

2012中銀香港傑出運動員揭曉 八傑產生

李慧詩大熱膺星中之星

香港文匯報訊(記者潘志南、黃舒慧)在2012年橫掃體壇，分別於倫敦奧運、場地單車世界盃、亞錦賽獲獎的「牛下女車神」李慧詩，在「2012年中銀香港傑出運動員選舉」大熱當選，不但首膺體壇「八傑」，更實至名歸地捧走「星中之星」。至於剛宣布退役的「香港車神」黃金寶(阿寶)，則在最後一次競選獲頒「最具體育精神運動員獎」，為他的運動員生涯畫上圓滿句號。

2012年度中銀香港傑出運動員選舉

- 中銀香港星中之星 1名
- 香港單車總會 李慧詩
- 香港最具體育精神運動員 1名
- 單車 黃金寶
- 香港傑出運動員 8名
- 香港傷殘人士體育協會 余翠怡
- 香港乒乓球總會 江天一
- 香港武術總會 歐曉靈
- 香港羽毛球總會 葉煥延
- 香港單車總會 李慧詩
- 香港風帆協會 陳曉文
- 香港桌球總會 吳安儀
- 智障體育人士協會 黃家汶
- 香港傑出青少年運動員 6名
- 香港羽毛球總會 伍家朗
- 香港劍擊總會 朱嘉望
- 智障體育人士協會 鄧卓樂
- 香港壁球總會 何嘉寶
- 香港風帆協會 鄭俊傑
- 香港武術總會 陳卓琳
- 香港最佳運動隊伍 1隊
- 香港欖球總會
- 香港欖球七人男子隊
- 香港最佳運動組合 2隊
- 香港保齡球男子隊、香港女子輪椅劍擊隊
- 香港最具潛質運動員 4名
- 香港劍擊總會 崔浩然
- 傷殘人士體育協會(劍擊) 譚浚琛
- 香港乒乓球總會 吳穎嵐
- 香港風帆協會 鍾悅怡

被譽為香港體壇「奧斯卡」的「香港傑出運動員選舉」，昨晚於灣仔會展舉行。一班平日為爭取好成績而埋頭苦練的運動員，昨晚都盛裝打扮出席這個體壇盛事。前日剛由印度返港的李慧詩，昨晚亦以耳目一新的長髮、連身裙示人，一洗平日硬朗形象。

2012年可謂是李慧詩的豐收年，先於倫敦奪銅，緊接在世界盃獲得雙料總冠軍，然後再於亞錦賽橫掃2金，獎牌「浪接浪」的李慧詩成功躋身「八傑」行列，更以大熱姿態捧走高無尚的「星中之星」。

首膺傑選就獲得雙料獎項，李慧詩除了多謝一路以來陪同自己的沈金康教練，亦不忘於昨日感謝母親的生育之恩：「好感謝媽媽生我，其實自己一直以來可以獲得如此多的獎牌，都係因為媽媽。當我每次站在獎台上，我都想呼叫『媽咪，你又係電視上見到我啦！』」

獲頒「星中之星」時，李慧詩忘記帶感謝辭上台，這位「牛下女車神」發揮急才以歌手自喻，強調個人成功背後獲得無數的幫助。她表示全因

教練為她「作了一首好歌」才能成為「最受歡迎的歌手」。不過，李慧詩心目中的「星中之星」卻是大師兄黃金寶：「因為阿寶最後一年角逐這個獎項，但自己將來還有很多機會。阿寶一直以來是我心目中的『星中之星』。」

阿寶感謝媽媽和女友

以「最具體育精神運動員獎」作為臨別禮物的阿寶，昨日亦首度開腔感謝自己的母親和女朋友。黃媽媽和女朋友，更成功擊敗與阿寶情同父子的沈金康，成為阿寶的頭2位摯愛。生於單親家庭，黃金寶由母親含辛茹苦養大，可謂「無黃媽媽，就無『亞洲車神』」，因此黃媽媽穩佔阿寶心目中第一位，而默默陪伴自己十幾年的謝姓女朋友，則是阿寶的心中第二。

陳晞文克服傷痛戰奧運

而倫奧前夕慘遇撞船意外，導致2條肋骨折斷的滑浪風帆選手陳晞文，亦成為「八傑」之一。陳晞文坦言，全因自己在手術後仍咬實牙關出戰奧運的一股「韌性」才能獲獎。各位「八傑」除了可獲得港幣3萬元獎金，更獲中銀贈予1萬元免找數信用卡；身為「星中之星」的李慧詩則可獲5萬元獎金。



李慧詩自港奧委會會長霍震霆和中銀香港副總裁楊志威手中接過獎座和支票。香港文匯報記者潘志南攝

沈金康教練與首次穿上彩虹戰衣凱旋的黃金寶。



八位傑出運動員獲獎實至名歸。香港文匯報記者黃舒慧攝

編者按

在香港單車運動員黃金寶結束將近20年的全職訓練運動員生涯之際，教練沈金康破天荒地第一次為自己的弟子寫下一篇感情洋溢的文章，祝「阿寶」在自己的人生路途上踏上新征程。正如沈教練所言，「我從來沒有為一名退役的運動員正式發表教練感想，這是第一次。」

祝黃金寶踏上新的征程

沈金康

香港單車界感謝你，感謝您的付出所帶來香港單車運動的今天。今非昔比，當看到一代代年輕運動員奮鬥在各級賽事中獲取一個個獎牌的時候，沈教練一直看到的是你的精神在年輕一代身上延續，儘管你退役，但精神永存。

香港社會感謝你，感謝你為養育你的社會留下了香港年輕一代奮鬥精神。而香港單車運動真像你所說的昇華到單車文化的時候，這就是你及你的隊友為社會所作的最大回報。香港社會需要精神，尤其是團隊的奮鬥精神，相信你二十年來對社會產生的影響，正是書寫一部體現出團隊精神的、勵志的奮鬥傳奇。

沈教練代表教練組感謝你，正是你持久的全職訓練，使教練獲得了香港運動員的最新訓練資料，為未來香港單車運動的發展，提供了寶貴的財富。

你即將進入到一個新的工作崗位，相信只要有單車運動員堅韌不拔的奮鬥精神，只要有香港單車運動書寫的團隊精神，你一定能勝任你的新的工作。再次感謝你為香港所付出的一切！

黃金寶高舉勝利雙手。

沈金康 香港體育學院單車部總教練 2013年3月13日

黃金寶告別為之奮鬥18年的全職運動員生涯，正式退役投身新的工作崗位：受聘香港體育學院單車部教練員。

這是我30年教練生涯中唯一連續18年中不斷地執教的一名運動員。也就是說18年來黃金寶的訓練、生活、出行的「自由」全受到我的訓練計劃制約。服從訓練和比賽計劃，服從為獲得優異成績所需要做的一切。當年復一年，日復一日地重複著緊張的訓練與比賽的時候，習慣性的單調、枯燥生活通常不會產生特別的感受。

忽然間黃金寶退役，細想開來，簡直不可思議，我連續執教近20年的運動員，既然是如此複製般地生活了那麼長時間，誰受得了？

奧運會的火炬熊熊燃燒，代代相傳，我們的生活就圍繞著奧運會、全運會、亞運會、東亞運動會、全國錦標賽、亞洲錦標賽、世界錦標賽、世界盃、亞洲盃……無數的商業比賽周而復始地循環著，就像賽車的車輪在單車場的跑道上，在永無邊際的公路上一直向前滾動，滾動的車輪永無止境。

他退役了，真的退役了！他為單車運動付出，他為單車運動犧牲一名年輕人正常的生活，騎行在永無盡頭的賽道上，茫茫無際中抓住一點點的希望，用百倍、千倍的努力去造就一個

個驚奇。

有人說成績來自運氣，但在運氣的背後有多少人知道他所付出的艱辛！他多次在訓練和比賽中骨折，他沒有退怯骨更硬！他多少次的失敗，他不失信心志更堅！他多少次的所向披靡，他將其視為新的起點！他多少次的獲得獎金，他讓隊友一同分享！

他就是黃金寶！他從一名普通青年，成長為香港家喻戶曉的英雄。18年全職單車運動員生涯，繞行地球十幾圈的征程，碩果累累的戰績，單車仔的偶像效應，牽出了一批批年輕一代的追隨者。春天！香港單車運動的春天將會是桃李滿園。今天2013年3月13日，他的生日，他邁開了新的步伐。

祝黃金寶生日快樂！

作為黃金寶的教練，沒有人比我更清楚「代價」一詞的深層含義。所謂訓練計劃就是將運動員每天、每周、每月、每年、多年的休息時間，用科學的態度系統地以訓練、比賽為目標的方式，用特定的方式編制成行事曆。運動員起床、用餐、睡覺、假期、訓練、比賽全部按照訓練計劃執行，尤其是現在反興奮劑的需要，國際單車聯盟(UCI)規定主要運動員需要每個月前預先申報自己每天的行踪，任何行踪更必須申報，否則一旦飛行藥檢官員飛檢時一小時之內找不

到運動員進行藥檢，就按違例處罰。如此苛刻的生活方式，自覺遵守為主要管理方式的制度，他居然不折不扣地去履行，去執行，不可思議。

20年來，黃金寶參加5屆奧運會、5屆亞運會，他告別了港英時代的奧運會、亞運會、英聯邦運動會、世錦賽、亞錦賽，迎來了昂首挺胸代表香港特別行政區代表隊參加的奧運會、亞運會、東亞運動會、全運會、各級錦標賽。他是香港單車運動近20年來的親歷者，又是實踐者，更是夢想成真的勵志者典範。

他創造了奇蹟，他在公路個人賽項目上的成績，在未來的亞洲較難有運動員能夠突破，試想每屆亞運會間隔4年，他從1994年第一次參加亞運會至2010年5屆亞運會獲得3屆公路賽冠軍和一銀二銅，3屆中國全運會公路賽冠軍和1銀、多次不同項目亞洲錦標賽冠軍、世界盃場地單車賽2冠軍1亞軍，世界錦標賽15公里捕捉賽冠軍，20幾次獲得亞洲多日和單日巡迴賽賽分站冠軍或總冠軍。

他獲香港特區政府嘉獎銅紫荊星章(BBS)、榮譽勳章(MH)、香港傑出運動員選舉「香港傑出運動員」共8次當選、「香港傑出運動員——星中之星」(共3次當選)、「香港最具體

育精神運動員」共2次當選)、「香港最佳風範運動員」一次、香港十大傑出青年(2007年)。

他榮譽無數在身，他不驕不躁十幾年如一日。

(續文見左圖)



阿寶已成為香港年青人學習榜樣。