

趙顯臻賽艇圓金牌夢 梁宇航何詩蓓齊摘銀

港隊單日狂掃七牌大豐收

●趙顯臻在男子輕量級單人雙槳艇封王，終一圓金牌夢。
港協暨奧委會供圖



正出戰第20屆亞運的港隊昨日迎來獎牌大豐收！趙顯臻在男子輕量級單人雙槳艇首奪亞運金牌，隊友洪詠甄、梁穎桉及林新棟/陳迪麟亦分別取得銀牌及銅牌；重劍代表方凱申則奪得銅牌、加上散打代表梁宇航及「女飛魚」何詩蓓同樣奪銀而回，港隊昨日合共取得七面亞運獎牌。

●香港文匯報記者 葉詩敏

趙顯臻在上屆亞運的男子單人雙槳艇賽事奪銅，今次則由公開組重返輕量級作賽。趙顯臻初賽以總成績首名晉身決賽，港將在決賽前半程落後於首名的烏茲別克斯坦選手Firdavs Akhunov，不過其後後來居上，烏茲別克斯坦選手在後段跌落第六位，港將則一直保持領先至終點，最終以6分50秒32衝線奪金。趙顯臻八年前亦曾在同一項目摘下亞運銀牌。

趙顯臻上岸後第一時間與家人「相認」，受訪時亦不斷輕撫母親，場面溫馨，「想特別感謝家人，在香港做運動員絕不容易，要不斷向前衝，少不了家人的支持。」

在決賽前半程，趙顯臻一直被烏茲別克斯坦選手Firdavs Akhunov壓制，

直到後半段才後來居上，趙顯臻笑言前500米落後時「一開始都有啲驚」，不過並沒有因此被打亂節奏，「都是按照自己計劃走，沒有理會其他人，去到尾段聽到好多廣東話打氣聲，『臨臨喇力都出晒嚟』。」

其他賽艇比賽方面，洪詠甄先在女子輕量級單人雙槳艇奪銀，半小時後再夥拍梁穎桉在女子輕量級雙人雙槳艇奪銀，加上林新棟/陳迪麟亦在輕量級雙人雙槳艇奪銅。賽艇港隊合共於今屆亞運取得四面獎牌。

梁宇航帶傷拚出散打最佳成績

武術項目方面，梁宇航今屆以21歲之齡首戰亞運，先後擊敗伊朗及印尼選手殺入決賽。去到決賽面對國家隊的唐思碩，雖然最終不敵對手，但梁宇航已創下散打

港將在亞運的最佳成績。梁宇航已完成賽前奪牌目標，雖然最終未能踏上頒獎台最高一級，但對他來說已經問心無愧，「雖然之前沒有試過跟唐思碩交手，但一直知道他的實力，所以最後也沒有不開心，自己已經盡力，絕對收貨。」

但原來梁宇航今次亞運是帶傷上陣，只是他選擇對外隱瞞傷情，「比賽前半個月右腳受傷，走路也走不了，選擇保守這個秘密是因為怕對手研究我，所以不敢說出來。」

即使傷患纏身，甚至曾擔心會否錯過亞運，但梁宇航深信自己絕不會退縮，「心理上一直跟自己打仗，不過沒有因為傷患放棄自己，每天都努力訓練。」

「女飛魚」袋兩金兩銀感滿意

至於「女飛魚」何詩蓓昨日出戰非主項的50米自由泳，在比賽初段與國家隊泳手吳卿風保持均勢，到末段才被拉開距離，最終游出24秒32奪銀，個人在第20屆亞運會合共奪得兩金兩銀。

何詩蓓賽後指對自己今次游出的時間感到驚喜。總結今屆亞運會，她亦對整體表現感到滿意，「整個亞運會備戰周期都十分不利，受傷之餘又生病，在這樣的情況下仍能游出好成績，十分高興。」何詩蓓最後更拋出震撼彈，直言今屆是最後一屆亞運，「今次無故受傷及生病，不能再撐多四年？其實自己早已知道今屆是最後一屆亞運。」



○何詩蓓（右）在非主項50米自由泳取得一面銀牌。大公文匯全媒體記者麥鈞傑攝

方凱申最後一舞刺出銅牌

香港文匯報訊（記者 葉詩敏 名古屋直擊）方凱申說自己為亞運會是「工作狂Type」。

為了今屆亞運，生活被他調得像鬧鐘一樣準時：「總之八點前食飯，食完飯十點就上床熄燈；第二日唔好行太遠喇，唔好周圍去。飯菜簡單啲，可樂就唔駛諗。」他笑說自己盡量克制，想向好的方向準備，「練習累到死、按摩治療、Jacuzzi，同教練講減量，每天都在問自己的身體，究竟你今天怎樣？狀態如何？」

33歲，第四次亞運，事先表明是最後一屆。方凱申想把身體和心態都調到最好，然後在名古屋的劍道上，給自己一個交代。人稱「師父」的他最後真的交到貨，奪得生涯首面亞運銅牌。

男子重劍個人賽，方凱申由小組賽全勝，以頭號種子出線，到淘汰賽連場逆風而上，最終打入四強，取得銅牌。四強以13：15不敵哈薩克斯坦劍手，無緣決賽，但這面銅牌，已足以為他的亞運最後一舞留下重量。

「我很開心拿到牌，但除此之外，我跟自己承諾過，

今屆是想享受比賽。」方凱申說。從32強到八強，不是末段反勝就是「決一劍」倖存，直到那盞象徵晉身四強的綠燈亮起，以及看到蜂擁而上的隊友和教練，這面等了一輩子的銅牌才有了實感，「那一劍打完，其實我也不知道自己做了什麼，他也不知道是否碰到我，然後就在縫隙見到綠燈。看到隊友和教練全都眼濕濕，我也感到驚訝和很開心。」

四強面對哈薩克斯坦劍手，方凱申未能再完成逆轉。末段他一度落後10：14，距離出局只差一劍。但他沒有放棄依然力追，最終比分定格在13：15。雖然無緣決賽，卻滿足地以銅牌完成最後一屆亞運。

「這塊牌我猜我等了一世。」方凱申開玩笑道。對上一次在亞洲賽個人項目取得獎牌已是2013年的亞錦賽。曾陷入自我懷疑的他，今日終於可以給自己一個答案，「今日我就話你知，唔好意思啊，你堅持係有啲嘢（得）到嘅。」他說完這句，像是把很多年壓在心裏的糾結放下，「我都很釋懷。」

這面亞運銅牌，正是這些年的累積；是一名老將在最後一屆亞運，以自律、經驗、膽識和一次又一次不放棄換回來的交代。

方凱申說，這一屆他會用兩個字形容：滿足。「我都說得出做得到，自己真的要享受。」他說，「銅牌的意義是我可以完美收官。我不是開玩笑。」他也希望這面銅牌帶來的能量，讓他衝擊一下奧運。

方凱申終於把自己送上亞運頒獎台。他用這面銅牌告訴自己，也告訴所有曾經差一點就想放棄的人：堅持，係有啲嘢（得）到嘅。

●方凱申（右二）以一面重劍牌完美收官。
香港文匯報記者葉詩敏攝



●方凱申獲勝一刻激動咆吼。
香港文匯報記者葉詩敏攝

滑出令人動容的45秒

對運動員來說，這是亞運，是成績表，是14人之中的第13和第14名。但對港將黃若澄和黃爾萱來說，昨日或許仍然是一塊滑板、一個碗池，還有45秒可以試試自己努力練習的動作。

黃若澄身材細小，站在預賽選手之中，明顯矮了一截。她的路線沒有太多躍起動作，招式難度也不及其他選手。可是她一次次推板出發，跌倒後又回到碗池邊，偶爾回頭尋找觀眾席上的爸爸，希望得到他的鼓勵。那種竭力完成自己路線的神情，專注得可愛。

賽後受訪時，她很坦率，「很開心來到日本參加大型比賽。好開心可以見返舊朋友，又結識新朋友。」她說表現不夠好，因為第一、二輪做不到想做的事，之後本想「搏一下其他招」，但結果失手。她沒有把失望藏起來：「其實是有一點不開心的。」但她想在第三輪做好，「至少可以做到想做的東西，在45秒之內完成我要做的動作。」

最令人深刻的一句，是她談到跌倒。她說有點尷尬，特別是很多人在看，「因為其他選手

都特別厲害。我覺得自己不夠厲害，所以看到他們看着我也有點尷尬。」那不是運動員式的標準答案，而是一個12歲女孩在大場面前最真摯的心情。

11歲的黃爾萱同樣身形細小，只有三天時間適應場地，她最想做的是把整條路線練齊，並嘗試自己最沒信心的「blunt to fakie」。她說自己最滿意的是穩定性，覺得發揮得不錯。亞運是她經歷過最緊張的一次比賽，因為原本沒想過會來，壓力自然更大；但她仍然認為，最重要是做到最好，發揮得最好。記者問：「100分？」她即回答：「係！」

滑板場上最動人的，往往不是分數。比賽場內氣氛融洽，選手之間互相鼓掌、互相打氣。黃爾萱特別提到日本選手長谷川瑞穗對每個人都很友善，會為她鼓掌；她失手後，其他人也會給她掌聲。即使跌倒，也能享受比賽。

這種互相鼓勵的氣氛，就是滑板最獨特的地方。競賽當然存在，但每個人都知道，能夠站上碗池，

已經代表曾經跌倒過很多次。

兩名香港小將最終排在尾二和最後，這是事實。香港女子公園賽與亞洲高水平之間仍有距離，也是事實。但她們沒有被這個距離嚇退。她們站上滑板，跌倒、尷尬、失望、再試；在比自己成熟許多的選手旁邊，盡力把自己的路線滑出來。

對大人來說，這是爭奪獎牌的亞運。但對她們來說，或許仍是一塊滑板、一個碗池；有新朋友，有掌聲，有人做出很厲害的360度翻板，也有自己想

再試一次的招式。這一天未必滑到最前，但她們已經滑進這個大舞台，完成屬於自己的第一條路線。滑板精神，本來就是跌完再來。

●香港文匯報記者 葉詩敏 名古屋直擊



●黃爾萱（右）獲日本名將長谷川瑞穗鼓勵。
香港文匯報記者葉詩敏攝

電競港將陳卓傑領軍爭牌 盼為後輩開路

香港文匯報訊（記者 張發兒）如果說陳卓傑在上屆杭州亞運夥拍隊友在《夢三國2》奪銀是為電競正名，那麼今次第20屆亞運轉戰《寶可夢大集結》，則是希望做到前人種樹、後人乘涼。

陳卓傑將聯同隊友於今日出戰《寶可夢大集結》分組賽，並以取得獎牌為目標。雖然港隊在杭州亞運電競項目《夢三國2》決賽以0：2不敵國

家隊取得亞軍，但仍奪得香港歷來首面亞運電競獎牌。而陳卓傑今屆轉戰《寶可夢大集結》，則希望與隊友「一齊」衝擊獎牌，「一齊」達成心願，「他們很想嘗試衝擊獎牌，我都想出一分力幫助隊友達成心願，我亦很希望能協助港隊連續兩屆亞運在電競項目取得獎牌。」

隨著港隊於杭州亞運電競項目歷史性摘銀，代表隊被納入體院精英項目，運動員每月均會獲得資助，而港隊電競訓練基地亦在體院資助下成立。陳卓傑表示今屆以衝牌為目標可謂為己為人，盼後輩將來能夠受惠，「上屆奪牌後令我人生有所改變，其實能夠在亞運會取得獎牌並獲得資助，對大家日後繼續在香港當電競選手、為港爭光有很大幫助。」

●港小將黃若澄在決賽重壓下傾力演出，展現真正的滑板精神。

香港文匯報記者葉詩敏攝

●黃若澄在比賽中展現精湛技術，動作流暢。

●黃若澄在比賽中展現精湛技術，動作流暢。

●黃若澄在比賽中展現精湛技術，動作流暢。

●黃若澄在比賽中展現精湛技術，動作流暢。

●黃若澄在比賽中展現精湛技術，動作流暢。

●黃若澄在比賽中展現精湛技術，動作流暢。

●黃若澄在比賽中展現精湛技術，動作流暢。

港隊今日焦點賽程

時間	項目	賽事	運動員/對賽
08：30	花劍	男子團體賽16強	港隊對印度
09：00	乒乓球	混合雙打8強	黃鎮廷/杜凱琹
09：30	重劍	女子團體賽16強	港隊對泰國
14：00	壁球	女子個人賽8強	陳善鈺
14：45	壁球	男子個人賽8強	梁子軒
15：30	壁球	女子個人賽8強	何子樂
16：15	壁球	男子個人賽8強	劉子均
17：20	花劍	男子團體賽決賽*	
18：20	重劍	女子團體賽決賽*	

*如晉級

●《寶可夢大集結》港隊將於今早登場。

資料圖片

