

打氣聲激勵反勝 數載苦練有成

林新棟王瑋駿勇摘港隊首金



亞運直擊
大公報特派記者
敖敏輝

24日上午，杭州亞運會賽艇男子雙人單槳無舵手決賽中，林新棟／王瑋駿為香港摘得本屆亞運會首枚金牌，這也是繼2014年仁川亞運會香港賽艇歷史首次奪得亞運會金牌後，時隔9年再度站上亞運會最高領獎台。在頒獎儀式上，林新棟多次擦拭眼淚，難掩激動之情。他們表示，過去幾年付出了艱辛的努力，如今圓夢便覺得一切的付出都值得。他又提到，比賽中聽到普通話、粵語的加油助威聲，感受到主場作戰的氛圍，讓他增添信心和力量。

杭州亞運會賽艇比賽地是富陽水上運動中心，這裏也是著名的《富春山居圖》畫中描繪的實景所在地，整個比賽現場風景如畫，美不勝收。不少運動員表示，當天水面沒有風浪，非常適合比賽。

林新棟／王瑋駿在此前的預賽中，發揮不夠理想，以小組第二名屈居於烏茲別克之後。最終決賽，除了香港隊，包括烏茲別克、印度、哈薩克的選手都是金牌的有力競爭者。比賽開始後，烏茲別克隊員起步更佳，很快取得領先。林新棟／王瑋駿不甘落後，緊追不捨。500米過後，香港組合落後第一名不足1秒。之後，林新棟／王瑋駿速度不減反增，逐漸縮小了差距。

林新棟淚灑頒獎台

當天是周日，大量杭州及周邊市民前來觀戰。「香港隊，加油！」助威聲響徹整個賽場。其中，不少觀眾來自香港及廣東，粵語加油聲不斷。最後500米，林新棟／王瑋駿確立了較大優勢，最終以6分44秒20的成績，逆轉烏茲別克選手奪冠，後者以6分48秒11的成績奪得銀牌，印度組合獲得銅牌。

頒獎儀式上，響亮的國歌聲中，香港區旗首次在杭州亞運會比賽現場升起。林新棟／王瑋駿激動不已，林新棟不時擦拭眼淚。王瑋駿說，金牌一直是兩人的目標，無時無刻在想着亞運會金牌。第一個衝線後，想着金牌終於到手，夢想終於實現。談到在頒獎儀式上激動流淚，林新棟說，這些年來，基本上為了訓練付出100%的時間、精力。「當金牌到手的時候，就覺得所有付出都是值得的。」

現場觀眾高喊助威

比賽期間，兩人聽到了來自觀眾席高喊的助威聲，對他們也是一種助力。林新棟說，同時聽到普通話、粵語的吶喊加油聲，特別親切。「後半程體力消耗特別大，會有點累，但聽到這些助威聲，感覺到不單單是我們兩個人在努力，而是大家都在背後支持我們、推動我們，這也是我們的主場之利。」

兩人多年來參加的是羽量級選手的賽艇比賽，2021年吳紀寧教練到來後，提出讓他們嘗試公開組（不限身高體重等），給一次挑戰自己的機會。「這幾年訓練，我們也沒有因為要參加公開組而增加體重，但訓練的強度增加了。如今事實證明，我們可以做得好。」林新棟說。

透過過去幾年的訓練以及今次奪冠，林新棟總結，要相信自己做的事，相信自己的付出，有付出就會有收穫。



▲吳紀寧（右一）指香港賽艇隊需要進一步加強與內地交流。圖為吳紀寧與內地賽艇隊同行合影。大公報特派記者敖敏輝攝



▲中國香港組合奪得男子雙人單槳無舵手比賽冠軍。

新華社



▲林新棟（右）與王瑋駿勝出後互相擊掌。

林新棟小檔案

年齡：25歲
出生日期：1998年8月31日
身高：1米83
曾獲獎項：
●杭州亞運男子雙人單槳無舵手金牌
●雅加達亞運會男子輕量級八人艇銅牌
●2019年亞錦賽男子輕量級四人雙槳艇銀牌

王瑋駿小檔案

年齡：23歲
出生日期：2000年1月22日
身高：1米93
曾獲獎項：
●杭州亞運男子雙人單槳無舵手金牌
●2022年亞錦賽男子雙人單槳無舵手金牌

現場打氣



▲林新棟（左三）與王瑋駿（左四）在頒獎台上高唱國歌。

新華社

在國家賽場上奪金意義非凡

24日上午，香港賽艇隊組合林新棟／王瑋駿在杭州富陽水上運動中心，在賽艇男子雙人單槳無舵手賽事摘元，為中國香港代表團贏得今屆亞運首枚金牌。這一天，特區政府文化體育及旅遊局局長楊潤雄、香港代表團團長霍啟剛等在現場觀看，為香港選手打氣加油。林新棟與王瑋駿的奪冠，他們見證激動人心的一刻。

霍啟剛賽後表示，在賽艇男子雙人雙槳無舵手決賽中，賽艇賽事



▲楊潤雄（左）與霍啟剛（右）現身為港賽艇隊打氣，並跟林新棟和王瑋駿合照。中通社

甫開始後，香港賽艇隊一度落後，當時在場各人都很緊張，隨後看到林新棟與王瑋駿沒有放棄並發力後追，並逐漸縮小差距，之後更後上反先，最後階段將領先優勢拉大，大家都很开心、很激動，這項成就對整個香港代表團，是一個很大的鼓舞。

厚積薄發 激動人心

他更指，在比賽進行時，來到富陽水上運動中心的所有觀眾，都全情投入為香港選手打氣，不斷大叫「香港隊，加油！」相信這種支持能夠提升運動員信心。「接下來還有很多比賽，希望大家繼續支持國家隊，也支持中國香港隊。」霍啟剛說。

到場見證香港隊奪金時刻，並親眼目睹香港區旗在亞運會賽場上升起來，楊潤雄表示很興奮和開心。他向記者表示，香港運動員訓練一直都很努力，看到他們能夠在自己國家舉辦的亞運會上拿到獎牌，乃至金牌，意義非凡。

大公報特派記者敖敏輝



▼林新棟（左）在頒獎台上一度激動落淚。網絡圖片



亞運會獎牌榜

排名	代表團	金	銀	銅	總數
1	中國	20	7	3	30
2	韓國	5	4	5	14
3	日本	2	7	5	14
4	中國香港	2	0	5	7
5	烏茲別克	1	3	3	7

*截至9月24日晚上

港隊今天焦點賽程

香港時間	項目	參賽運動員
9時10分	武術女子長拳決賽 賽艇女子單人雙槳決賽★	劉徐徐 梁穎桉
9時30分	賽艇男子單人雙槳決賽★	趙顯臻
9時50分	賽艇女子雙人單槳無舵手決賽★	張海琳/ 梁瓊允
10時05分	武術男子太極拳決賽	許得恩
10時36分	游泳女子200米自由式初賽	何詩蓓
下午 2時30分	武術男子太極劍決賽★	許得恩
晚上 7時48分	游泳女子200米自由式決賽★	何詩蓓 (如入決賽)

註：★代表產生金牌

總教練：高強度體能訓練建功

自2021年吳紀寧擔任中國香港賽艇隊總教練，給隊伍帶來了很大的變化。林新棟／王瑋駿為香港摘得本屆亞運會首枚金牌後，吳紀寧接受大公報記者訪問時稱，兩人能夠逆轉奪冠關鍵因素在於他們在今年以來一系列扎實訓練。

吳紀寧教練有着40多年的賽艇訓練經驗，曾擔任過國家隊以及加拿大隊的項目教練。自從擔任香港賽艇隊總教練後，他帶來了全新的系統性訓練。在備戰杭州亞運期間，他針對香港賽艇隊隊員普遍身體條件不如其他

對手的情況，從下半年開始，加強了體能提升鍛煉。例如，近三個月時間，分別去了雲南、貴州和江蘇訓練。「在雲南和江蘇各訓練了21天，在貴州訓練了42天，適應高原和平原等不同環境，加強力量。」吳紀寧說。

未來計劃爭奧運資格

談到今次亞運會比賽具體的比賽過程，吳紀寧指，林新棟／王瑋駿比賽開始後一段時間落後於烏茲別克選手，當時自己也有點擔心。不過，之後看到前1000米沒有落後一條艇的距離，他就相信能夠鎖定

金牌了，因為過去數個月的體能訓練，能夠發揮關鍵作用。

對於未來計劃，吳紀寧表示，拿下亞運金牌不等於可以鬆懈下來。接下來，將繼續加強準備，希望在明年5月拿到巴黎奧運會的參賽資格。

吳紀寧曾是在國家隊和廣東隊都擔任教練工作，執教經驗非常豐富。他表示，單靠他一個人還不夠，香港還需要更多的賽艇教練人才。

大公報特派記者敖敏輝



掃一掃 有片睇