

一步一腳印邁向職業化

仁足社整裝待發 踏上亞洲女足舞台

一支球隊，由自家青訓並肩作戰；由場邊數十名觀眾，到大賽時五六百名球迷高呼球員名字——這就是仁足社的「香港故事」。主席陳祖龍(Raymond)透露，仁足社由前身車路士足球學校(香港)已參與女子足球培訓工作接近20年，球隊正逐漸邁向職業化。這支以自家班底為主的球隊，今季首次代表香港出戰女足亞冠外圍賽，仁足社今日將在亞冠外B組首戰對柬埔寨金邊皇冠，展開她們在亞洲舞台的新一頁。

●圖/文：香港文匯報記者 張發兒



▲仁足社主席陳祖龍(右)帶領球隊邁向職業化。

◀仁足社取得上屆女甲冠軍，可代表香港出戰亞洲賽。

仁足社在上季女甲表現強勢，以14勝3和不敗佳績，順利捧走球隊易名後的首個聯賽冠軍，球隊其後又在足總盃決賽以3:0擊敗傑志，在2025/2026球季達成「雙冠王」成就。而仁足社今季將首次代表香港出戰亞冠外，球隊被抽入B組，同組對手包括東道主吉爾吉斯斯坦的FC伊爾伯斯、菲律賓的FC卡雅和柬埔寨球隊金邊皇冠。

由女足青訓到女甲冠軍再到首次代表香港出戰亞冠外，仁足社的發展背後是一步一腳印，當中關鍵一步可說是「逐漸職業化」，全因主席陳祖龍確信要提升香港女足水平，必定要職業化，「最近兩年開始有職業化想法，其實我們已經做了十多年女足青訓，而對上三屆都是拿女甲亞軍，我覺得有能力拿亞軍就沒理由不去衝冠，所以去年就換教練，逐漸專業化。」仁足社職業化後，每周的訓練堂數由兩堂增加至四堂，然而對於一班過往習慣非職業訓練模式的小妮子而言是



●仁足社陣中有不少好波之人，上屆聯賽神射手梁匡蔭正是其中之一。香港文匯報記者葉詩敏攝

極大挑戰，加上隊中還有球員在學，所以Raymond才決定按部就班，「我們隊年紀大一點的已經有自己的職業，年紀小的都在讀書，有三個球員今屆才畢業，變相其實我也沒有辦法一下子職業化。」

陳祖龍被球員熱情感動

陳祖龍補充還在學的球員將行半職業，大專畢業的就Offer全職合約，Raymond更會親自與球員傾談去向，「例如我有跟梁匡蔭父母傾談，讓她留在香港發展，簽了全職合約，之後逐步offer『阿純』(馬澤純)，及其他大專畢業的球員，這個是一步步的過程。」Raymond亦強調會給球員選擇權，「你要轉職業球員，或你要發展自己的工作，這個我們一定給她們去選擇。」

當然萬事起頭難，改變亦不是容易，但球員的決心出乎意料，即使面對不同情景也跟足訓練，甚至連Raymond也被她們所感動，「因為我們都明白球員的情況，開頭只是說有兩堂一定要來，另外的訓練日數就盡量來，雖然她們星期一又要跟港隊操練，有些球員還要踢大專比賽，但她們所有訓練都有出席，我都被這股熱誠所感動，更加要落力支持。」

大家庭充滿人情味

仁足社今季繼續用原有班底應戰，陳祖龍坦言希望給予自家球員機會，「不是出身於我們青訓，而能力又突出的，在這個年齡層確實不多，那當然要給予自家球員機會，即使找外援也要找一些我們自家培訓的，仁足社在菲律賓柬埔寨等地方都有培訓球員。」而仁足社不僅是球隊，更

是充滿人情味的大家庭，陳祖龍期望日後也能保持這種文化，「足球是團體運動，球員私底下也很要好，會一齊笑、一齊哭、一齊吃飯，也會像姐姐般照顧兩位來自菲律賓的球員。」而這份情誼亦體現在對老將的尊重上，「阿芬(王淑芬)今年40多歲還未退役，而且愈操愈fit，球隊由16歲、17歲到40多歲，都會容納，因為每個人都有『香港故事』。」

仁足社將於今日出戰首場女子亞冠盃外圍賽對柬埔寨球隊金邊皇冠，陳祖龍強調對球員及教練有信心，能夠給予同組對手壓力，「球隊是有競爭力，當然希望能夠出線，就算最終未能做到，但我們的球員仍很年輕，慢慢會累積到多些經驗。」談到仁足社邁向職業化，更能夠首次代表香港出戰亞冠外，Raymond亦有感而發，「由最初場邊只有數十個球迷，去到現在有大賽的時候，只計我們仁足社都已經有五六百個球迷，見到自己土生土長的球員(比賽)，聽到球迷叫自己球員的名字，這個是最感動。」



●仁足社的球迷人數正逐漸增加。

馬澤純：上下一心力爭出線

香港文匯報訊(記者 張發兒)仁足社將於今日出戰在吉爾吉斯斯坦舉行的亞冠盃外圍賽B組首戰，對手為柬埔寨金邊皇冠，隊長馬澤純坦言球隊已進入作戰狀態，上下一心力爭出線。

仁足社早前到日本集訓備戰亞冠外，雖然本地賽事仍未開季，但馬澤純指球隊已進入作戰狀態，「在該十幾天的集訓中是根據第一場對手(金邊皇冠)的戰術安排去做一些部署。」

馬澤純又透露球隊早於開賽前一個半月已經復操，大家團結一致力爭出線亞冠盃正賽，「知道是第一次出戰亞冠外，但大家的最終目標是出線，其實因為我們的球員都很有天分，例如高栢齡及梁匡蔭，而我作為後衛就一定不希望被人入球，亦很期待隊友可以在今次比賽取得入球。」

對於球會首次出戰女子亞冠外，作為球會青訓出身及隊長的馬澤純坦言感謝球會支持，讓球員能夠完夢，「球會一直給予我們資源，大家今年終於取得理想成績，在香港要全職踢女子足球是很困難，但沒想到可以在這裏完成我們的夢想，我覺得這是香港女子足球的大進步。」



●馬澤純(右)指球隊已經進入作戰狀態。香港文匯報記者葉詩敏攝

青少年足球精英匯 U16 港足12碼挫小紅魔



香港文匯報訊(記者 張發兒)賽馬會青少年足球精英匯2026第二場比賽，港足U16與「小紅魔」曼聯U16合演精彩大戰，雙方法定時間踢成2:2，港足U16互射12碼贏5:4，總比數7:6擊敗曼聯U16。

今場比賽前兩個半小時已有球迷打氣組織來到球場，場外亦設有攤位遊戲及可以與紅魔吉祥物「打卡」留念。為炒熱氣氛，大會開賽前半小時先有歌手魏浚笙在現場獻唱，其後則有曼聯名宿華倫西亞登場，這位前厄瓜多爾國腳繞場一周向在場球迷打招呼及合照，表現十分親民。

今場比賽為賽馬會青少年足球精英匯2026的第二場比賽，曼聯U16上仗法定時間與傑志U18踢成1:1，最終互射12碼不敵對手，被破訪港不敗金身。

昨日則輪到港足U16登場，在全場球迷打氣下，港足沒有一味死守，黃曉均不斷嘗試在邊路突破，適時更會回後



協助防守。23分鐘，港隊的余立峯接應李俊山長傳推入禁區再交橫予黃舜門前撞入，為球隊領先1:0。曼聯U16上半場主要以側擊製造威脅，只不過大多數傳中均被兩名中堅李晨希和李俊山化解。港足U16半場以1:0領先。

港足U16下半場初段繼續搶攻，後備入替的張晉珧一次在邊路的精彩突破更獲得全場觀眾的掌聲。不過港足U16其後卻被曼聯U16圍攻，50分鐘，穆罕默德在禁區遠射入網，71分鐘再有班捷文小禁區內接應祖斯夫傳中，為曼聯U16反超前2:1。

落後的港足U16未有放棄，85分鐘紀盛淮把握機會在禁區外遠射，曼聯U16門將威廉厄手，皮球漏入網窩，港足U16追平2:2。雙方法定時間再沒有入球，要以互射12碼分勝負，最終港足U16互射12碼贏5:4，總比數7:6擊敗曼聯U16。

港乒創大滿貫最佳戰績

香港文匯報訊(記者 葉詩敏)尋求衛冕的港乒男雙組合黃鎮廷與陳穎樺，昨(16日)於WTT瑞典大滿貫男雙決賽拚至最後一刻，最終以局數0:3不敵法國勒邦兄弟組合



●黃鎮廷(右)和陳穎樺在頒獎儀式上。

屈居亞軍。然而，隨著這面男雙銀牌入袋，連同先前的混雙及女雙銀牌，港乒隊在此站大滿貫歷史性包辦三項雙打亞軍，締造隊史最佳戰績。

一年前在瑞典大滿貫一戰成名的「黃陳配」，今屆一路過關斬將再闖決賽。面對世界排名第五兼應屆世錦賽銅牌得主「勒邦兄弟」，港隊開局未站穩陣腳，首局以7:11先失。次局雙方比分緊咬，港隊一度領先，惟暫停調整後未能擋住對手反撲，以8:11再失一局。

背水一戰的第三局成為全場精華，兩隊頻頻上演遠檯精彩對攻。「黃陳配」在落後下展現頑強韌性，連續化解對手三個賽點逼至12平。可惜關鍵時刻，阿歷斯勒邦一記爆衝得手，加上隨後一球長達11板的精彩對攻中港將回球落網，最終港隊輸12:14、總局數0:3告負，無緣衛冕。

雖然男雙決賽抱憾，但這場賽事為港隊的瑞典之旅畫上深刻句號。連同較早前黃鎮廷/杜凱琹奪得混雙銀牌，以及杜凱琹/吳詠琳連克強敵摘得女雙銀牌，港乒隊單站收穫三面銀牌，展現出深厚的整體實力，寫下港乒新章。

鄧俊文因傷無緣亞運會



●鄧俊文因傷無緣亞運會。

香港文匯報訊(記者 葉詩敏)香港羽毛球混雙主力「鄧謝配」成員鄧俊文於社交平台公布，兩周前訓練時不幸受傷，證實前十字韌帶幾乎完全斷裂，將無緣出戰即將舉行的世錦賽及9月的愛知·名古屋亞運。

這名31歲港隊男將坦言，起初心情晴天霹靂，現已逐漸平復。他透露將接受手術治療，預計「鄧謝配」將暫別球場一段長時間。然而鄧俊文強調絕不甘心因傷「原地退役」，他與拍檔謝影雪均希望繼續嘗試打下去。

鄧俊文表示會好好休養，目標在洛杉磯奧運會積分周期開始階段傷癒復出，繼續為未完成的目標進發，並向球迷承諾：「今次的暫別雖然有點長，但我一定會回來！」

廈門海豚夏至聯賽挫上海虎鯨

香港文匯報訊(記者 夏微 上海報道)受颱風及雷雨天氣影響，CPB中國棒球城市聯賽2026賽季夏至聯賽，終於在延期兩場比賽後於15日傍晚打響揭幕戰。上海西岸棒球公園的這場首秀，廈門海豚隊反客為主，以9:5戰勝主場作戰的上海



●廈門海豚隊球員合影。

中新社

虎鯨隊。

上海虎鯨以國手為骨架，搭建KBO(韓國職業棒球聯盟)職業投手群，主教練金龍達執教足跡遍布韓國KBO聯賽多支球隊；廈門海豚則坐擁古巴國家隊重炮，長打火力聯盟獨一檔，主教練林克謙是前中華職棒選秀狀元，本場比賽也是他執掌帥印後的首場正式職業比賽。

揭幕戰上，廈門海豚火力全開，以9:5客場戰勝上海虎鯨，並攬下多項夏至聯賽紀錄——古巴外援亞西爾攻下夏至聯賽第一分，陸昀與鍾國華先後貢獻夏至聯賽首支與第二支全壘打，張艾奇貢獻首支三壘安打。虎鯨雖在七局下半吹響反攻號角，最後三局連追五分，但終究未能翻盤。

賽後，榮膺本場MVP的廈門海豚球員陸昀表示，雖然夏至聯賽因為天氣原因延賽，但球隊準備充分，投打兩端均發揮出色。立春聯賽僅列第四的他們，已將本次夏至聯賽目標鎖定為冠軍，「作為隊長，我的目標只有一個，就是帶領球隊奪冠。」至於林克謙則表示，雖然取得開門紅，但更期待接下來的比賽。