

科齊辛格在馬拉松中找到長壽之道

百歲人瑞 跑馬為樂

香港長跑好手陳潔儀、賴學恩望能打破個人最好成績。香港文匯報記者 黃舒慧 攝

香港文匯報訊(記者 黃舒慧)今年渣馬最矚目的參賽者,非百歲「人瑞」科齊辛格莫屬。即使已達一百高齡,科齊辛格仍活躍於大大小小的馬拉松賽事,以身體力行告訴一眾年輕後輩:「多做運動身體好。」而且老人家不但於馬拉松中找到「長壽之道」,更於其中領悟道「為善最樂」的精神,透過馬拉松進行籌款,希望可以幫助一眾視障人士。

妻兒離去 跑馬擺脫陰霾

對很多人來說,馬拉松可能只是一項運動;但對科齊辛格而言,馬拉松卻是他的「救贖」,使他往後的幾十年人生產生巨大的變化。十多年前,科齊辛格的妻子、兒子離世對他造成沉重打擊,更令他情緒崩潰抑鬱。為了令他早日擺脫陰

霾,家人除了為科齊辛格移民英國,更鼓勵他長跑,轉移注意力。想不到這樣一跑,科齊辛格便如脫胎換骨,在馬拉松中找到新的方向、精神寄托。

堅持每天慢跑16公里

科齊辛格竟然愈跑愈「勇」,不但至今已跑完8次全程馬拉松賽事;身子硬朗的他仍堅持每天慢跑16公里,其意志和毅力足可媲美「陶侃」。老人家如此愛跑,全因他在跑步中發掘了自己的「快樂之源」:「我跑步的時候會感到開心和感恩。我會繼續跑步,因他給予我生命。」今次千里迢迢來港參加10公里,科齊辛格除了希望感受「快樂」,更望讓更多人都感受到快樂。這位百歲老人借今屆馬拉松賽事為一眾視障人士籌款,以自己的「快樂之源」去幫助別人。

科齊辛格的隨行教練期望他可以在90分鐘內完成賽事,但畢竟首次參加渣打馬拉松,教練亦有「小擔心」:「有很多選手參加今次比賽,我怕太多人會把他推倒,到時希望會有足夠的空間讓他跑步。」

百歲高齡的科齊辛格向香港市民問好,呼籲港人勤跑步。香港文匯報記者黃舒慧攝



馬拉松精神

堅毅不屈、不畏困難



這兩星期有關「渣打馬拉松」的報道鋪天蓋地,多不勝數。上星期在維園舉行的嘉年華除安排參賽者領取比賽物品外,更吸引了不少市民參觀。本會所設攤位亦讓許多市民流連多時,不願離開,一嘗試射擊滋味。在嘉年華眾多活動中,除本會的射擊活動外,筆者亦鍾情名為「馬拉松101『Give Me 5』大行動」——充氣手掌設計造型展覽,別具意義。

「馬拉松101」是渣打馬拉松的教育活動,於6年前開始舉辦,每年主題不同。今年的活動是透過邀請中小學生為巨型手掌設計造型,展示「堅毅不屈、不畏困難的馬拉松精神」,並鼓勵各界互相關懷和共融,一起邁步成長。本會硬地滾球運動員郭海瑩應邀創作,她的作品(見圖)及創作理念配合主題,願與讀者分享。海瑩創作的手掌以黃色為底色,象徵馬拉松賽事的正能量,深淺綠色的腳印代表香港市民以行動支持馬拉松跑手;指尖上的心形圖案,加上「渣打馬拉松」的字眼,代表海瑩對馬拉松的熱愛;手心畫上「渣打馬拉松」標誌,希望大家都能夠參與其中——「Get Involved」,一起支持馬拉松。

香港殘疾人奧委會暨殘人士體育協會供稿

渣馬高手雲集將演龍爭虎鬥

香港文匯報訊(記者 黃舒慧)2012年度渣打馬拉松明天將會展開角逐,大會昨日(3日)舉行記者招待會,邀請為此盛事遠道而來的各地好手匯聚一堂,來個賽前大「晒冷」。除了去年男子全馬冠軍羅迪力求衛冕外,來自肯尼亞、埃塞俄比亞等地的國際好手亦對冠軍之位虎視眈眈,相信今屆渣打馬拉松將會上演一場「你追我趕」的龍爭虎鬥。

了世界頂尖跑手參賽,吸引了來自肯尼亞、埃塞俄比亞、朝鮮、烏克蘭、中華台北等地健將慕名而來來港參戰,期望明日能於7萬人中脫穎而出,以首名衝過終點。

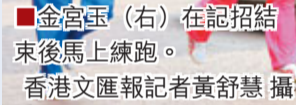
本地跑手挑戰自我做PB

面對眾多的世界級對手,力求衛冕的肯尼亞選手羅迪頓頓覺挑戰大增:「我希望今年能衛冕成功,但愈來愈多實力強勁的跑手來港參賽,



香港文匯報記者黃舒慧攝

定要傾力以赴。」女子組別的競爭激烈程度亦不遑多讓,分別奪得07、08年渣馬冠軍的肯尼亞選手雅嘉查和朝鮮的金宮玉再度重臨香江,期望能力壓其他對手於今屆渣馬「封后」。身為朝鮮數一數二的長跑名將,金宮玉早已奪得倫敦奧運的參賽資格,而今次再臨香港角逐渣馬盛事,她表示全因喜歡香港這城市。曾參與不同的國際賽事,金宮玉認為渣馬的賽道甚具挑戰,不過她仍有信心可以跑贏一眾群雄,再捧冠軍獎盃。



金宮玉(右)在記招結束後馬上練跑。香港文匯報記者黃舒慧攝

不讓外國選手獨領風騷,本地的長跑健兒紀嘉文、賴學恩、陳潔儀和姚潔貞等皆積極響應賽事。能與地位甚有來頭的國際好手同場競跑,本地運動員賴學恩和陳潔儀都覺得十分榮幸。而2人亦本着「挑戰自我」的心態參加今屆渣馬,雙雙期望能於賽事中打破個人最佳成績(PB)。

南華晨曦今爆發大戰

香港文匯報訊(記者 郭正謙)「南華」大戰今午旺角場爆發!今屆港甲聯賽前列形勢空前緊湊,飛馬及傑志稍稍領先,而南華、公民及晨曦均有爭標機會,兩支傳統勁旅將於今午2時30分於旺角大球場碰頭,爭奪三分之外亦為即將來臨的高級組銀牌決賽預演。門票一律收60元正,長者及學生特惠票收20元正。

晨曦自季初的爆發後近況明顯有所回落,近三場聯賽皆北,而且三戰均是被冠軍競爭對手擊敗,目前已跌至第五位的晨曦要爭冠今仗不容有失,近戰卓利晨曦主要的問題源於後防,卓卓及基藍馬先後缺陣令晨曦防線出現裂痕,今仗面對南華有大將基藍馬復出料可穩定軍心,而前線巴利則繼續肩負重任。而南華經過亞超盃的洗禮後球隊愈戰愈勇,雖然吳偉超決定離隊以及李志豪受傷可能未及趕及披甲,不過球隊仍有足夠兵源應付任何港甲對

手,一對巴西雙子星新援利馬及迪亞高均在亞超盃中顯示出不俗質素,尤其是利馬更是南華尋覓已久的中場指揮官,預計將成晨曦心腹大患。另外下午5時30分元朗大球場將上演天水圍飛馬對深水埗,潘耀輝「倒戈」面對深水埗成今仗焦點,再加入吳偉超配合潘耀輝兩大強將的飛馬表現令人期待。昨晚甲足聯賽傑志以3:2勝港菁升上榜首。



南華對晨曦必有惡鬥。資料圖片

NBA全明星賽陣容 侯活成票王

在2日揭曉的2012年NBA全明星賽10位首發球星中,僅來自邁阿密和洛杉磯兩市的熱火、湖人和快艇三隊就佔據了其中6個席位。不過,本屆全明星賽的「票王」卻不是來自上述三隊的名將。魔術隊的「超人」侯活力壓湖人隊的高比和熱火隊的占士等球星,以1600390張選票高居榜首。高比和公牛隊「牛頭」羅斯分列第二、三位,兩人與侯活分別相差了44911張和85667張選票。

由全球球迷投票產生的今年全明星賽東部聯盟和西部聯盟的首發陣容如下:

西部
後衛:高比(湖人)、保羅(快艇);前鋒:杜蘭特(雷霆)和基芬(快艇);中鋒:拜林(湖人)。

東部
後衛:羅斯(公牛)、韋迪(熱火);前鋒:占士(熱火)、安東尼(紐約人);中鋒:侯活(魔術)。

在上述10位球員中,基芬和拜林是第一次入選首發陣容,其中拜林是抓住了前火箭隊中鋒、「中國長城」姚明年因傷退役的機會得以入選。高比此次是連續第14年入選首發陣容,從而追平了奧尼爾、韋斯特、馬龍保持的連續入選首發陣容次數最高紀錄。今年的全明星賽將於2月26日在奧蘭多舉行。

新華社



侯活成為全明星賽票王。美聯社

NBA常規賽 周三賽果			
鷹隊	77:96	灰熊	
紐約人	102:105	公牛	
馬刺	93:81	黃蜂	
帝王	95:92	拓荒者	
快艇	91:112	金塊	
勇士	119:101	爵士	

摩力克首次公佈港隊大軍名單

香港文匯報訊 香港足球代表隊新教練摩力克首次點兵,公佈27人港隊操練名單。港隊將在2月7及14日在旺角球場作兩課操練,摩力克期待與球員首次合作。



摩力克(右)上任後首次點兵。新華社

曾兩度奪取澳職最佳教練的摩力克說:「上月到港後,我已看過多場球賽,讓我在競爭環境下觀察球員表現。我根據觀察所得挑選球員,下一步是在操練中作近距離考察。我要強調,這是一組擴大的操練名單,讓我從兩次操練中考察球員,備戰本月底對中華台北的友賽。這不應被視為該賽的陣容,現時未能上場的球員,仍有入選的機會。名單上新老並存,我十分期待下周二與球員首次合作。」

2月7及14日香港隊操練名單

門將: 王振鵬(傑志)、謝德謙(公民)、葉鴻輝(南華);
後衛: 張健峰、吳偉超(天水圍飛馬)、李志豪、陳偉豪(南華)、曾至孝(港菁)、翟廷峰(標準流浪)。
中場: 李康廉、陳銘剛、劉念溢(天水圍飛馬)、方柏倫(深水埗)、李威廉、梁振邦、白鶴(南華)、劉松偉(標準流浪)、黃洋、梁子成、林嘉緯、盧均宜(傑志)、梁子駿(晨曦)。
前鋒: 陳肇麒、歐陽耀冲(南華)、高梵(天水圍飛馬)、陳立明(大埔)、劉卓軒(深水埗)。

體壇短訊

本地運動員首拍國際品牌廣告

香港文匯報訊 世界知名體育品牌adidas次首次起用本地運動員拍攝廣告,足球員陳肇麒(見下圖)、李康廉及籃球員方誠義、劉子健四位本地運動員擔任廣告主角,四位運動明星都表示非常興奮。「好開心!平時行街看國際級體壇明星的廣告就多,今次輪到自己做廣告主角,感覺好型!」陳肇麒指做任何事都要「鍛鍊、時刻就緒」,否則難以成功。



協會盃港隊小組首名出線

香港文匯報訊 香港女子網球隊於2012協會盃亞洲/大洋洲區第二組最後一天小組賽以2:1擊敗吉爾吉斯斯坦,在A組以首名出線,2月4日會與B組首名印度進行決賽,爭取2013年升上亞/大區第一組的唯一席位。隊長余曉東總結說:「張玲今日略為緊張,於單打賽發揮不如理想。幸而在雙打賽回復水準。」香港與印度在協會盃曾對壘三次,最近一次為2008年亞/大區第一組第七/八名次賽,最後印度以2:1取勝。今屆港隊代表球手為陳詠悠、張玲、張璋恒和楊子君,隊長再次由余曉東擔任。