠，港腳在這方面是有優勢，傑志和理文等強隊都經常踢亞洲賽，而港足亦有機會踢亞洲盃，對過伊朗等亞洲頂尖強隊，這點也很吸引內地球會。」

### 「要臉皮夠厚」心態是立足內地聯賽關鍵

外流只是起步，能夠站穩陣腳才是真正實力，梁諾恆寄語一眾「後輩」要不忘初心，跳出舒適圈，「如果想舒服，北上不會是一個選擇，做球員一定要有追求，無論為證明自己、賺錢還是爭成績，都是一個推動力。」他表示內地球會一般都擁有訓練基地，較完善的設施對提升球技大有幫助，但除了技術層面，要在競爭更大的內地球壇立足，心態才是至關重要，「盡早融入球隊很重要，亦是一門好大的學問，要適應當地、球隊及聯賽文化，即使狀態再好，如果不能融入球隊，受到場外因素影響，會直接影響表現，『厚臉皮』很重要，和隊友教練以至球會上多溝通，會有助爭取表現。」

隨着中超中甲的香港球員愈來愈多，梁諾恆笑稱「香港打吡」已成日常，他自己也不時和一些在中超效力的港足隊友相聚，互相打氣加油，「現在集訓正好申花和天津隊都在隔壁，有時都會約陳晉一和孫銘謙聊聊近況，互相加油，支持一下對方。希望香港球員會做得愈來愈好，在球壇闖出屬於自己的一片天。」

## 8小時課程學員同覓新樂趣 「欖球素人」組軍以球會友



●「Dreamers」組隊背後的理念——以球會友。 公開供圖

香港文匯報訊(記者 葉詩敏)香港國際七人欖球賽舉行在即，這個本地年度盛事每每掀起欖球熱潮。去年夏天，一班欖球「素人」透過「賽馬會好動城市計劃」的非撞式欖球班，發掘運動的樂趣。非撞式欖球不像7人和15人欖球般有猛烈的衝撞和擒抱，是少數可供男女混合隊伍互相競爭的團體運動之一。

星期日中午的黃竹坑遊樂場，自去年夏天成為了非撞式欖球隊「Dreamers」的歡樂時光。這支球隊中的球員大部分都是第一次接觸欖球(Touch)的「欖球素人」，去年6月才透過參加由香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助的「賽馬會好動城市計劃」(JC FIT CITY)，由零開始學習非撞式欖球。短

短8小時的課程意猶未盡，在教練陳士弘(Mark)鼓勵和帶領下自發組隊繼續訓練，「Dreamers」就此成軍。

### 隊員由零開始接觸非撞式欖球

隊員Jane在去年6月時參加了非撞式欖球班，喜愛運動的她也有打籃球、乒乓球等，惟年前斷了十字韌帶，一度停了運動。她指隊友都是「超級Beginner」(初學者)，幾個月前才聚在一起由球例和打法開始認識這項運動。

由合共8小時的計劃課程，到現在每星期在黃竹坑恒常訓練，Mark坦言JC FIT CITY給了一個機會讓「運動素人」嘗試運動，球隊宗旨是「以球會友」，「我們的班底可以延續下去，繼續享受運動才是最重要的。」



●Jane(左)透過計劃接觸非撞式欖球。 公開供圖

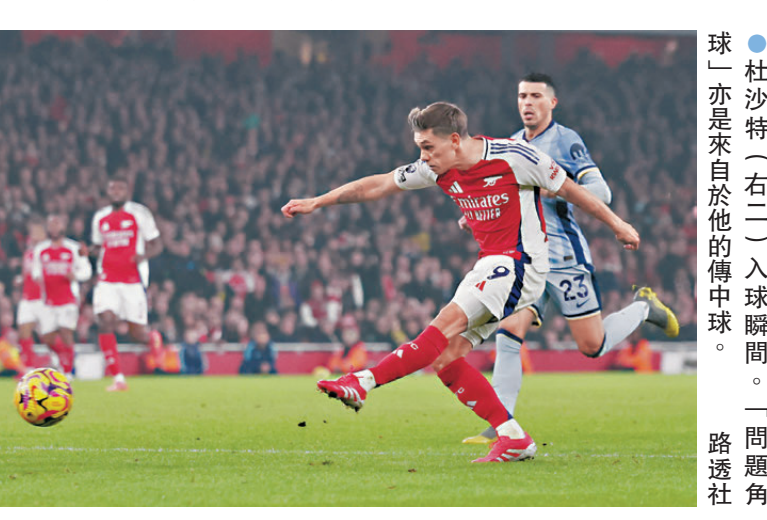
## 阿仙奴雙殺熱刺 「問題角球」惹爭議

香港文匯報訊(記者 葉詩敏 綜合報導)阿仙奴終於重奪勝鼓，但在這場北倫敦打吡大戰贏下三分，其中所入一球卻存在很大爭議。

本港時間周四凌晨(16日)英超周中快車，阿仙奴落後下憑對手的烏龍球及翼鋒杜沙特建功，主場以2:1反勝熱刺，今季在北倫敦打吡「雙殺」宿敵，升上聯賽第2位，落後榜首的利物浦4分，英超對陣「Big6」球隊的不敗走勢增至17場。作客的熱刺在25分鐘由隊長孫興民藉角球攻勢射入得手領先，而「兵工廠」則沉着應戰，40分鐘還以角球攻勢，加比爾馬加希斯衝頂省中蘇蘭基入網，追平1:1。不過，球證判給阿仙奴這個角球卻引起很大爭議，因為杜沙特傳時皮球是先省到柏度樓路身上，再反彈杜沙特腿部碰出底線，故理應判給熱刺龍門球。扳平後4分鐘，阿仙奴再靠快速反擊，由杜沙特勁射破網，成為奠勝入球。

雖然入球存在爭議，但阿仙奴將帥都認為已隊創造的機會更多，配得上三分。中場迪格蘭賴斯直言：「阿仙奴今場有很多機會，我們在上半場明顯主導了比賽，今場本應能取得10球，但在北倫敦打吡贏到2:1亦是一件大事。」而主帥阿達達則表示，球隊多踢一輪下落後利物浦4分，仍在聯賽爭標之列，但同時承認需在冬窗物色攻擊球員。

同日，主場面對護級的狼隊，紐卡索贏得毫不費力，阿歷山大伊沙克上、下半場各入一球，之後還助攻安東尼哥頓破門，大勝3:0的「喜鵲」以1分優勢力壓車路士躋身積分榜前四。



●杜沙特(右二)入球瞬間。「問題角球」亦是來自於他的傳中球。路透社

## 中國金花「止步澳網次輪」

香港文匯報訊 綜合新華社報道，2025年澳洲網球公開賽單打第二輪16日繼續進行，中國女單選手王曦雨、王雅繁和張帥分別負於賽會種子選手，止步次輪。



●王雅繁承認打得不夠冷靜。新華社

## 港車手勇奪 迪拜24小時賽組別亞軍

香港文匯報訊 香港四名賽車運動員，區天駿、許建德、謝榮鍵與余嘯峰組隊遠赴中東參加第20屆迪拜24小時耐力賽(24 Hours of Dubai)，在全場共64部賽車角逐的比賽中以全場第6名完賽，並且在所屬的GT3-Am組別中勇奪亞軍。



●(左起)區天駿、謝榮鍵、許建德和余嘯峰合力取得佳績。 公開供圖

## 東方簽米祖域補後防空缺

香港文匯報訊 為填補丹尼爾受傷「收喇」及代替高素巴耶夫離隊後防空缺，港超球隊東方昨日宣布簽入塞爾維亞外援球員米祖域。現年26歲的米祖域身高1米95，曾效力多支塞爾維亞和克羅地亞聯賽球隊。他表示，香港是一個十分美好的地方：「能來到這裏加入一支有名氣及歷史悠久的球隊是我的榮幸。球隊上下都十分融洽，除了天氣，相信各方面適應上都沒太大障礙。」他表示，自己「已準備好為球隊作出貢獻！」

## 張安達無緣桌球大師賽8強

香港文匯報訊 綜合新華社報道，15日在倫敦進行的桌球大師賽，中國選手張安達以4:6不敵世錦賽冠軍威爾遜，無緣8強。威爾遜雖然勝出，但賽後盛讚張安達的長槍進攻，「從哪兒都能打進去」。前一日，第一次出戰大師賽的中國小將斯佳輝不敵艾倫止步首輪。不過，名將丁俊暉13日戰勝老將威廉斯，將與世界第一的卓林普爭奪4強席位。

## 拜仁德甲半程稱冠

香港文匯報訊 16日凌晨德甲聯賽，拜仁慕尼黑憑利萊辛尼梅開二度、哈利卡尼一傳一射以及基拿比和古里路各入一球，主場大勝荷芬咸5:0，聯賽三連勝後以4分優勢成為德甲半程冠軍。明日凌晨第18輪，法蘭克福上仗大勝弗賴堡近況回穩力守第3位，主場有力贈滑落到第10位的多蒙特三連敗。(Now639台周六凌晨3:30a.m.直播)



●利萊辛尼(左)帶球突破。路透社