



●馬曉旭表示當教練後變得更有耐心。
資料圖片

由亞洲足球小姐變「馬導」

馬曉旭完成身份蛻變



●馬曉旭在2006年世青賽獲得金球獎和金靴獎。
資料圖片

馬曉旭近日接受專訪時坦言，「當球員時性格比較火爆，當教練後更有耐心了。我不會把想法強加給球員，會更多考慮她們在17歲這個年齡段的能力。但我不會降低要求，只會給予更多理解與耐心。」

●馬曉旭（左）擔任中國女足助理教練累積經驗。
資料圖片



2026年U17女足世界盃將於10月在摩洛哥舉行，中國隊與美國、薩摩亞及肯尼亞同組。為備戰賽事，球隊正進行為期一個月的集訓。

回顧今年5月的U17女足亞洲盃，中國隊雖然晉級四強取得世界盃門票，但在準決賽2：4不敵衛冕的朝鮮隊。面對強敵的高位逼搶，球隊堅持嘗試從後場傳接推進而非被動開大腳，展現出戰術執行力，但也暴露出臨場應變的不足。

養成自主思考習慣

對此，馬曉旭強調養成自主思考習慣的重要性：「成績固然重要，我們每場比賽都要爭勝。但對於17歲的球員而言，更多還是要培養她們能夠自主去思考的習慣和意識。我希望她們能勇敢面對挑戰，享受比賽過程，把平時訓練的真實能力和創造性展現出來。」

球員時代的馬曉旭曾在2006年U20女足世界盃包攬金球獎與金靴獎，率隊奪得亞軍。如今以教練身份重新接軌世界頂級青少年賽事，她坦言有

「夢回當年」的激動，但強調不會將個人經歷套用到現代球員身上。「每個球員的成長軌跡都不同，足球運動也在發展。我希望每個隊員都有自己的個性，因材施教。」馬曉旭表示，「最重要是讓球員保持對足球的熱愛，不要隨着年齡增長失去這種熱情。」

適齡留洋有助成長

談及中國女足聯賽與球員發展，曾有留洋經驗的馬曉旭認為，18歲至20歲是球員提升最快的黃金期，適時前往高水平聯賽有助於適應高強度節奏與對抗。而作為教練新人，馬曉旭今年5月亦曾加入成年女足國家隊教練組，擔任主帥安特米利西奇的助手。「能接觸高水平外籍教練，學習他們的作戰思維與集訓安排，對我幫助極大。作為年輕教練，我們需要更多學習機會。」馬曉旭說道。

從曾經衝鋒陷陣的超級戰將，到如今運籌帷幄的掌舵人，馬曉旭的身份在變，對足球的熱愛卻始終



●中國U17女足取得世界盃門票。
資料圖片

如一。如今，她正將這份初心與經驗化作養分，澆灌新一代的女足幼苗。摩洛哥世界盃的征途在即，這不僅是小將們展翅高飛的舞台，也是「馬導」執教生涯寫下新篇章的起點。

亞洲跆拳道公開賽 港隊勇奪12面獎牌

香港文匯報訊 據中國香港跆拳道協會消息指，近日於印尼圓滿閉幕的「亞洲跆拳道公開賽」中，中國香港跆拳道隊表現卓越，在36支參賽隊伍中脫穎而出，最終豪取兩金四銀六銅，合共12面獎牌。港隊健兒在品勢及搏擊項目中展現出高水平的競技狀態與拚搏精神。

港隊在品勢項目表現統治級，合共收穫兩金三銀四銅。女子U40代表江麗莉再次展現其世界級的超強實力，在公認品勢項目中以精湛技藝勇奪金牌，盡顯「世一」運動員的非凡統治力，成為港隊品勢項目的定海神針。李子晴在女子U30公認品勢封后，隨後夥拍紀朗在U30混合雙人項目奪得銀牌。男子組方面，呂靖楠及劉浩賢分別於U30男子個人公認品勢斬獲銀牌與銅牌。

團體項目方面，港隊收穫女子U30團體品勢銀牌（陳家誼、洗

●江麗莉在比賽中。
中國香港跆拳道協會圖片



●江麗莉（左）再創佳績。
中國香港跆拳道協會圖片

晴、吳穎芯）。男子組方面表現同樣亮眼，當中剛升上世界排名第三位的陳頌賢，夥拍呂靖楠及劉浩賢，在男子U30團體品勢項目中展現極高默契，成功為港隊添得一面銅牌；而黃焯賢、黎朗言及溫子鍵，則包辦該項目的另一面銅牌。此外，黎朗賢與蔡天恩在O17自由品勢混雙項目中奪得銅牌。

在搏擊項目中，奧運代表盧蔚豐於男子68公斤級賽事中過關斬將，連追三名東道主選手，最終奪得銀牌。陳衍亨（男子58公斤級）及譚政南（男子74公斤級）亦成功躋身四強，為港隊各增添一面銅牌。

中國香港跆拳道協會表示，對港隊在是次賽事中的傑出表現予以高度肯定，指本次參賽不僅展示了港隊在國際舞台上的競爭力，亦為未來的國際賽事累積了寶貴的實戰經驗，港隊將繼續秉持拚搏精神，持續提升技戰術，力爭在未來的賽事中再創高峰，為港爭光。

羅拔臣 沙比晉級中桌賽16強



●羅拔臣在比賽中。
中新社

香港文匯報訊 據新華社報道，2026世界桌球中國公開賽第三個比賽日，上屆冠軍羅拔臣以局數6：3擊敗中國小將常冰玉，順利晉級16強；名將沙比在與另一名中國選手龐俊旭的對決中，同樣以局數6：3勝出，進入下一輪；斯佳輝則以6：0大勝江俊，贏下「中國打吡」。

羅拔臣開局狀態神勇，憑藉火熱手感連下五局，第四局更是打出單桿114分的表現。常冰玉在在大比分落後的情況下迅速調整，憑藉精準的長台進攻連扳三局。關鍵的第九局，羅拔臣穩住陣腳，以81：0拿下勝利。

賽後羅拔臣說：「常冰玉是我最不想在第一輪遇到的對手之一。今場他表現得很有攻擊性，我只是抓住了他的一些失誤，贏下了比賽。無論如何，能贏球我很開心。」

沙比同樣狀態不俗，他在與龐俊旭的對決中表現從容，先下三局。龐俊旭在第四局展開反擊，抓住機會單桿打出90分，扳回一局。此後雙方交替得分，比分來到5：3。第九局沙比做出高質量布局打開局面，龐俊旭解球成功卻給對手留下進攻機會，最終沙比抓住機會贏下比賽。

沙比賽後說：「龐俊旭實力很強，技術沒有明顯短板。今場賽前我準備充分，我知道比賽不會簡單，對手也確實給我造成了麻煩。」

中國U18女子手球世錦賽創歷史

香港文匯報訊 據新華社報道，第11屆U18世界女子手球錦標賽在羅馬尼亞結束，中國隊在排位賽中擊敗匈牙利隊，獲得第七名，創下該項賽事隊史最佳戰績。中國隊張朔顏入選賽事最佳陣容，她以69個進球位列射手榜第二，距離榜首只差兩球；張井文在助攻榜排名第一（45次）。

面對此前兩屆賽事均獲季軍的匈牙利隊，中國隊開場迅速進入狀態，取得5：1的領先優勢。比賽進行到第19分鐘，張朔顏已經打進個人本場第五球。

中國隊以18：13領先進入中場休息。下半場，匈牙利隊展開兇猛反擊，第56分鐘，她們將比分追至26平。第58分鐘，中國隊領先一分，關鍵時刻，門將王曉妍擋出匈牙利隊的七米球，最終中國隊以30：27獲勝。

此役，張朔顏拿到全場最高的九分，本場最佳球員王曉妍完成13次撲救。

中國隊主教練沈強表示，對比2024年U18世錦賽對強隊難求一勝，本次參賽球隊已能做到贏下

比賽，且「場場有得一拚」。這得益於中國手球協會近年強化教練員培訓，使訓練理念與國際接軌，並在基本技術和意識上狠下功夫。此外，協會重視以賽代練，多名球員在U20世錦賽歷練後取得進步。

當日決賽中，衛冕的西班牙隊在最後五分鐘落後兩分的情況下，連進六球，以26：23逆轉黑山隊奪冠，成為繼2016年和2018年的俄羅斯隊之後，第二支蟬聯該賽事冠軍的球隊。



●中國隊在U18女子手球世錦賽表現出色。
IHC圖片

北京短池游泳世錦賽賽程公布

香港文匯報訊 據新華社報道，世界泳聯公布2026年北京世界短池游泳錦標賽完整賽程，比賽將於12月1日至6日在國家游泳中心「水立方」舉行。

屆時，北京時間每日上午10時進行預賽，準決賽和決賽於19時開賽；最後一個比賽日12月6日，晚間比賽將提前至18時開始。本屆賽事將設置男子、女子個人項目和接力項目，包括男女混合自由泳接力和男女混合泳接力等項目。

世界泳聯主席薩拉姆表示：「北京擁有舉辦

世界級水上運動賽事的悠久歷史，世界泳聯很高興將於今年12月重返「水立方」。」賽事組委會表示，北京是「雙奧之城」，期待再次迎來世界頂尖游泳運動員，在「水立方」展開角逐；目前賽事籌備工作正在有序推進。

「水立方」曾舉行2008年北京奧運會游泳比賽，並在2022年北京冬奧會期間「水冰轉換」成為「冰立方」，舉行冰壺比賽。

世界泳聯表示，已公布的賽程仍有可能根據實際情況進行調整。

長話短說

香港文匯報訊 據新華社報道，世界乒乓球職業大聯盟（WTT）歐洲大滿貫賽瑞典站正賽首日爭奪。中國隊六位選手晉級32強，其中覃予萱在女單首輪經過五局激戰，力克日本名將伊藤美誠；林詩棟則在與隊友陳垣宇的男單首輪較量中以3：1勝出。覃予萱表示，自己的發揮符合賽前預

國乒六人闖歐洲大滿貫32強

期，由於在去年中國大滿貫賽交手時曾負於對手，本場她的賽前準備更加充分，在技戰術執行方面做得不錯，心態比較穩定。林詩棟表示，他與陳垣宇從小打到大，彼此之間非常熟悉，兩人在場上互相牽制，勝負就在一兩分之間，關鍵看誰把握得更加精準、準備做得更加充分。



●覃予萱在比賽中。
WTT微博圖片