



●劉慕裳(右)與土耳其男子個人形「世一」Eray Samdan出席啟德武臺啟動禮，分享習武心得。



●啟動禮現場設有空手道示範。



●(左起)馬嘉敏、王思敏、Eray Samdan、William Thomas、董依然與劉慕裳齊聚啟德武臺。

# 「世一」劉慕裳分享巔峰心法

## 現身啟德武臺啟動禮傳承武道

由飛越啟德、Be SMOVE Karate合辦、青途及啟德體育園協辦，並獲滙豐贊助的「啟德武臺2026香港競技空手道公開賽」在3日假啟德體育園展開。大會昨日(4日)舉行活動啟動禮，香港空手道「世一」女將劉慕裳(Grace)席間分享邁向巔峰的鬥志與堅持，以及隨退役名將、東京奧運金牌珊翠斯(Sandra Sanchez)訓練的點滴。

●圖/文：香港文匯報記者 葉詩敏



●劉慕裳(左二)為在場小參賽者打氣。

賽事首度於啟德體育園盛大舉行，更邀得空手道女子個人形「世一」兼世界冠軍劉慕裳，以及土耳其男子個人形「世一」Eray Samdan親臨分享和指導，推動社區體育發展與傳承。劉慕裳近年成績驕人，連奪亞錦賽、世錦賽、世運會、K1聯賽年終冠軍及世界排名第一。談到今年九月於名古屋舉行的亞運會，她坦言即使現時已貴為世界冠軍，並挾多個冠軍名銜出戰，心態仍然不變「每一次落場，都是我重新給大家認識的感覺，因為我每一次出來比賽，水平每一次都提高了，是一個新的我，每次都是用這個態度去面對每一個比賽。」

### 受名師感染學會放鬆

她坦言這一屆亞運會唯一「特別」之處，是在空手道發源地日本上演，「是硬仗來的，在日本主場打。但Sandra(珊翠斯)可以在東京奧運贏金牌，決賽對日本也可以，證明給我看是有這個(奪金)可能性。」

提到珊翠斯，這名西班牙名將在退役後成為劉慕裳的教練，Grace指自己深受其樂觀性格感染，「她很樂觀，以前我練習時練得不好，我會很低落，一整天鑽牛角尖找解決方法，但其實帶着這種情緒未必可以找到出路，第二天練習又可能卡住了。但是她教曉我如何放鬆，以及相信身邊教練或訓練夥伴，我要相信別人看到的我，表現出來是好的。」正是劉慕裳對自身要求之高，追求完美和極致，令她登上世界之巔。

### 永不自滿心態迎亞運

她笑言Sandra的優點令人折服，「她的自信的無法抵擋，即使退役了都自信爆棚，她退役幾年都打得那麼好，我是當打那個，成績還一直上升，我沒有理由會輸給她，一起練習是良性競爭。」她坦言即使已成為世界冠軍，仍有追求完美的空間，永不自滿。她將在下周出發往四川備戰聯賽。

香港文匯報訊 綜合新華社報道，2026年全國田徑投擲項群賽(第二站)周五(3日)在四川成都結束，巴黎奧運會季軍趙杰以78米22的成績刷新塵封12年的女子鏈球亞洲紀錄。

## 趙杰刷新女子鏈球亞洲紀錄

全國田徑投擲項群賽前兩站比賽在一周之內在成都「背靠背」舉行。3月29日至30日進行的首站比賽中，23歲的江蘇名將趙杰就投出77米61，將個人最佳成績提升了1厘米。4月3日的第二站比賽，她延續火熱狀態，第一投造出77米31，第二投更一舉突破78米大關，以78米22的成績改寫了師姐王輝在2014年造出的77米68的亞洲紀錄。王輝此前的亞洲紀錄也是在成都創造。

這也是本賽季以來誕生的第五項田徑項目全國紀錄。此前，豐配友、李晨洋、邢家梁、陳興華先後打破了男子馬拉松、男子撐竿跳高、男子鉛球和男子室內七項全能的全國紀錄。

此外，東京田徑世錦賽銅牌得主、山東隊的19歲小將張家樂當日也投出77米15的好成績，距離自己保持的世界青年紀錄僅差9厘米，最終獲得亞軍。陝西隊高瑾堯則以73米17獲得第三名。



●趙杰以78米22刷新女子鏈球亞洲紀錄。新華社



## 孫穎莎絕地反勝闖澳門賽四強

香港文匯報訊(記者 葉詩敏)世界「一姐」孫穎莎昨日(4日)在澳門乒乓球世界盃女單八強賽中上演驚天逆轉，面對年僅十八歲的埃及新星高達(Hana Goda)，力爭衛冕的孫穎莎在決勝局處於出局邊緣下，勇救兩個賽點，終以總局數4:3險勝，闖入四強。

比賽初段，孫穎莎憑豐富大賽經驗及扎實功底，以13:11及11:8先下兩城。然而，世界排名第26位的高達並未氣餒，更展現出遠超年齡的心理素質與戰術韌性。第三局成為賽事分水嶺，高達在孫穎莎手握四個局點情況下絕地反擊，以16:14扳回一城。隨後高達打出手感，憑刁鑽落點連贏11:5及12:10，大比分3:2反先，將世界第一的國乒逼入絕境。

### 埃及新星輸波贏掌聲

不容再失的孫穎莎在第六局放下包袱，加快進攻



▲埃及新星高達賽後哭成淚人。新華社

節奏，以11:3大勝將比賽拖入決勝局。第七局戰況驚心動魄，高達開局一度大幅領先，並以10:8率先取得兩個賽點，距離擊敗「一姐」創造歷史僅一步之遙。

站在懸崖邊的孫穎莎此時展現出頂級球手的「大心臟」，頂住巨大壓力連接得分，以13:11艱辛鎖定4:3勝局。惜敗的高達賽後淚灑賽場，但其出色表現贏得了全場觀眾的掌聲與尊重。

孫穎莎賽後受訪時對這位非洲小將給予高度評價：「她非常年輕，也創造了非洲的歷史。我這場狀態有起伏，落後時馬導(馬琳)和隊友們一直鼓勵我不能放棄。」談及四強將對陣爆冷以4:0淘汰隊友王藝迪的德國老將溫特，孫穎莎坦言從未與換膠皮後的對方交手，會聽取隊友建議及教練組戰術來適應。

由於四強及決賽將在同日上演，她強調當務之急是盡快休息恢復體力，全力以赴應對接下來的硬仗。



●中國隊球員張芷婷(左)在與泰國隊的比賽中突破上籃。國際籃聯三人籃球官網圖片

## 三人籃球亞洲盃 中國男女隊齊晉級八強

香港文匯報訊(記者 蘇雨潤)周五(3日)2026國際籃聯三人籃球亞洲盃小組賽，中國女隊先後以16:13、21:14戰勝擊敗泰國隊和哈薩克斯坦隊，豪取小組賽兩連勝，憑藉不敗戰績鎖定A組第一，成功晉級八強。男隊方面，雖然首戰不敵馬來西亞隊，但隨後以21:15擊敗衛冕冠軍澳洲隊，同樣以小組第一晉級八強。

中國三人籃球國家隊此次派出阿呷娜婧、張建萍、張王來、張芷婷組成的陣容。首戰與泰國隊交鋒，中國隊以3:1開局。泰國隊外線發力，打出一波5:2的攻勢反超。關鍵時刻，張王來用一記遠投還以顏色，再次幫助中國隊領先。此後，中國隊一度將領先優勢擴大到6分，最終以16:13戰勝對手，收穫「開門紅」。

次輪迎戰哈薩克斯坦隊，中國女隊展現出內線統治力，分差一度拉開至接近雙位數。比賽末段，中國隊一鼓作氣，以21:14擊敗對手，憑藉小組第一的成績殺入亞洲盃八強。

男隊方面，中國隊今年派出馬典成、韓世豪、劉千豪、張殿梁的陣容。小組賽首場比賽，此前以全勝戰績闖入正賽的馬來西亞隊狀態火熱，反觀中國隊在比賽前7分鐘處於落後局面。關鍵時刻，男籃隊員加強攻防轉換，在比賽僅剩一分半鐘時，將比分反超至19:16。但此後接連出現失誤，被對手連得5分帶走勝利。

次戰面對衛冕冠軍澳洲隊，中國男隊展現出更強的求勝慾望。開局雙方多次打平，比賽後半程劉千豪連續兩記外線命中，助中國隊擴大領先優勢。隨後全隊牢牢壓制對手，最終以21:15取得勝利，鎖定八強席位。

## 中國青年佩劍隊斬獲男女團體銀牌

香港文匯報訊 據中新網報道，2026年世界青少年劍錦標賽周五(3日)在巴西里約熱內盧迎來第三個比賽日，中國隊斬獲青年組男、女佩劍團體賽兩面銀牌，目前以兩金兩銀的成績暫居獎牌榜首位。

男子青年佩劍團體賽共有38支隊參加，由秦浴恩、譚超、吳嘉聖、朱子皓組成的中國隊首輪輪空，先以45:27、45:26先後淘汰捷克隊和日本隊進入八強，又分別以45:41、45:42力克俄羅斯隊和意大利隊闖入決賽，最後在決賽以36:45不敵美國隊，獲得銀牌。

女子青年佩劍團體賽共有33支隊參加，由潘其妙、顧佳蓉、李宛軒、王辰璋出戰的中國隊首輪輪空，隨後以45:23、45:24和45:35先後擊敗菲律賓隊、巴西隊和意大利隊進入四強，在與匈牙利隊的準決



●中國女子青年佩劍隊慶祝團體賽奪銀。FIE圖片

賽中，已在個人項目中獨攬兩面金牌的潘其妙在最後一局開始前落後六劍的逆境中力挽狂瀾，最終以45:44實現逆襲晉級決賽，在與俄羅斯隊的決勝局前，中國隊35:40落後五劍，潘其妙再次奮力追分，最終以44:45一劍之差惜敗，收穫銀牌。

## 棍網球港隊男子U16全勝晉級八強

香港文匯報訊 「2026香港青少年棍網球公開賽」昨日(4日)起一連兩天假香港仔運動場、香港仔運動場人造草地足球場，以及黃竹坑遊樂場人造草地足球場舉行。東道主港隊於男子U16組別，以小組全勝姿態晉身八強。

首日賽事於中午雖受惡劣天氣影響，一度暫停近一小時，但雨勢並未冷卻參賽球手的热情。最受注目的U16組別中，港男子隊成為U16組別「長勝軍」，先以21:5大勝來自日本的Rays U16，順利旗開得勝，隊中陳思宇個人獨取4分，成為球隊首勝功臣。

之後在下午迎戰上海球會Lynx，陳思宇再為港隊攻入4球，隊友凌梓皓亦同樣兩場皆獲得3個入球，協助球隊兩戰兩勝。小組最後一場，港隊面對同組實力稍遜的嘉祥全明星U16天之隊，再以13:2輕鬆取勝，最終三戰全勝，以A組第一名躋身男子U16組別半準決賽，今日(5日)出戰淘汰階段，向衛冕今屆賽事冠軍邁進一大步。



●港隊男子U16於小組賽取得全勝佳績。公開圖片