

體育頻道

學武之人



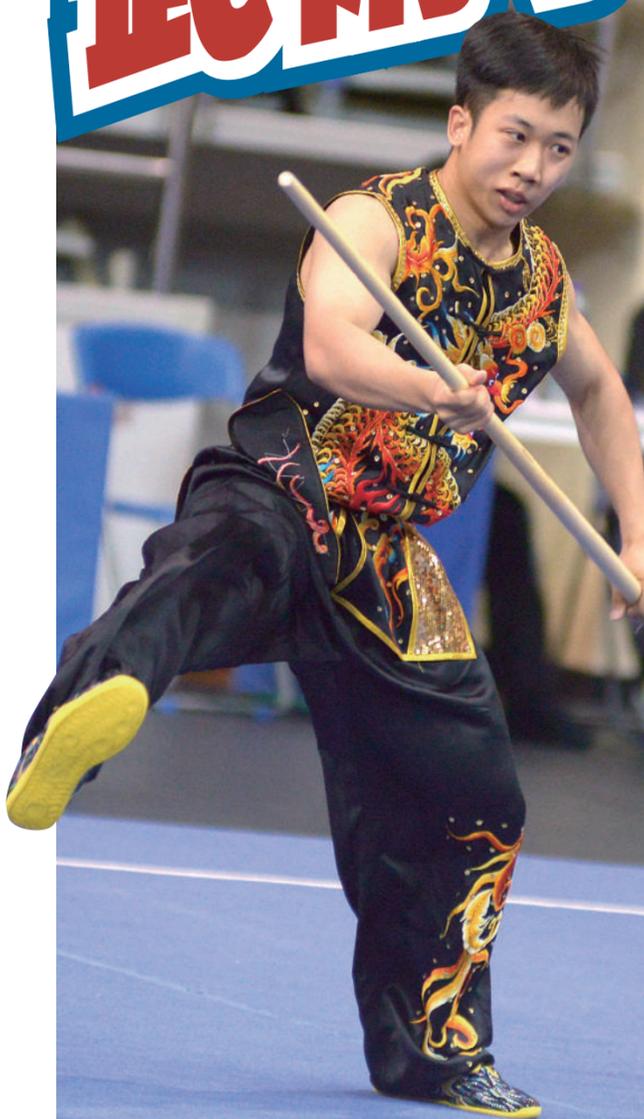
武術隊派出三男三女運動員出戰全學運中學組比賽



衝！衝！衝！ 武術小將 全學運大步走

全學運備戰系列

第十四屆全國學生運動會定於下月中在山東省青島市舉行，澳門學界代表團將派出武術隊出戰，武術總會總教練尤俊賢直言早已準備就緒，兩男一女的大學組成員、以及三男三女的中學組小將整裝待發：“爭取獎牌一直是我們的目標，但內地高手如雲，先做好自己，再期望為澳爭光！”



章睿哲出戰大學組



尤俊賢對武術小將寄予厚望



黃心妍今屆升上大學組作賽

中學大學九人名單

澳門武術代表隊在上屆杭州全學運收穫一枚銅牌，事隔四年，爭取獎牌的重擔變得 heavier；不過武術總會在梯隊培育方面成熟，近年各個年齡層都有新星接班，無懼全學運的任務與挑戰。武術隊將派出上屆在中學組獲銅的黃膾先、黃心妍及章睿哲出戰大學組賽事，而中學組

名單亦有三男三女，包括李卓洋、錢嘉濠、陳子傲、布曉琳、洪司帆及劉婉琦。

出戰長拳南拳太極

負責挑選出戰陣容的總教練尤俊賢表示：“按照今屆全學運的規程，我們派出三名大學組、以及六名中學組運動員參賽，當中有全澳青少年武術賽冠軍、亦有學界賽金

牌得主，從中根據我們自身的強項，決定出戰長拳、南拳及太極三個類別的賽事。”

尤總教：競爭激烈

以目前武術集訓隊陣容，年輕運動員人才濟濟，尤教練承認在選拔上非常困難：“選拔指標主要是根據長期訓練表現、常態發揮情況、完成套路動作的難度及穩定性、訓

練出勤等各方面考量，隊內競爭確實是激烈的，因為符合參賽的集訓隊成員中，每個項目最少有兩個運動員有機會，但參賽名額有限，只能取捨，對我來說真的手掌是肉手背也是肉，非常困難。”尤俊賢補充，武術隊出戰全學運前將會進行針對性集訓，把狀態提升起來。

拼盡爭取不斷進步

內地高手如雲，參賽經驗豐富的武術隊肯定體會最深，尤俊賢認為對年輕運動員是很好的磨練機會：“相信大家知道內地省市的武術水平有多高，所以我們本著做好自己的心態去拼，同時寄望年輕運動員盡最大努力去爭取，更主要是他們在準備這個賽事的過程中不斷進步。”

李卓洋：渴望比賽多時

年初在學界賽橫掃三金的李卓洋如願獲得全學運入場券，他坦言非常渴望比賽來臨：“去年受疫情影響，大家都沒有機會出外比賽，等了這個賽事很久，當知道自己最終入選，非常高興。可能因為不斷訓練，自覺在過去一年裡確實有不少技術上的提升，但最擔心畢竟是傷患，在難度動作上需要克服，保持更高的穩定性，盡力而為。”

李卓洋將會出戰最擅長的刀術和棍術，雖然教練和自己都有信心做好，但面對內地高水平選手，李卓洋更希望是挑戰自我，全力跟他們拼一拼：“首先是減少場上的失誤，穩中求勝。而且全學運每三年舉辦一屆，對於已經高二的我來說，這是最後一次以中學生身份參賽，必須珍惜，亦肯定會珍惜，不辜負教練對我的信任。”



李卓洋珍惜比賽機會



洪司帆轉戰太極項目

洪司帆：認清太極之路

從小習武的洪司帆一直以長拳劍槍為主項，前年賽完亞青賽之後，去年突然轉投太極項目訓練，並迅速在新嘗試中找到突破點：“由於力量不足，教練建議我轉太極方向發展，訓練了一年，自覺速度上確實更適合太極；今次全學運是我轉戰太極後第一次迎來大賽，一方面想知道自己

水平，另一方面希望證明自己。”洪司帆上屆有份出戰杭州全學運，雖然是對練而非個人項目，但她相信有助減輕怯場和壓力：“畢竟是比賽，總會緊張的，但比賽機會非常難得，更加應該好好把握做到最好，將平日訓練應有的水平完全全發揮出來，目標爭取晉級決賽。”



陳子傲認為場上最大對手就是自己

陳子傲：珍惜學習機會

陳子傲五年前入選集訓隊，前年獲得首次代表澳門出賽的機會，今次出戰全學運更是首次參與大型綜合性運動會，他感謝教練給予機會：“我的比賽經驗不多，十分多謝教練讓我出外見識，因為內地無論是中學生還是大學生的水平都已經非常高，我一定會珍惜機會，好好學習。”

主項南派的陳子傲將會在今屆全學運出戰南拳南棍，目標是超越自己：“落到場對手就是自己，所以我的重點是做好難度動作，避免失誤，希望在出賽前好好檢討節奏和動作軌跡等細節。”



布曉琳對獲得全學運資格感到喜出望外

布曉琳：隊內競爭激烈

以三金告別學界賽場的布曉琳還有更大意外收穫，趕及在高三畢業前出戰全學運中學組賽事，第一次也是最後一次的機會：“中學組只有三個女子名額，我獲得其中一席，確實喜出望外，因為隊中有不少隊友比我表現好，自知水平並非十分突出，所以能夠參與全學運，真的非常開心。”

布曉琳一直強調自己表現不是最好的，但入選絕不僥倖，努力勤奮正是她的優點：“我知道競爭非常激烈，大家都想去見識，都希望出外比賽，所以我只能在訓練上認真和做好，在其他休息時去鞏固基本功，將勤補拙。緊張，應該是我最需要克服的事情，希望以最好表現完成這個可一未必不可再的機會。”

錢嘉濠：投入克服緊張

即將高三畢業的錢嘉濠趕上首次參與全學運中學組尾班車，將會出戰強項長拳和劍術：“能夠在中學階段參與全國學生運動會，相信對每個學界運動員都有著非凡的意義，我當然希望在比賽中有好表現，為自己留下美好的回憶，但無論結果怎樣，能夠參與已經十分滿足。”

第一次挑戰新賽事，難免緊張，錢嘉濠分享一套抗壓方式：“平時比賽我會在上場前深呼吸，讓心情放鬆一點，但相信面對全學運時未必用得著，因為我知道怎樣做都會緊張，所以更要集中比賽，不去想它，全程投入去表現自己。”



錢嘉濠趕及在中學畢業前參與全學運



劉婉琦以晉級決賽為目標

劉婉琦：目標預賽突圍

十五歲的劉婉琦年紀輕輕，但比賽經驗不淺，兩屆亞青賽洗禮令她的心態更成熟：“之前賽完學界賽講過，希望有機會

參加全學運，感謝教練給予機會。內地強手太多，我目標是盡全力去拼，從對手身上學習，看看有沒有機會在預賽突圍。”



“澳門國際龍舟賽2021”圓滿結束 消防局3冠 / 澳門青少年發展協會2冠成大贏家

消防局		澳門青少年發展協會			
小龍 200米					
組別	獎項	決賽時間	組別	獎項	決賽時間
公開組	冠軍	47.561	女子組	冠軍	56.912
公共機構組	冠軍	50.091	標準龍 500米		
公開組	冠軍	1:53.480	女子組	冠軍	2:11.865