

# 鄭兆康：港劍擊小將須多磨練

## 發展仍處向上爬 沒有放鬆資本



▲鄭兆康希望港隊隊員多參加比賽作磨練

中新社朔州十五日報道：山西朔州，第二屆全國青年運動會擊劍項目的比賽正在進行中。賽場內刀光劍影，看台上目不轉睛。作為香港劍擊隊總教練，鄭兆康坦言，香港劍擊運動的發展還處在努力向上爬的階段，沒有放鬆的資本。尤其是對正在賽場上的青少年運動員，多些磨練和經驗的積累，才能在國際中爭得一席之地。

廣東籍「劍客」鄭兆康，曾在中國國家擊劍隊效力10年，1986年和1990年兩屆亞運會團體冠軍；參加1988年和1992年兩屆奧運會。

1994年，退役後的鄭兆康移民到美國，繼續在球會從事教練工作；1998年，他應邀回到香港輪椅劍擊隊擔任總教練；2011年，他轉任香港劍擊隊總教練。

### 見證業餘到專業發展過程

赴港執教距今已有21年的時間，鄭兆康見證了香港劍擊運動從業餘到半專業、再到專業的發展過程。

「那時的香港劍擊隊只有4個劍種，整體水平也偏業餘，並沒有太高的目標。二十多年來，在幾輩劍擊人的努力下，香港的劍擊水平有了很大進步，逐步與國際接軌。」鄭兆康表示，一項運動的發展不是一朝一夕的事，需要一定的周期性和系統性。

2011年4月，上任的第二個月，鄭兆康就將男子重劍和女子花劍調入隊伍。「當時資源確實有限，如何分配是讓人頭疼的事。但我覺得每個劍種都應該公平的發展，先把隊伍建立起來後，資源的分配可以慢慢去考慮。」鄭兆康認為，可以工作做得更細一些，在盡量保證重點項目的同時，也能讓一些非重點的項目有發展的機會。

「我們剛開始的時候，就非常注重青少年的訓練。經過八年的磨練，這些青少年慢慢成熟，也取得一些不錯的成績。」這八年來，鄭兆康將香港劍擊隊伍從4個劍種建立到6個劍種，完善了訓練制度和後勤保障制度。

用他的話來講，香港劍擊的發展一步步走來實屬不易，但好在劍擊水平不斷進步，國際舞台表現不俗。

尤其是近幾年，香港劍擊水平陡增，成人隊男花選手張家朗、崔浩然（編者按：崔浩然已於去年12月宣布退役）和女重選手江旻憐世界排名均排在世界前20名。其中，江旻憐在匈牙利布達佩斯舉行的2019世界劍擊錦標賽上奪得女重個人賽銅牌，成為首位贏得劍擊世錦賽獎牌的中國香港代表。

### 要多參賽 多向強者取經

在年輕力量方面，香港劍擊小將余繆妍奪得2018世界青少年擊劍錦標賽少年組女重金牌和青年奧林匹克運動會女重銀牌。談到執教理念時，鄭兆康介紹，平時尤其注重精英的訓練，希望通過精英帶動群體，同時群體普及再促進精英發展。

對未來的發展，鄭兆康表示，香港劍擊要多參加比賽，加強交流，多向強者取經。

他相信，香港會出現更多的「劍擊之光」，趁年華尚好，仗劍走天涯。

▲左起：張家朗、崔浩然、江旻憐在去年亞運會皆取得獎牌



▲港劍擊隊去年征戰亞運會前合照

## 冼東妹：柔道訓練 氣質昇華

【大公報訊】據新華社報道：第二屆全國青年運動會柔道比賽正在山西省晉中市進行，兩屆奧運冠軍、中國柔道協會主席冼東妹來到了比賽現場，為青年柔道選手加油鼓勁。

在2004年雅典奧運會和2008年北京奧運會上兩獲冠軍、2017年當選中國柔道協會主席、2018年入駐國際柔聯名人堂……冼東妹用行動向人們展示了拚搏的價值。在中國柔道協會主席的崗位上，冼東妹正在致力於將柔道運動推向青少年群體。

在冼東妹的推動下，柔道項目開始加速走進校園，社會俱樂部的考級、考段工作也同時展開。2018年全國已經有58家柔道特色學校，2019年將增加到100家左右。

在冼東妹看來，通過柔道訓練，能讓青年人有一個由內而外氣質上的昇華，這也是柔道運動的意義所在。

柔道除了教授青少年文明禮儀之外，還有堅韌的心態。冼東妹說：「在比賽場上一次次摔倒再一次次爬起來，練就了我堅韌的心態，所以才有後來的五次退役又五次復出。我想要告訴青年人的就是這種不斷倒下還能不斷爬起來的精神和能力，這將是青年人成長過程中最大的收穫。」

「學習很累、運動很苦，但如果堅持下來我們的意志勢必會得到鍛煉，這就是體育運動帶給我們的提升。有禮有節，則是柔道給予我們的又一項提升。」冼東妹說。

## 王琦二青會鏈球破紀錄

【大公報訊】據中新社報道：14日晚，第二屆全國青年運動會田徑決賽開賽。在男子體校甲組鏈球決賽中，18歲的江蘇小將王琦以76.30米的成績奪得冠軍，這一成績比原全國青年紀錄提高了0.32米。

去年的阿根廷布宜諾斯艾利斯青年奧林匹克運動會上，王琦就以75.90米的成績獲得男子鏈球季軍，他也是本屆青運會的奪冠熱門人選。

比賽中的第一輪，王琦就擲出了73.08米的成績，這一成績已足以幫助他拿下本次比賽的冠軍。隨後，王琦又在第四輪中擲出了76.30米的成績，打破全國青年紀錄。來自江西的程德峰、劉宇軒分別以71.11米、67.32米的成績獲得亞軍和季軍。

賽後，王琦給自己本場比賽的表現打了滿分，他說，76.30米的成績，對他而言意味着取得新的個人最好成績，也讓他有了在明年將個人成績突破80米的信心。



▲江蘇省淮安體育運動學校男子鏈球選手王琦在比賽中



▲中國柔道協會主席冼東妹

## 丁俊暉或迎戰羅拔遜

上海大師賽

【大公報訊】據新華社報道：世界桌球國際錦標賽剛剛落下帷幕，2019世界桌球上海大師賽籤表昨日新鮮出爐。

首圈看點集中於呂昊天 and 顏丙濤兩位中國小將能否出線；次圈裏如無意外「中國一哥」丁俊暉將與澳洲羅拔遜「硬碰硬」，而英格蘭卓林普和奧蘇利雲驚天一戰能否於決賽上演則堪稱本屆上海大師賽最大看點。

在24人邀請賽賽制下，9月9日至15日的賽事期間選手們將從第一圈起每桿必爭、一分不讓，向着高額

獎金展開激烈角逐。依照規則，上海大師賽籤表由世界排名前16位選手、4位前16之外排名最高的中國選手、2位中巡賽選手及2位業餘大師賽優勝者共24人組成。

截至目前，除仍在進行中的全國業餘桌球大師賽冠軍得主尚未明朗外，其餘22位出戰選手名單均已揭曉，目前世界排名前16名的選手將悉數參賽。

在丁俊暉的帶領下，顏丙濤、肖國棟、呂昊天、梁文博及中國桌球協會推薦的趙劍波、吳宜澤兩位新人組成的「中國軍團」將出戰本屆賽事。

## 安東尼跟操或投籃網



美國職業籃球聯賽

【大公報訊】據報道，自由身的10屆NBA全明星球員安東尼最近與籃網球員一起訓練

並進行對抗賽，籃網可能藉此考察安東尼的狀態，尋求簽下他的可能。

籃網球員最近在球隊明星球員K艾榮的組織下，在洛杉磯舉行了非正式的訓練課，並且進行了隊內對抗賽，而令人關注的是，安東尼出現在其中，並跟籃網球員一起訓練和比賽，這無疑會引起他在新賽季可能加盟籃網的猜測。

據聞安東尼原本希望在今夏重返紐約人，但前提是紐約人能夠簽入杜蘭特和K艾榮，但最終紐約人兩個都沒有簽，簽入兩人的反而是另一支紐約球隊籃網。安東尼此次和籃網球員一起訓練，球隊或許是藉此機會考察安東尼的狀態。不過亦有可能是安東尼跟籃網球員私交不錯，他僅僅只是參加訓練保持狀態，跟籃網的運作並無關係。

現年35歲的安東尼上季僅為火箭打了10場比賽就被要求離隊，他上季場均13.4分。自去年11月9日後，安東尼就沒有再打過NBA比賽。

## 芭迪輕取舒拉寶娃晉16強

【大公報訊】辛辛那提網球公開賽昨早上演女單次圈比賽，頭號種子、澳洲球手芭迪輕鬆以6：4、6：1擊敗俄羅斯名將舒拉寶娃，順利晉



級16強，將對陣愛沙尼亞球手干達維。二號種子的日本名將大坂直美則以7：6（3）、2：6、6：2擊敗了白俄羅斯的莎絲諾娃，攜手芭迪晉級16強，大坂直美16強將對中國台北球手謝淑薇。（NOW634台今晚11時、明天凌晨1時、早上7時直播女單，NOW636台明天凌晨1時、早上7時直播男單賽事）

芭迪此前與舒拉寶娃曾有兩次交手，兩人各勝一場。昨仗首盤舒拉寶娃在第三局率先破發，不過芭迪很快回破並將比分追至3：3平手。舒拉寶娃在第十局的關鍵時刻再次被芭迪破掉發球局，最終芭迪以6：4先贏一盤。

次盤芭迪在第二局破發後便勢不可當，僅僅只給舒拉寶娃取得一局，芭迪便以6：1再贏一盤，輕鬆取勝。

大坂直美上周排名重回世界第一，不過她近來的狀態難言出色，她在對陣世界排名第47位的莎絲諾娃的比賽中打得戰戰兢兢，備受壓力，但她亦以盤數2：1擊敗對手。

▲澳洲球手芭迪反手回球

法新社