

聯賽失分 南華水「深」火熱

A39

體育世界



文嘉(右)倒掛破蛋。
香港文匯報記者潘志南攝

香港文匯報訊(記者 潘志南)冷風直吹bma甲組足球聯賽,「巨型班」南華在主场香港大球場陰溝裡翻船,被榜尾的深水埗爆冷追和1:1。南華此役失分,為傑志送上衛冕聯賽錦標的黃金機會,南華班主羅傑承賽後更是木訥久久不語,坦言要奪得聯賽錦標更難。另一場在旺角場舉行的聯賽,晨曦繼續低迷,以

1:2負於屯門,自奪得銀牌冠軍後已連敗2場,聯賽更是6連敗。南華的前足球先生李威廉在開賽25分鐘主射一記25碼罰球破網,可是南華未能再拉開比數,祖爾接應陳肇麒二傳射中楣。深水埗半場只落後1球,加上南華的白鶴在下半場15分鐘蓄意手球,「兩黃一紅」被逐離場,在打多1人的情況下,令該支年輕甲組隊攻得更放膽。80分鐘,劉卓軒在離門廿多碼主射罰球破網,為深水埗追成1:1,可惜球隊今仗欠運,比連曾先後中楣和中柱,最終錯過在聯賽爆大冷「開齋」的大好良機。

南華現時在聯賽榜以24分位列第3位,較次席的飛馬少4分,而且還比多踢1場、暫列榜首的傑志少5分。深水埗教練李志堅賽後認為這場和局是球員進步和努力所得的回報,下場對傑志希望以贏波作目標。另外,屯門憑藉比圖主射十二碼中鵠,加上馬高遜的門前補射,作客以2:1擊敗晨曦,令後者嚐得聯賽6連敗。晨曦僅由文嘉接應基藍馬助攻倒掛破蛋成1:2完場。屯門教練甄力健賽後表示:「屯門久未贏波,下半季目標就是希望借今場勝利增添信心,爭取排名升上至較高位置。」



深水埗門將杜拉格斯(右)出迎沒收皮球。
香港文匯報記者潘志南攝

魯域斯基擺脫近期的低迷,砍下個人今季兼全場最高的40分,率領上屆總冠軍小牛周六在主场以102:96擊敗爵士,結束4連敗,而因私事缺席4場比賽後回歸的奧當,賽前向一眾隊友道歉,並感謝班主古班的理解,重申喜歡留在小牛,粉碎早前這名昔日最佳第6人欲買斷合約的傳聞。

魯域斯基得分新高 小牛終止4連敗



卡利素(右)歡迎奧當回歸。美聯社

奧當以個人理由缺席過去10日共4場比賽,有指是返回洛杉磯探望病父,但奧當一直沒有給隊友一個合理解釋,加上傳出奧當有意買斷合約離隊,令包括傑特在內的隊友開始質疑該名前鋒對球隊的忠誠。奧當對突然離隊一事仍未有進一步解釋,只說:「非常個人的原因,古班是偉大的班主,很理解我,有時



魯域斯基(左)是役手感甚佳。美聯社

我們要修補場上的事情,有時則要處理好場下的事情,賽前我讓他們(隊友)知道我多麼需要他們。」

小牛主帥卡利素原定下放奧當至發展聯盟比賽,但其後將其召回上陣對爵士,對此卡利素解釋:「我們內線兵源緊張,其次他在訓練中表現不錯,所以召他回來。」

重申願續留小牛

奧當在開季前突然被湖人交易至小牛,在這2個半月,這名前鋒的表現與昔日在湖人時大相逕庭,今季平均每場只得7.7分和4.5個籃板球,13年職業生涯首次平均得分僅單位數,讓人有無心戀戰的感覺,故有關奧當欲離隊之說甚囂塵上。奧當對此予以否認:「這個城市很好,我很快樂,我在這裡過得很開心,我喜歡在這裡打球。」

是役貢獻22分的後備後衛泰利透露,奧當在出場前對球隊表示決心:「我們是支球隊,不能孤立他。今晚陣前他對球隊發表聲明,他說『我需要你們,就像你們需要我一樣。』我們都看著他,並給他一個擁抱。他說,『對不起,我們出發吧。』然後他在場上的表現比言語更響地有聲,這是他的重生。」

NBA常規賽周一賽程

(香港時間周二開賽)

主隊	對	客隊
速龍	對	魔術
巫師	對	勇士
騎士	對	爵士
公牛	對	溜馬
公鹿	對	76人
雷霆	對	小牛
木狼	對	快艇
金塊	對	帝王
拓荒者	對	黃蜂

NBA常規賽周六賽果

巫師	101:98	騎士
鷹隊	97:90	雷霆
魔術	114:98	公鹿
灰熊	100:83	活塞
黃蜂	84:102	溜馬
小牛	102:96	爵士
拓荒者	110:122	木狼

Onow678台9:00a.m.直播
註:直播時間以電視台公布為準

奧當回歸向隊友道歉

路夫領木狼終破拓荒者



路夫(右)轟進個人今季新高的42分。美聯社

木狼憑藉應屆「三分王」路夫轟進42分和10個籃板球,周六作客以122:110擊敗拓荒者,自2007年12月5日後,首次噬掉拓荒者,終結連續16場對賽全敗的尷尬紀錄。

路夫是役延續全明星賽勇奪「三分王」的強勢,8次投射3分球中5球,全場取得個人今季新高的42分,而前拓荒者球員韋斯達今仗倒戈亦貢獻21

分和8個籃板球,合力為木狼打破4年多對賽不勝的宿命。在波特蘭成長的路夫賽後說:「這(拓荒者)是我的家鄉球隊,我一直是其球迷,故在某程度上,這場勝仗意義甚多,但更重要的是我們希望結束16場連敗的局面。」

鷹隊爆冷挫雷霆

另外,缺少主力祖莊遜的鷹隊,成功力抗西岸一哥雷霆,最終在主场以97:90獲勝,並結束雷霆7連勝的紀錄。「雷霆仔寶」杜蘭特和韋斯布魯克合共射入60分,當中前者拿下全場最高的35分,但在關鍵時刻連續投射落空,未能率領球隊自2010年2月後再次取得8連勝佳績。

香港文匯報記者 蔡明亮

體壇短訊

七旬日馬術手征倫奧

日本馬術聯合會周六宣布,北京奧運最年長選手、現年70歲的日本馬術手法華津寬(見圖)在亞太區的個人盛裝舞步排名第一,獲得倫敦奧運會入場券,法華津寬表示能再征戰奧運是奇跡,並坦言自己的狀態與4年前一樣良好。

廖嘉濠黃金聯賽稱霸

香港文匯報訊 香港BMX黃金聯賽2012昨日在香港賽馬會國際小輪車場結束,東亞運第4名的廖嘉濠(前)在本地組17歲以上賽事贏得冠軍,而荷蘭車手雷蒙繼奪得洲際錦標賽冠軍後,昨日再在黃金聯賽國際組精英男子再下一城稱霸。

艾倫海口賽強勢奪冠

在準決賽逆轉世界第一哥塞爾比晉級的北愛爾蘭桌球手艾倫,昨日在海口世界賽決賽無可匹敵,上半場首9局三度打出破百,在19局10勝制的決賽中,最終以10:1大炒「肥仔」李爾奪冠。

費達拿 迪拜五度稱王



費達拿高舉個人職業生涯第72個冠軍。路透社

據新華社3日體育專電「瑞士天王」費達拿3日在迪拜網球公開賽男單決賽中,直落2盤戰勝賽會3號種子梅利,第5度在迪拜捧盃,這也是其生涯中第72個巡迴賽級別的冠軍。

首盤比賽雙方勢均力敵,局數一直僵持到5:5。戰至第11局,雙方各有失誤,費達拿在關鍵時刻把握機會破發得手後,以6:5進入發球勝盤局,並以穩定的發揮取得第12局,以7:5先拔頭籌。第2盤比賽,費天王乘勝追擊,儘管英國名將梅利一度把比分從1:3扳至3:3,無奈費達拿發揮堪稱完美,最終以6:4勝出。1個半小時的比賽阻擋梅利的奪冠之路。

奪今年第2冠

這是2周前費達拿問鼎鹿特丹公開賽後,今年奪得的第2個冠軍。費達拿於2003至2005年以及2007年四度在迪拜封王,去年負於塞爾維亞名將祖高域。費達拿賽後說:「獲勝的感覺太美妙。這次比賽雲集很多前10位的選手,比賽打得很艱難。」他說,希望這一勝利成為良好開端,後面的比賽繼續有出色發揮。

25歲的梅利此前狀態神勇,在準決賽中以6:2和7:5擊敗世界頭號選手、衛冕冠軍祖高域。對於奪冠失利,梅利表示自己確實錯失了幾次絕佳機會,尤其是在第2盤失誤較多,給強勢發揮的對手送了不少分,不過他仍然為能闖入決賽感到高興:「整體來說,這一週比賽打得不錯,為下周在美國的比賽做好準備。」

麥基爾羅伊做一哥機會大



麥基爾羅伊暫有2桿領先優勢。路透社

世界排名第2位的北愛爾蘭高爾夫球手麥基爾羅伊,周六在本田精英賽第3輪打出低標準桿4桿的66桿,目前在總成績以2桿優勢領先英格利希和吉利斯,暫列首位,登上世界第一寶座機會漸濃,而前「一哥」活士則打出69桿,總成績並列第18位。

麥基爾羅伊在一周前的世界逐洞賽中本有機會奪取世界第一,可惜當時在決賽中不敵馬漢,周日這名「二哥」再有機會衝擊世界第一,經過3輪比賽後,其總成績為低標準桿11桿的199桿,但與上周只有一個爭冠對手不同,今次共有5位球手的差距在2桿之內,都有爭冠的機會。麥基爾羅伊說:「很高興到明天時,我擁有領先優勢。我必須要集中精神做好我本周一一直在做的事情,也就是擊中球道,擊中果嶺,保持在當下一刻,不要去考慮可能發生的事情。我下場的時候,努力做的事情是將一個好桿數放到領先榜上。」



鍾伯光專欄

赤腳跑有助減少足部受傷?

好幾次當我在九龍仔公園跑步時,都見到一兩位赤腳人士在跑步。他們的赤腳跑步,往往引來其他跑步者或步行人士的奇異目光。這也難怪,因為大部分愛好跑步的朋友都很緊張他們所穿的跑鞋是否可以給予他們足部最佳的保護,並且減少因長時間跑步而可能造成的傷害。如果赤腳跑,雙足在沒有跑鞋保護下是否增加受傷機會呢?對這些熱愛和崇尚赤腳跑步的人士來說是剛好相反,他們認為赤腳跑有助減少足部受傷的機會。

近幾年赤腳跑步的興起,部分是受到美國一再鼓吹赤腳跑步的書的影響,這本書的作者麥當高(McDougall)認為人類天生便適合赤腳跑步,而上世紀60年代後期所生產的跑步鞋卻改變了人類自然和應有的跑步姿勢,並且增加跑者受傷機會。

針對這個說法,一些臨床醫生提出反駁,更指出愈來愈多赤腳跑步人士一拐一拐的到他們的診症室求助,因為他們赤腳跑而令足部受傷,因此,這些醫生認為赤腳跑不是所有人都適合的,而是視乎個人的適應和承受能力。

從跑步動作來看,赤腳跑步主要以前足掌著地,因為要避免足跟在沒有跑鞋的保護下著地時產生較大的撞擊力。此外,步幅較小,步頻卻增加。如果經過循序漸進的適應和練習,下肢和足部肌肉會增強,而足部在直接跟地面接觸的訓練下也會增加其自我角度調校的敏感度,令跑步較為省力。我還記得小時候都是赤腳走路和跑步的,當時的我住在火燒山長沙村,所有小朋友都不穿鞋子,從小習慣便不當一回事,但如果要我在赤腳跑,那一定要慢慢適應,但不一定可以同樣享受到現在穿著跑鞋跑步所得到的樂趣。

香港浸會大學體育系主任鍾伯光