

體育頻道

MACAO
Happy
www.happymacao.com

Vol.208

徵集人沙場



肯拼就有機會！ 沙排小將戰全學運 誓要搏到盡

全學運備戰系列

第十四屆全國學生運動會將於下月中旬在青島舉行，今屆賽事增設沙灘排球及花樣跳繩作為競賽小項，為選出沙排小將征戰全學沙場，澳門排總於五月籌組全學運選拔賽，吸引男、女子合共二十七隊學界組合報名參加，最終兩支培正組合包括男子組張皓泓/朱樺均及女子組梁子睿/甄語嫣脫穎而出奪冠，獲得全學運參賽資格。兩支隊伍將於下月赴全學運賽場，與各省市沙排組合展開角逐，儘管在身形及沙排專項意識上略遜於遜色，但澳沙排隊將秉持“肯拼就有機會”的信念，決心在首次全學沙排征途上打開勝利之門。



第十四屆全國學生運動會將於下月中旬在青島舉行，今屆賽事增設沙灘排球及花樣跳繩作為競賽小項，為選出沙排小將征戰全學沙場，澳門排總於五月籌組全學運選拔賽，吸引男、女子合共二十七隊學界組合報名參加，最終兩支培正組合包括男子組張皓泓/朱樺均及女子組梁子睿/甄語嫣脫穎而出奪冠，獲得全學運參賽資格。兩支隊伍將於下月赴全學運賽場，與各省市沙排組合展開角逐，儘管在身形及沙排專項意識上略遜於遜色，但澳沙排隊將秉持“肯拼就有機會”的信念，決心在首次全學沙排征途上打開勝利之門。

張皓泓/朱樺均冀展無限可能性

全學運選拔賽男子組由年僅十五歲的張皓泓及十三歲的朱樺均異軍突起，在選拔賽中擊敗不少男子A組熱門隊伍，勇奪全學運沙排賽參賽資格，教練洪知俊形容這支年青組合是一隊擁有未知可能性的奇兵，即使缺乏沙排賽實戰經驗，但在餘下來一個多月備戰時間將針對各項沙排細節作特訓，並會進行更多模擬對賽，力求在全學運發揮潛能，全力爭勝。

短時間內重點特訓

張皓泓及朱樺均都是培正男B排球隊的主力大樁手，在學界賽擁有相當不錯的擊球點



兩名生力軍本夏將全力投入沙排訓練



教練洪知俊對兩名年青球員寄予厚望



張皓泓打出穩定性

及打擊成功率，張皓泓亦是早前出戰全運會排球青少年資格賽的正選球員之一。教練洪知俊表示這支隊伍在選拔賽初期未受太大關注，最後卻出人意料地脫穎而出，他認為兩人的最大特點是未知的可能性：“他們沙排經驗少，但學習能力強，可塑性高，有條件在短時間內有很大進步，就看球員願意投入多少心力去備戰，畢竟全學運對於參賽球員有所限制，倘若能在場上打出拼搏及保持專注度，要獲勝也非全無機會。”

球隊接下來將展開特訓，除了在組織攻勢及上網配合等細節技術外，他們亦將重點加強發球技巧，爭取在發球打出壓制力，發揮擊球點的優勢。有別於室內排球賽，沙灘排球賽將是二對二的較勁，球員在戰場上的合作性及心理素質尤為重要，洪知俊相信這支青年組合有力在實戰上穩著心態：“目前小組賽還未抽籤，各支隊伍的水平其實有點像開‘出奇蛋’一樣，要打過才知道差距，沙排賽場的心理影響亦會較室內排球大，兩位

球員張皓泓及朱樺均都是心理較平穩的球員，只要他們能在比賽間站穩陣腳，對他們還是有不少期望。”

沙排新將表現決心

早前剛出戰全運會青年資格賽的張皓泓表



張皓泓(右)及朱樺均在選拔賽脫穎而出

示在回澳後立即投入沙排訓練，為全學運選拔賽作準備，他對於與柏樺朱樺均在賽場上的發揮尚算滿意：“主要是針對沙排的基本功去訓練，畢竟兩人應戰，在一傳及控球穩定度都很重要，在選拔賽上我們狀態都不錯，各方面都較之前更為穩定，相信這是我們獲勝的原因。”在出戰全學運前，張皓泓希望能加強進攻的威脅力，即使回球未能及時修正無法扣殺，也要切法把球打到對方更難防守的位置。

年僅十三歲的朱樺均在學界C組時期就發揮出無限潛力，首次代表澳門學界隊出戰全學運沙排賽將是這名小將的重大挑戰，選拔賽前沒想過能拿下全學運資格的他決心在接下來的時間將勤補拙，練好沙排的基本功：“接下來每周都會到黑沙海灘沙排場訓練，一定要針對發球的弱項作加強，希望能在全學運把訓練成果悉數發揮出來，期望着此機會多了解不同地區排球員的實力，多累積對外賽事的經驗。”

梁子睿/甄語嫣及張皓泓/朱樺均將出戰全學運沙排賽



教練林永健期望能在特訓中提升梁子睿(右)及甄語嫣(中)的沙排意識

梁子睿/甄語嫣重新學習挑戰沙場

梁子睿及甄語嫣是培正女A排球隊的隊友，本學年合力為培正創造十三連冠佳績，在室內排球賽，兩名球手在本地學界賽具備上乘的進攻火力；但來到沙灘排球賽，兩人都深明在沙排意識及防守技術上的不足。進入最後的備戰期，她們將把著眼點放在一傳技巧上，期望能搶下進攻主導權，同時希望培養更佳默契，在變幻莫測的沙排賽場上拼盡全力，發揮澳門運動員打不死的精神。

培養默契練好體能

梁子睿及甄語嫣自兩年前開始組軍參加本地沙排賽，兩人年齡相若也同是培正隊友，最終在選拔賽上發揮優勢，在決賽中直落兩局拿下出戰全學運的資格。對於即將挑戰全國學生級別的沙排舞台，梁子睿認為兩人的默契仍待加強：“我們都是主力訓練室內排球，在沙排賽的默契還未做到最好，有時會

出現一些誤會球，站位上亦有待改善。”在室內排球賽，各位置的球員在攻、守、傳等領域各司其職，但在沙排場上兩人要包辦進攻、防守及組織所有環節，梁子睿坦言是對體能的絕大挑戰：“我們不單要兼顧二傳，也要去追球防守，有時攔網後還要立即回到合適位置扣殺，體能消耗將比室內賽事更大。”

享受沙排各種挑戰

隊友甄語嫣同樣認同沙排賽為她們帶來別樣考驗，像比賽間的心理穩定性及變幻莫測的環境因素都與室內排球不同，但這正是沙排賽的魅力所在：“在澳門很少有機會在酷熱及受風向影響的環境下打排球，在賽場上考驗球手的技術、體能及默契，這些挑戰都是沙排好玩的地方。”此外，在室內球賽司職快攻手的甄語嫣期望通過沙排特訓，改

善防守端的技術：“本身在一傳及防守技術上不如其他球手，會在這方面下苦功，也希望自己的彈跳力能在沙地發揮進攻的優勢。”

拼盡所有 全力爭勝

為了讓兩名過往專攻室內排球賽的女球手適應沙排賽，女子沙排隊教練林永健強調會在沙排站位意識方面下苦功，也將盡量發揮兩名球手的優勢：“澳門人口較少，球員都是兼顧室內排球及沙排訓練，接下來希望能以最有效的方法提升沙排賽場意識，兩名球員都有不錯的基本功，在本地青年組別也是最高水平，首要一定是做好發球，因為這是對方無法干擾的環節，倘若能破壞對方一傳，也能減輕防守壓力，更能把握攻擊機會。”儘管與內地省市球員相比，澳門球員在身



梁子睿及甄語嫣期望發揮進攻火力



沙排賽考驗球員默契

型及專項技術上都處於劣勢，但林永健相信在沙排場上只要肯拼肯搏，什麼都有可能發生：“沙灘排球非常特別，球場的空間很大，只要能多一分拼勁，就算實力不如對手也有機會打成均勢，別人以為你追不上的球，你都去追，以為你守不到的，都去守，只要傾盡全力把球墊過去，就有機會得分，希望她們能發揮澳門運動員打不死的精神！”



2021全澳沙灘排球聯賽圓滿結束

各組獲獎名單：

男子甲組

冠軍：騰駿 A 陳嘉倫/ 譚哲明
 亞軍：紅藍 A 林樂恒/ 黃偉熙
 季軍：紅藍 B 徐梓駿/ 戴坤鉞
 殿軍：慈青 25 區振昇/ 李忠漢
 最有價值球員：陳嘉倫
 最佳發球：陳嘉倫
 最佳防守：徐梓駿

女子甲組

冠軍：紅藍 A 梁安盈/ 羅詠心
 亞軍：紅藍 B 譚健婷/ 李京勵
 季軍：鳴吳 A(狼體) 陳美瑩/ 胡婷芝
 殿軍：凌鋒 A 周家敏/ 王芷雯
 最有價值球員：羅詠心
 最佳發球：胡婷芝
 最佳防守：譚健婷

男子乙1組

冠軍：紅藍 D 洪知俊/ 莫仁狄
 亞軍：慈青 洪熙洛/ 關嘉杰
 季軍：立風 A(翔揚) 楊正濠/ 梁文智
 殿軍：培正 B1 張皓泓/ 朱緯均
 最有價值球員：洪知俊

女子乙1組

冠軍：梓楓 余文希/
 Raitz Possamai Lumibao Shamita
 亞軍：培正 C 林樂思/ 雷靖琪
 季軍：培正 D 王玥/ 張鑑晴
 殿軍：凌鋒 B 陳漪蔓/ 孫玉林
 最有價值球員：Raitz Possamai
 Lumibao Shamita

男子乙2組

冠軍：毅雲 楊兆豐/ 羅肇軍
 亞軍：熊貓 李澤坤/
 Chan Siqueira Veriano Luis
 季軍：培正 A2 陳俊名/ 甘力宏
 殿軍：嵐朗 FC 林文浩/ 鍾智榮

女子乙2組

冠軍：浸信 A 林靜/ 李婉瑩
 亞軍：紅藍 X 梁詠琪/ 陳詠琛
 季軍：鳴吳 MIX(狼體) 何梓凝/ 羅安琪
 殿軍：培正 UL 源卓穎/ 駱伊璇