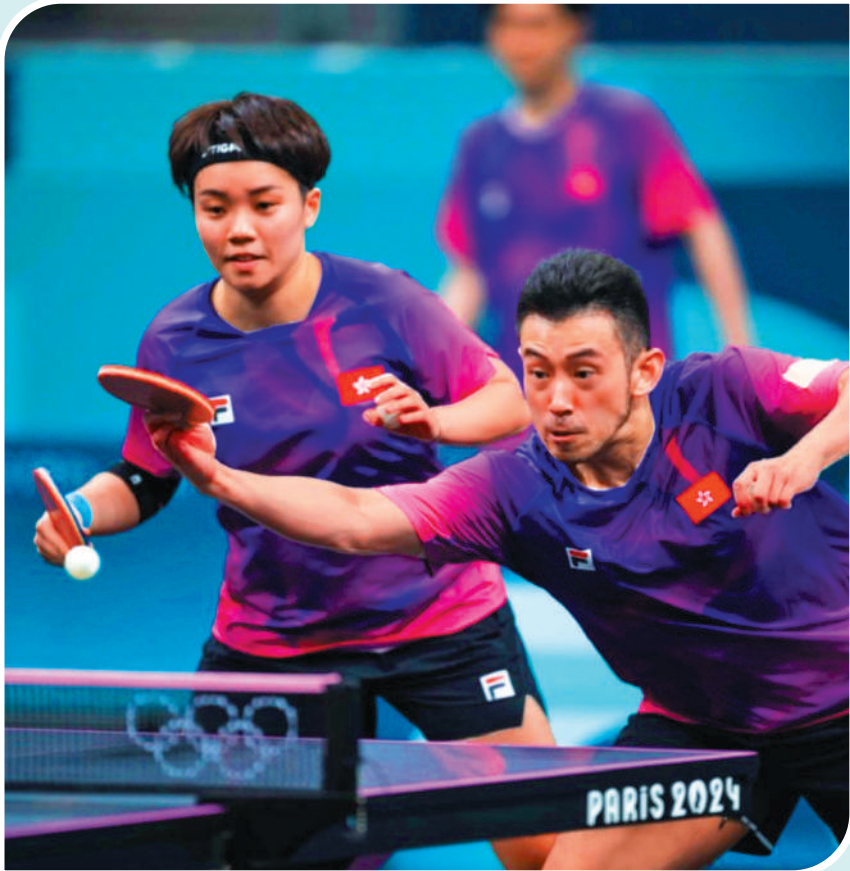


乒總主席余國樑期望把握2025績佳好勢頭 全運乒乓球高手雲集 港隊乘勇瞄準8強

►港乒隊奪得成都國際乒聯混合團體世界盃銅牌，印證球隊實力不斷提升。



▲黃鎮廷（右）與杜凱榮（左）將是香港乒乓球隊出戰今屆全運會的領軍人物。

全運會港乒球隊名單

成年組	男團
	黃鎮廷、陳頌樺、姚鈞濤、林兆恒、何鈞傑
青年組	男單
	黃鎮廷、陳頌樺
成年組	女團
	杜凱榮、朱成竹、吳詠琳、林依諾、黃凱彤
青年組	女單
	杜凱榮、朱成竹
成年組	混雙
	黃鎮廷、姚鈞濤、杜凱榮、吳詠琳
青年組	男單
	黎駿豪、邱鈞靈
青年組	女單
	蘇籽童、麥明芯
青年組	男團
	黎駿豪、邱鈞靈、羅嘉杰、王昀希、文龍聖
青年組	女團
	蘇籽童、麥明芯、阮芯諾、羅心怡、黃祉睿
青年組	混雙
	羅嘉杰、黎駿豪、蘇籽童、麥明芯

第十五屆全國運動會

倒數15日

2025年世界大學生運動會乒乓球男雙冠軍、WTT歐洲大滿貫男雙冠軍、2025亞錦賽男團亞軍……中國香港乒乓球隊在今年捷報頻傳，接連在世界大賽中斬獲佳績，為即將到來的全運會做足準備。中國香港乒乓球總會主席余國樑在接受大公報獨家專訪時表示，港隊近期狀態正佳、表現亮眼，期望隊員們能延續這股勢頭。無論是成年組還是青年組，比賽時要放平心態，只要全力以赴就可以。「要是能拿到前八名，我們就會很滿意啦！」

大公報記者 蘇雨潤北京報道

「全運會有時候真的比奧運會還難打。」對於乒乓球項目而言，余國樑表示各省市都會派出頂尖運動員參加全運會，國家隊常會以全運會成績作為考察標準，選拔優秀選手進入國家隊，因此其重要性甚至超越部分國際賽事。「我看到馬龍、樊振東等名牌運動員都會參加，今年的比賽一定會非常激烈。」余國樑說。

同時，他稱今年港隊的好成績已然證明香港乒乓球運動員具備強勁的實力，「從德國、瑞典到印度的賽事，我們一路保持着競爭力，希望這份狀態能一直延續到全運會。」當然，余國樑亦告訴港隊隊員，此次參加全運會面對的挑戰相比國際賽場只增不減。

男女一同訓練具優勢

雖然面臨不小的挑戰，但港隊在往屆全運會也有過亮眼表現，2001年九運會時，梁柱恩、高禮澤、李靜三位香港選手便成功躋身單打八強。因此，余國樑希望隊員們能放平心態，「要是能拿到前八名，我們就會很滿意啦！」

談及港隊目前的競爭力，余國樑告訴記者，「對全世界來說，香港乒乓球隊有一個其他隊伍都沒有的優勢，那就是男隊和女隊會共同訓練。」他說，歐洲一些國家男隊和女隊分屬不同的俱樂部，參加混雙、團體等比賽中就會出現配合的問題，但港隊的隊員總是一起訓練，彼此之間都更加熟悉和了解，在賽場上的默契程度也更高，這一優勢在全運會上也會體現出來。

吸引更多青年打乒乓球

2021年8月5日，東京奧運會乒乓球女子團體比賽中，港隊逆轉戰勝德國隊獲得銅牌。在余國樑看來，這個時刻對香港乒乓球事業的整體發展意義重大，它讓更多香港青年看到，從事乒乓球運動也能擁有廣闊的未來，也讓更多家長願意支持孩子投身這項運動。他透露，當時參賽的三位隊員都是土生土長的香港人，「她們凝聚在一起爆發出的巨大能量感染了無數香港市民，之後報名參與乒乓球運動的年輕人明顯增多。」

余國樑堅信，此次全運會同樣會產生「示範效應」，只要運動員能在賽場上打出風采、賽出水平，就能間接影響下一代運動員，讓香港的乒乓球隊伍不斷發展壯大。



▲香港乒總主席余國樑（前排左五）早前帶領一眾港隊小將出席港隊代表團的全運授旗儀式。

全運會 乒乓球決賽賽程

成年組決賽賽程
男、女單：11月16日
男團：11月20日
女團：11月19日
混雙：11月14日

青年組決賽賽程
男、女單：11月15日
男、女團：11月13日
混雙：11月11日



▲2025乒乓球亞錦賽頒獎儀式結束後，國乒主動邀請港隊同框合影。

國乒港隊情誼深厚 同框合影感覺親切

【大公報訊】記者蘇雨潤北京報道：2025乒乓球亞錦賽頒獎儀式結束後，港隊隊員本要離場，卻被國乒主動邀請同框合影，兩隊並肩而站，面向同一面國旗，全員高聲唱響國歌，這幕成為本屆亞錦賽最令人動容的時刻。在余國樑看來，「這就是『一家人』的感覺。」

對練內地球手增實力

談及港隊與國乒的深厚情誼，余國樑笑指港隊被稱為「中國二隊」，他聽到這樣的稱呼也感覺親切。每次港隊想到內地訓練，國家隊總會「開綠燈」，盡可能的為隊伍訓練提供方便。余國樑告訴記者，疫情期間的東京奧運會周期，香港成為唯一一支可以進入內地訓練的球隊。「香港隊在奧運會中能夠取得獎牌，歸根結底離不開國家隊的

幫助。」

「對於乒乓球這項運動，對手是非常重要的。」余國樑坦言，韓國、日本有削球，印度有長膠，如何應對這些挑戰，就需要實力的對手幫助隊員練習，以此尋找到破解各種打法的方式。而香港本地高水平、多風格的運動員儲備有限，因此內地豐富的人才儲備便為港隊訓練提供了很多幫助，「通過與內地選手合練，港隊隊員不僅熟悉了各類打法，更打出了信心。」

這段「乒乓情緣」早在1957年就寫下，當時由香港、澳門選手組成港澳聯隊到廣州、上海、北京等城市進行交流比賽，余國樑的父親余潤興以及代表中國拿了第一個世界冠軍的容國團都在其中。「多年來，內地與香港在乒乓球項目中的交流很多，歷任乒協主席對香港隊的發展都非常支持」。

全運增設青年組賽 「助小將實戰中成長」

【大公報訊】記者蘇雨潤北京報道：黃鎮廷作為目前「港乒一哥」已經34歲了，余國樑表示在團體比賽中需更年輕的隊員與他並肩作戰，「年輕運動員能成長起來，這是可遇不可求的事，即便花再多的錢也買不來，因此香港越來越多的年輕人能夠站出來，這是十分難能可貴的。」

16歲蘇籽童備受矚目

本屆全運會首次增設U18青年組賽事，余國樑認為讓小將更早參與大型比賽，有助培養他們的臨場能力、心理素質。「此次增設青年組比賽有助於更好地在全國範圍內完成梯度建設，為此後的世界大賽儲備人才。」余國樑當中就提到今屆全運港乒成員蘇籽童，年僅16歲的她早前代表香港隊參與亞錦賽，雖然不敵韓國名將申裕斌，但她在很多回合中都表現出色，甚至在一些小局內都打到了局點。

余國樑坦言，隨著黃鎮廷、杜凱榮等核心選手年齡逐漸增長，球隊對年輕運動員「挑大樑」的需求愈發迫切。但香港人口規模有限，人才選拔範圍相對較窄，在新老交替的關鍵階段，中國香港乒總會採取的重要舉措之一就是為年輕選手在實戰中快速成長。

余國樑表示，香港背靠祖國，其中一個重要體現就是香港的青年隊可以去內地進行訓練，憑藉完善的訓練體系和優質的訓練資源，香港隊能夠更平穩地推進新老交替，為項目長期發展提供保障。



▲年僅16歲的蘇籽童將代表港隊出戰全運會乒乓球青年組女團賽事。

余國樑眼中的「黃杜配」

「黃鎮廷 定海神針」

「黃鎮廷是隊伍的『定海神針』，他在賽場上坐鎮，很多年輕隊員在精神上更放鬆。平時他也經常和年輕隊員交流，把自己的臨場經驗毫無保留地傳授下去。此次全運會，黃鎮廷將身兼三項，這對他來說既是挑戰，也是動力。」

「杜凱榮 隊長風範」

「杜凱榮早前亞錦賽中因傷未能出場，但她作為隊長全程場邊為每位隊友打氣，這份投入讓人動容。這正是港隊團結精神的體現，隊伍裏的每個人都緊密相連，場下的人會全情投入為參賽隊員吶喊，沒有人是在單打獨鬥。」

灣區高效合作 展現辦賽實力

【大公報訊】記者蘇雨潤北京報道：今年3月，香港啟德體育園正式啟用，截至目前已經舉辦了香港格蘭披治世界桌球大獎賽、「香港足球盛會2025」等重要比賽。接下來，全運會8個競賽項目及1個群眾項目，以及2025WTT乒乓球總決賽也將落地於此，作為港協暨奧委會副會長的余國樑稱讚香港承辦賽事能力專業。同時，隨著澳門體育產業的興起，粵港澳三地之間的聯繫更加緊密。「香港有非常專業的裁判隊伍和體育場館，我們對於未來承辦更多更好的比賽很有信心。」

「大灣區在體育產業上的聯動是一個大方向。」余國樑認為，此次全運會的舉辦是三地過往合作基礎上的全新嘗試，一方面能進一步促

進三地民眾的交往、交流與交融；另一方面也可以充分發揮大灣區的「聯通」優勢，為三地在經濟、文化等其他領域的合作提供可借鑒的「體育樣本」，為大灣區整體發展注入動力和活力。

余國樑指出，粵港澳三地擁有良好的辦賽基礎，近年來體育交流互動頻繁，已陸續推出了不少比賽，此次共同承辦全運會，三地政府通過持續協調合作，正努力實現「1+1+1>3」的聚合效應。「希望借助全運會的舉辦不斷磨合，探索更高效的合作模式。」他強調，此次全運會不僅是一次體育盛會，更是一個重要的「窗口」，能讓更多人看到大灣區承辦體育賽事的實力，為未來爭取更多國際賽事落地創造可能。

全運會乒乓球賽事小資料

比賽時間：2025年11月7日至20日
比賽地點：澳門銀河綜藝館