

「跨界跑團」星光熠熠穿梭港島

「第十八季搜狐新聞馬拉松」昨日舉行

●「第十八季搜狐新聞馬拉松」昨日舉行。香港文匯報記者孫嘉蔚攝



●黃曉明自言近年來最大的改變是學會放鬆。香港文匯報記者孫嘉蔚攝

由搜狐公司、紫荊雜誌社聯合主辦的「第十八季搜狐新聞馬拉松」昨日在灣仔海濱公園舉行開跑儀式。本季「跨界跑團」星光熠熠，藝人林志玲、黃曉明、蔡卓妍、黃宗澤、呂良偉等以矯健身姿在奔跑中感受香港的都市繁華與自然之美。 ●香港文匯報記者 梁靜儀



▶勞工及福利局局長孫玉菀在台上致辭。香港文匯報記者孫嘉蔚攝

林志玲運動解憂 黃曉明跑馬拉松喻人生



●林志玲、黃曉明、蔡卓妍、黃宗澤等齊集落場跑步。香港文匯報記者孫嘉蔚攝

馬拉松第十八季

●呂良偉帶領現場人士進行深蹲熱身。香港文匯報記者孫嘉蔚攝

本季馬拉松由搜狐創始人、董事局主席兼首席執行官張朝陽領隊，攜手海峽兩岸及香港文體界明星名人，包括林志玲、黃曉明、蔡卓妍（阿Sa）、黃宗澤、呂良偉、鄧萃雯、霍汶希、陳松伶、周美鳳，以及搜狐視頻「關注流」人氣主播與搜狐簽約藝人，共同組成「跨界跑團」。他們以奔跑為媒介，解鎖香港春日新視角，用腳步丈量「東方之珠」的獨特魅力。

除了藝人之外，本季馬拉松還集結了來自運動、漢服、文化、健康、科學、攝影、二次元等領域的人氣主播。比賽設有2公里、5公里、10公里及21公里等賽程，選手由灣仔海濱休閒站出發，途經西環、山頂廣場，最終抵達淺水灣終點。

城市海山風光賞心悅目

香港特區政府勞工及福利局局長孫玉菀亦有出席開跑儀式。孫玉菀在台上致辭時，首先歡迎大家來到美麗的香港。他表示馬拉松選址在香港，相信大家跑完之後，一定會覺得這是正確的選擇。他說：「因為這個城市有個特色，大家一般看的是個摩天的高樓大廈，香港的特色就是海山和大地融在一起，不斷地穿梭之間，所以我相信跑的過程中一直看到高樓大廈，也看到美麗的大海，還有這個青山，所以是可以通過這次的活動充分顯示香港的魅力。香港是一個國際金融貿易有名的大城市，其實我們的山水，還有中西融合的文化，也是值得大家去看的，所以我希望通過今天的活動，展示香港的魅力美麗之處。另一方面，我期待所有參與的選手也可以挑戰自己，為這個城市奉獻你的汗水和力量，好好享受過程。」

搜狐創始人、董事局主席兼首席執行官張朝陽發言時首先感謝紫荊集團和紫荊雜誌社的大力支持，又表示香港是一個他非常熱愛的城市。他讚賞香港是運動天堂，因為這裏不僅有繁華都市，還有山路、台階和美麗海灣風光，能帶來豐富的運動體驗，希望透過馬拉松活動推介這座城市，讓更多網民來港遊玩。

呂良偉帶領現場人士進行深蹲熱身

在開跑前，多位藝人分享了他們的運動心得。黃曉明認為，運動就像是一部情緒釋放的機器，不僅能改善心情，還能讓自己保持更佳狀態。林志玲則表示，她透過運動獲得正能量，並強調擁有正確的人生態度十分重要，希望大家能藉由跑步等運動來紓緩壓力，重拾狀態。至於呂良偉則親自帶領現場人士進行深蹲熱身。

身為媽媽的林志玲分享日常生活，她表示自己平日雖忙於家務及照顧孩子，但做家務時也會敷面膜，希望提醒身為媽媽的女性要好好照顧自己。被問到是否有長期堅持的運動和保持狀態的秘訣時，林志玲表示很喜歡游泳，認為訓練肺活量很重要；做瑜伽也是很好的方式，此外還有跑步和跳彈床，這些都是很好的有氧運動，可以讓自己的心靜下來，流汗排毒。她說，有不開心的事情時，運動也是最好的緩解方式。

談到演員之路能夠趕上華語電影的黃金年代，林志玲自言因拍攝吳宇森的電影《赤壁》而被大家認識。對她影響最大的是認識了業界最優秀和頂級的團隊，令自己更加謙虛，也希望不斷進步，不辜負他們對自己的期望和信任。

黃曉明心態改變學會放鬆

黃曉明形容跑馬拉松就像人生一樣：「爬不上去你也得爬，你可以休息一會，但也有可能就在山腳下不再上去了，那也是一種活法。所以每個人的選擇不一樣，也不是一定要跑到最後才是贏家，對吧？」他又指出，近年來自己最大的改變是學會放鬆，只要自己舒服、開心就是贏家。他還分享，平日會與圈中好友王鶴棣、黃子韜等一起健身，笑言黃子韜胖了，需要加把勁減重。

提到去年報考上海戲劇學院博士研究生學位，可惜最後未能考上，他表示今年會再戰：「因為家中沒有博士，我想成為家裏的第一個博士。」他強調保持學習的重點是喜愛，直言二十多歲時總想找事做，不願休息，但現在不會了，隨着年紀增長心態也會改變。他又透露，今年沒有接拍新劇，認為如果沒有合適的角色，寧願休息。

蔡卓妍自覺體能比以前好

黃宗澤昨日參加五公里賽事

蔡卓妍熱愛打網球 體能改善 黃宗澤首度挑戰馬拉松

香港文匯報訊（記者梁靜儀）蔡卓妍（阿Sa）昨日受訪時透露，為了參加今次馬拉松，她清晨5時便起床。她坦言不習慣早起運動，前一晚也輾轉反側，因為時間太早，但精神狀態仍算不錯。談到她經常運動，跑步應該難不倒她？她笑言動力與難度是兩回事，不過體能比以前好。被問到是否開始愛上運動時，她笑說：「OK的。」熱愛打網球的阿Sa，早前訂下今年目標要打好網球。她透露曾與關智斌一起打球，大讚對方第一次打網球就展現天分。雖然自己打了多年，但也只是險勝對方。她強調自己不是運動員，只是玩玩而已。談到男友林俊賢也十分擅長運動，她笑指男友太厲害了，是另一個層次。被問到是否想追上男友的水平？她笑說不用：「我太慢，他每星期除了工作都會鍛煉，就不要耽誤他的時間，各有各跑，見到就見。」

黃宗澤（Bosco）昨日參加5公里賽事，他坦言早起是一大挑戰，平日很少在街上跑步，多數在健身房運動，今次可算是人生第一次跑馬拉松。Bosco表示終於明白苗僑偉和周潤發所說「跑步會上癮」的意思，他說：「其實都幾開心，在海邊舒服，天公作美，又不算跑得好激烈，好享受，但要慢慢來，因為腳有不少舊患。」Bosco早前斥資7位數在馬來西亞拍戲，他透露這已是第二部有份投資的電影。今次有幾位拍檔參與，始終現時演藝圈較淡，他也希望學習製作和投資方面的知識。他表示影片在韓國取景，目前正進行後期製作，預計今年7至8月上映。

呂良偉表示自己喜歡學武術、學功夫，至今仍保持鍛煉，對工作依然充滿熱情。他寄語年輕人不要「躺平」。他還透露，周潤發（發哥）曾問他是否吃了「防腐劑」，他反而大讚發哥保養得好，每天跑步，且很有耐性陪伴盧海鵬、鄭則仕一起跑步，令他們身體狀況改善，盧海鵬甚至不用再坐輪椅。他又透露剛完成一部荷里活電影的拍攝，這是他首次參演西片，全片以英語演出，對他來說是一大挑戰。

黃宗澤昨日參加五公里賽事。香港文匯報記者孫嘉蔚攝

張德蘭5月首踏紅館開唱

香港文匯報訊（記者子棠）張德蘭繼2012年後，相隔多年再度開唱，亦是入行60年首踏紅館，定於5月30日再舉行《相識是緣份 張德蘭演唱會》，昨日在有關發布會上，獲一眾主辦商與贊助商送贈金味和蛋糕等恭賀，老公楊偉誠亦有到場支持。



●張德蘭獲老公楊偉誠到場支持。香港文匯報記者子棠攝

會上首播張德蘭的新歌MV《活在當下》，分享她入行60年的人生哲學。張德蘭透露為了今次的演唱會合共錄製了4首新歌，錄製《惜緣》和《記親恩》兩首歌時還有點哽咽，而另一首是《快意人生》；更不忘感謝另一半工作繁忙，仍為她的演唱會幫了很多忙。張德蘭受訪時表示希望今個演唱會能把60年的經典金曲及一些大家很少聽到的歌曲，濃縮呈現，與大家一同分享回憶，不過由於歌曲太多，所以也為歌單頭痛；又直言多年來生活規律，方便老公了解她的行蹤，雖為了演唱會全打亂了，但也要適應。她表示正在排舞，事關有些快歌需要舞蹈配合才更加好，還透露也會與觀眾分享自己由小朋友到現在成長的不同階段，以及樂壇的變化。問到會否邀請新生代歌手做表演嘉賓？她稱沒所謂，並謂：「我喜歡學習新事物，會感到很興奮，如《活在當下》這首歌就用了新元素的唱法，而錄製新歌過程中亦作出許多新嘗試，至於表演嘉賓誰屬就要保持神秘。」

憑雙料影后獲廣告商青睞 廖子好自薦做「度橋王」

香港文匯報訊（記者達里）林志玲、廖子好、朱鑑然等人前晚出席時裝品牌活動，吸引不少志玲的粉絲前來，她到場後也向粉絲揮手打招呼，更應傳媒要求大擺心形甫士。早前在商場提水樽鬧事的女子前晚亦有現身，在保安嚴密監視下未見她有怪異行動。



●林志玲明艷照人。香港文匯報記者達里攝

林志玲盡量保持內核穩健

廖子好先後在香港電影評論學會大獎及香港電影導演會年度大獎中奪得「最佳女主角」獎，加上破億票房電影《夜王》帶挈，為她爭取到不少賺外快的機會，她最希望能夠拍廣告，尤其是搞笑類型，說：「我想拍快餐店廣告，因為很多都是搞笑的，我都可以度橋，讀書時候我有拿過最佳導演的，近期都想學AI創作短劇。」



●廖子好和朱鑑然前晚碰頭言談甚歡。香港文匯報記者達里攝

林志玲早前在台灣出席活動後隨即到醫院就診，健康狀況令人擔心，事後她的經理人表示林志玲只是做例行身體檢查。而前晚見志玲也精神奕奕、明艷照人，她更用粵語向大家打招呼：「大家好，我係志玲，好耐無見，你哋好嗎？」司儀大讚志玲給人溫柔、時尚和自信的印象，是現今女性的典範，志玲表示要保持這種狀態，主要靠做運動、多喝水和保持正面心態，內在的話就要找到穩健的內核力量，包括情緒管理、遇到困難時要有面對和解決的勇氣，相信有歷練的女人可以更加有智慧。早前志玲被拍到在橫店開工拍劇，她透露其角色是一個背負着枷鎖的女人，沒有任何選擇下仍渴望自由，是當時女性的寫照。