



大概單車較量的不只是一時快慢，而是能否一直踩下去。名古屋亞運男子全能賽，朱浚瑋奮戰四場比賽奪得銀牌後，在賽道上脫下眼罩向教練團和觀眾揮手，掩面抹淚。走下賽道後來到採訪區便說「可唔可以喊咗先」。沒說幾句，已經哭成淚人。那不是單純因為贏了一面亞運銀牌，而是有些東西，他由三年前一直撐到今日，終於可以稍稍放下。（尚有相關新聞刊B3、B4）

●香港文匯報記者 葉詩敏 伊豆直擊

熬過上屆「梗頸四」 迎來完美交代

朱浚瑋全能賽摘銀解心結



●朱浚瑋(藍衫)在賽場上展現成熟一面。
香港文匯報記者葉詩敏 攝



●單車港將朱浚瑋奪銀後向觀眾揮手，一吐三年鬱結。
香港文匯報記者葉詩敏 攝

港隊今日焦點賽程			
時間	項目	賽事	運動員/對賽
05:30	高球	男子團體及個人賽第三輪	許龍一、黑純一、張雄熙
08:25	七欖	男子分組賽	國家隊對港隊
09:18	場地單車	女子個人爭先賽八強	楊礎瑤、程熾珊
09:30	網球	男單四強	黃澤林
11:45	七欖	女子分組賽	國家隊對港隊
12:30	壁球	女團決賽	港隊對馬來西亞
13:30	網球	女雙四強	張瑋恒、王康怡
17:21	場地單車	女子全能賽記分賽	李思穎

三年前，他在杭州亞運團體追逐賽得第四。第四名最難受，離獎牌只差一點點，卻什麼都沒有。那場比賽之後，他一直過不了自己那一關。「三年前杭州亞運輸掉團體追逐賽，得第四，2024年都好唔開心，一直踩唔返。」他說，今日這面銀牌，是對三年前的一個交代，「當時講過想更快、更強，今日我做到了。」

一句「做到」背後磨煉三年

「做到」兩個字，說來容易。放在單車手身上，卻是一日又一日狠狠踩出來。三年前的朱浚瑋，在杭州亞運前受訪時還在問自己，什麼時候才算一個成熟的车手。那時他剛升上成年隊不久，跟着師兄訓練，很多時候只是咬緊牙關追趕。他知道自己未夠快、未夠穩，比賽意識也未夠好，遇上局面變化，總覺得自己還差一點。他當時給自己定下一個目標：2026年名古屋亞運，要成為一個足夠成熟的车手。如今，他真的在名古屋踩到獎牌。



●朱浚瑋於亞運男子全能賽成功一圓獎牌夢。
香港文匯報記者葉詩敏 攝

朱浚瑋2016年加入香港青年隊，原本主攻公路賽。升上成年隊後，他亦要兼顧場地單車，投入4公里團體追逐賽、麥迪遜、全能賽等項目。公路與場地不同，一個講究長距離判斷和消耗，一個則把速度、戰術與爆發壓縮在木板賽道上，但代表香港，很多時不是問自己想不想，而是隊伍需要什麼。

當年教練沈金康希望他在場地單車發展，他說過：「都沒有辦法，因為我是代表香港，我都會在場地盡力。」這句話很老實，也很「朱浚瑋」。不是每件事都由自己揀，但穿上港隊戰衣，面前有什麼，就把什麼做好。

他曾在中國聯賽夥拍繆正賢奪得麥迪遜季軍，也曾與梁峻榮等師兄在團體追逐賽取得佳績。當時的他，仍覺得自己距離師兄有一段路，卻已經開始想像，有一天可以站到同一個位置，為隊伍承擔更多。

他一直都說單車訓練「好辛苦」。單車的辛苦，很多時不在比賽日。比賽有觀眾、有掌聲、有終點。真正難捱的是無人知曉的訓練日子，是明明看不到即時回報，仍要相信多踩一圈、多頂一次、多忍一點，終有一日會在場上還給你。

杭州亞運第四之後，「辛苦」又多了一點。不是身體上的辛苦，而是心裏知道自己差一點、輸了一點、未夠強的一點。那一點會跟著你訓練，跟著你比賽，也跟著你每次回想起那場錯過的獎牌。所以今日這面銀牌，意義才不只是名次。

這天他在男子全能賽中一直展現競爭力，首項捕捉賽排第一、配速賽取得第三名、淘汰賽取得第二名，到最後一項記分賽名列第四，仍以總分166分取得一面銀牌。

成熟不只是踩得更快，也不是終於不覺得辛苦。成熟是輸過而不把自己困死在那場敗仗裏；是承認自己不夠好，然後繼續練到更好。他曾經跟在師兄身後追趕，今天已經在亞運全能賽



●李思穎(左)與梁穎儀力壓國家隊取得女子麥迪遜賽銀牌。香港文匯報記者葉詩敏 攝

踏上頒獎台。這面銀牌，把許多看不見的日子，變成一件人人看得見的事。不是突然之間成功，不是一場比賽就完成蛻變，而是三年前那個說自己「未成熟」的车手，捱過訓練，捱過低潮，捱過杭州第四名的心結，終於在名古屋給自己一個交代。

李思穎夥梁穎儀麥迪遜摘銀

他仍然會辛苦，仍然有新的樽頸位，仍然要繼續踩。但這一次，他不是只跟在別人身後追趕。朱浚瑋終於踩到一面亞運獎牌，也踩出一個更成熟的自己。

另外，「小女車神」李思穎亦於今屆亞運首度亮相，夥拍梁穎儀出戰女子麥迪遜賽，這對港隊拍檔一直緊守前三，直到最後一圈突然發力，終點前衝贏國家隊奪得銀牌，亦是港隊連續三屆在此項目摘銀。

港壁女團挫印度 歷史性連續三屆闖決賽

香港文匯報訊(記者 張發兒)壁球港隊昨日分途出戰亞運男團、女團四強賽事。女團方面，港隊以2:1力挫強敵印度，歷史性連續三屆躋身決賽。

港隊由陳善鈺任在第一場迎戰今屆女單銀牌得主Anahat Singh，港將連輸兩局9:11、8:11，其後連贏11:6及13:11，並在決勝局「刁時」反勝對手12:10，以局數3:2為港隊先下一城。

第二場由港隊今屆混雙金牌得主李嘉兒迎戰世界排名第73位的Tanvi Khanna。李嘉兒首局先贏11:4，次局則以11:13失守。港將在第三局再輸9:11，其後以11:13告負，總局數1:3不敵對手。

負責「守尾門」的何子樂則對陣印度40歲老將Joshna Chinappa。何子樂最終連贏三局11:4、11:7、11:9，港隊最終以場數2:1擊敗印度，歷史性連續三屆闖女團決賽。

在首場「讓2追3」的陳善鈺坦言，今場表現能夠為她帶來更多信心出戰決賽，「一開始打得慢熱，但之後調整得不錯，知道戰術奏效後便維持部署，尾段這樣反勝，也給了我信心應付決賽。」

男團負巴基斯坦奪銅

至於男團方面，港隊以場數1:2不敵巴基斯坦，在不設銅牌戰下收穫一面銅牌。



●何子樂擊敗印度對手後握拳狂吼。
大公文匯全媒體記者麥鈞傑 攝

黃澤林殺入四強 港網男單歷史首牌到手

香港文匯報訊(記者 張發兒)香港網球一哥黃澤林(Coleman)在今屆亞運只出戰男單賽事，昨日在八強戰全場四度破發下，以直落兩盤6:3、6:0輕取泰國球手卡西迪，殺入四強兼穩奪香港網球史上首面亞運男單獎牌。

黃澤林在開局順利保住發球局後，第二局已經打破對手發球局，Coleman第三局再成功保發，把比分拉開至3:0，並以6:3取下第一盤。

Coleman在第二盤越戰越勇，首局即以「Love game」破發，之後的發球局又再打出「Love game」，領先至2:0。黃澤林其後得勢不饒人，在第三及第五局再度破發下以6:0輕取泰國球手，殺入4強兼穩奪香港網球史上首面亞運男單獎牌。

今屆Coleman只出戰男單賽事，他坦言比上屆杭州亞運更專注，亦對自己的發揮感到滿意，「自己打得幾順，今次專注單打，比賽之後就休息，好高興能夠取勝。」

黃澤林今次以直落兩盤取勝，第二盤更向對手「派蛋」，他指取勝關鍵在於爭勝心比對手更強，「我比他更想贏，好想贏獎牌，對手也打得手緊，不過沒想過比數相差這麼大。」

女雙方面，張瑋恒/王康怡昨日迎戰哈薩克斯坦組合未受太大考驗，以直落兩盤6:1、6:3獲勝，輕鬆打入四強穩奪獎牌。



●黃澤林以直落兩盤擊敗泰國球手，晉級四強。
港協暨奧委會供圖



無緣決賽

首位登上亞運舞台的香港藝術體操運動員李庭萱(圖)昨日亮相出戰個人全能資格賽，身處B組的她先於圈操及球操項目獲得41.300分，之後再於棒操及絲帶操得到36.850分，最終以78.150分名列第21位，未能晉身明天(3日)舉行的決賽。

●文：香港文匯報記者 郭正謙
圖：大公文匯全媒體記者 麥鈞傑



從「我會是港隊」開始 程熾珊踏出第一步

伊豆單車館對香港短途單車來說，不只是一座場館。

2021年東京奧運，李慧詩在這條木板賽道上奪得女子爭先賽銅牌，為自己的奧運旅程留下最後一面獎牌。幾年後，亞運場地單車賽在伊豆上演，站上同一條賽道的，已是另一批香港短途車手。程熾珊第一次出戰亞運女子爭先賽個人項目，便踩入八強，是香港女子短途在交替期裏一個值得寫下的畫面。程熾珊，隊友和教練都叫她「波波」。她與單車的緣分，正好來自李慧詩。

2016年里約奧運，當時15歲的她凌晨守在電視機前，看見李慧詩在女子凱林賽與澳洲車手米雅斯相撞，無緣衛冕；其後兩人在爭先賽碰頭，李慧詩勝出後與對方握手。那一幕，她一直記到今日，「整個場面很鼓舞，原來體育精神就是這樣。」

那時的她，還未是單車手。但不到十年後，她真的穿上港隊戰衣，來到曾經承載李慧詩奧運記憶的伊豆單車館，踩出屬於自己的亞運。程熾珊第一次站上亞運個人項目舞台，最終闖入八強。這一步並不輕鬆，李慧詩退下來後，香港女子短途不再有一個標站最前的名字，下一代要做的不是複製前人，而是在亞洲強手之間重新找回自己的位置。

記者曾看過短途港將訓練後「踩到嘔」的照片。那不是誇張形容，而是真實日常；而波波也在這樣的日常裏，慢慢踩到今日。

她向來愛分享，開設YouTube頻道記錄單車隊生活，又開了「strongestballball」賬號，記錄追逐奧運夢的過程。她寫下2028年洛杉磯奧運的目標。這對很多人來說很遠，但她說，講出夢想本身已需要勇氣：「就像十年前，我還未接觸單車、什麼都不是的時候，我跟別人說『我會是港隊』，我真的做到了。」

由凌晨電視機前一個15歲女生，到今日在伊豆踩入亞運八強，中間有多少訓練、失敗和自我懷疑，成績表不會寫，但賽道會記住。程熾珊闖入八強，不是終點，是她由2016年一路踩來的其中一站。

那個曾經說「我會是港隊」的女生，今日在亞運賽道上實現首個個人項目；下一個目的地，她已經寫低了：洛杉磯奧運。

●香港文匯報記者 葉詩敏 伊豆直擊

►港將程熾珊於伊豆單車館踏出第一步。
香港文匯報記者葉詩敏 攝

