

體育頻道

超 燃

籃球 夢



逢星期四出版 2019年8月29日



聶釗華決心為菜農帶來冠軍榮耀

何浩然今夏進步神速

暑假對於每個學界運動員來說非但不是假期，更是努力鍛鍊、提升自己的絕佳時機！兩名備受關注的學界籃球員聶釗華及何浩然今夏在本地籃球愛好者施鴻基引薦下，獲選參加由中國籃球明星易建聯創辦的“薪火陣營”青少年籃球訓練營，在四日系統化及專業化的訓練中進一步提升實力。承接著澳門籃球壇薪火的兩名年青球員決心在新學年的籃球賽綻放光芒，為帶領球隊奪得歷史首冠的夢想奮鬥！

“薪火陣營”自二〇一一年創辦，是由中國知名籃球員易建聯發起的青少年籃球訓練計劃，陣營去年進行整體升級和優化，引進來自澳洲、歐洲及美國的頂級青少年籃球訓練課程。訓練營每年於中國多座城市設立海選，吸引來自中國內地、台灣、香港、澳門數千青年球員報名參加。



聶釗華：把冠軍帶到菜農

從細組開始一直為菜農學校打拼，在B、C組冠軍陣營中佔一重要席位的聶釗華是近年受關注的新星之一，上學年球隊在十六強不敵工聯聯中後，聶釗華很快從挫折中重新站起，決心在中學生涯最後一年把冠軍榮耀帶到菜農。在“薪火陣營”當中，釗華在高水平對抗賽中有了另一番體驗，也掌握到過往未曾展現的新技術，他急不及待要在新學年帶領球隊一同進步，建立起屬於菜農的王朝。

專業訓練汲取知識

“薪火陣營”整個訓練階段分成四日，早、晚均設訓練課，由來自內地、台灣及港澳的球員以輪轉形式在四個場區練習投籃、跑動、防守等不同內容，最後一天則上演不同隊伍間的五打五對抗賽。通過密集式訓練，聶釗華很快從挫折中重新站起，決心在中學生涯最後一年把冠軍榮耀帶到菜農。在“薪火陣營”當中，釗華在高水平對抗賽中有了另一番體驗，也掌握到過往未曾展現的新技術，他急不及待要在新學年帶領球隊一同進步，建立起屬於菜農的王朝。

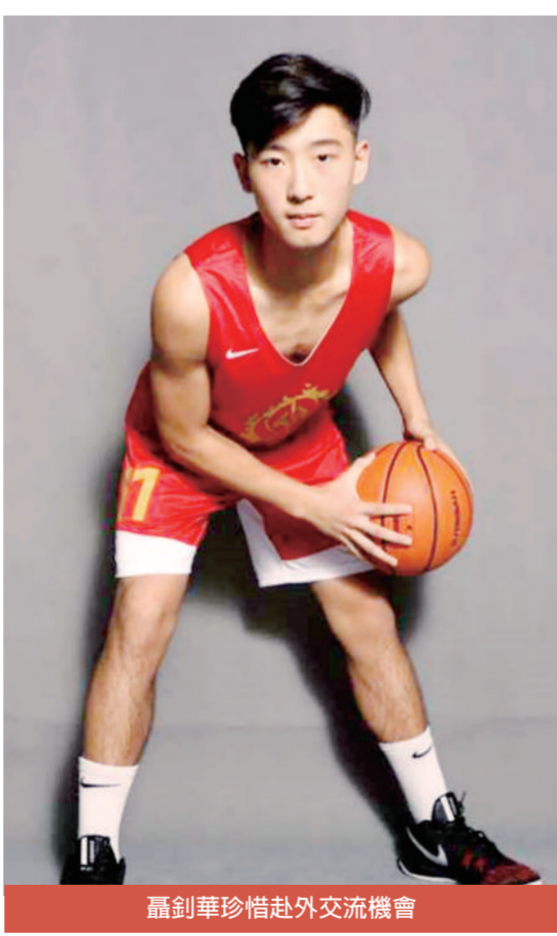
個場區練習投籃、跑動、防守等不同內容，最後一天則上演不同隊伍間的五打五對抗賽。通過密集式訓練，聶釗華很快從挫折中重新站起，決心在中學生涯最後一年把冠軍榮耀帶到菜農。在“薪火陣營”當中，釗華在高水平對抗賽中有了另一番體驗，也掌握到過往未曾展現的新技術，他急不及待要在新學年帶領球隊一同進步，建立起屬於菜農的王朝。

最大收穫看清不足

在澳門屬於全能型球手、能切能投的聶釗華，在“薪火陣營”高強度的對抗賽中深深體會到一股進攻上的無力感，但他未因此受到打擊，反認為看清不足是此行一大收穫：“在澳門切入相對容易一點，但那邊的球員平均身高更高，且對抗強度很大，完全找不到一條可切入的路，即使切了進去他們在後方的追防都有很大強度。”釗華的下個訓練目標是體格：“陣營有強調加強肌肉及體能的方法，今程過後我更希望能加強體格鍛鍊，對之後迎來的學界賽都有幫助。”

冠軍目標依然不變

參加訓練營過後，聶釗華對於新學年實現菜農的“冠軍夢”再次注入信心，懷著滿腔雄心壯志，他決心要推翻粵華近四年的王朝：“菜農一直以來就是欠缺一點經驗，進入淘汰階段後未能發揮出應有水平，新年球隊會繼續以防守為基礎，我也會以領袖身份帶領其他球員一起提升實力，目標就是要戰勝粵華！”



施鴻基：為年青人爭取機會

施鴻基是不折不扣的籃球發燒友，身兼籃球教練、籃球活動發起人等多重身份，一份對籃球的熱愛讓他機緣巧合的認識到海外更多志同道合，同時為澳門年青球員打開了衝出澳門、走進世界的門扉。以非牟利形式、自費去攜同球員出外的“真籃人”施鴻基期望為年青球員爭取更多外圍機會：“一直以來，澳門球員曝光率總是較中港台球員低，希望通過像薪火陣營等更多活動機會，把年青球員帶出澳門，也許他日真有球員會被外籍教練看中，為他們帶來以籃球升學的好機會。”

自費帶領球員外圍

自二〇一四年起，施鴻基就以中介人的身份，自費帶領球員參與“薪火陣營”籃球訓練營活動，首年參與的“阿橙”容毅毅最終更獲選為陣營“最佳五人”。撤去去年

拋板入樽！何浩然還要跳得更高



何浩然苦練中投技術

新華學校的中鋒何浩然尤如澳門版“櫻木花道”，在短短兩年球齡進步神速，一次又一次在球賽展現出無限潛力，在今夏剛結束的“BOSCO TEEN”全澳青年籃球賽，何浩然就包辦 MVP、得分王、籃板王獎項，帶領由幾支學界軍成員組成的昊駿奪冠。在“薪火陣營”中，獲選參戰全明星對抗賽的何浩然更在快攻當中上演一記“澳門街”罕見的拋板入樽，新的學年，何浩然還要到學界賽場跳到更高處，與新華隊友一同追逐奮鬥已久的夢想。

實戰首秀拋板入樽

在本地籃球多次表現驚人彈跳力的何浩然，在“薪火陣營”訓練營上成就了人生首次實戰中的拋板入樽，成為了他在此行最深刻的一幕：“那球剛好獲得了快攻機會就嘗試了拋板入樽，自己都曾經練習過，但實戰做出來真是第一次。落地的一刻相當興奮，沒想過首次嘗試就能成功，場邊都是歡呼聲！”

苦練中投“屈機”升級

儘管何浩然的身高及彈跳力為他帶來強大的內線優勢，但他不願只“屈”居籃底，在這趟訓練營中他專注於投籃訓練，勢要把“屈機”程度升級：“那邊的內線打出很大強度，我在對抗中總是嘗試拉出來試射中投，這點給了我不少啟發，畢竟自己在澳門都算高，只要投籃更精準的話相信對方很難把我防下，接下來我會把後仰跳投的技術練得更紮實。”



何浩然在“薪火陣營”明星賽拋板入樽



武術亞青賽 澳門收穫7金9銀4銅

獎牌榜

項目	獎牌	項目	獎牌
男子兒童組棍術	蔡濠洋 (金牌)	女子兒童組棍術	章玥翎 (金牌)
男子兒童組劍術	陳星輝 (銀牌)	女子兒童組槍術	曾 亭 (銀牌)
男子兒童組長拳	陳星輝 (銅牌)	女子少年組劍術	王泳欣 (金牌)
男子少年組刀術	李卓洋 (金牌)	女子少年組槍術	王泳欣 (銀牌)
男子少年組劍術	鄭子軒 (銀牌)	女子少年組棍術	劉婉琦 (銀牌)
男子少年組槍術	錢嘉濠 (銅牌)	女子少年組刀術	劉婉琦 (銅牌)
男子青年組南拳	章睿哲 (金牌)	女子青年組南拳	黃心妍 (金牌)
男子青年組劍術	錢嘉濠 (銀牌)	女子青年組南刀	黃心妍 (銀牌)
集體項目	章睿哲、陳子傲、錢嘉濠、李卓洋、鄭子軒、布曉琳、洪司帆、劉婉琦 (金牌)	女子青年組南棍	黃心妍 (銀牌)
		散打男子青年組 60 公斤	楊樂軒 (銀牌)
		散打男子少年組 48 公斤	郭敬鴻 (銅牌)

運動員名單

套路隊伍

男運動員：章睿哲、陳子傲、李卓洋、錢嘉濠、

鄭子軒、陳星輝、蔡濠祥

女運動員：黃心妍、王泳欣、劉婉琦、洪司帆、

布曉琳、章玥翎、曾 亭

散打隊伍

男運動員：古曉嵐、郭敬鴻、楊樂軒、王鎮偉