

港甲班霸決雌雄

傑志誓反壓南華

二榜首



傑志中場林嘉緯帶球突破。新華社

香港文匯報訊(記者 郭正謙) 港甲今日將上演「逆戰」好戲, 傑志誓反壓南華上榜首! 今季港甲最後直路, 傑志、南華均跌跌撞撞, 傑志於本地賽事已是連和4場, 而南華更是遭遇二連敗, 今日下午5時30分兩支班霸將於將軍澳運動場一決雌雄, 決定今季港甲盟主之位誰屬。門票分收60元正、長者及學生特惠票收20元正。(now634台今日下午5:25直播)

港甲積分榜(截至2013-04-13)

Table with 8 columns: 排名, 球隊, 賽, 勝, 和, 負, 得球, 失球, 球差, 積分. Lists top 10 teams including 南華, 傑志, 屯門, etc.

大埔反勝南區幾近「上岸」

香港文匯報訊(記者 郭正謙)

和富大埔反勝南區幾近「上岸」! 憑藉艾力士及基頓的兩個入球, 大埔昨日於主場以2:1反勝南區, 積18分升上第7位, 已領先榜尾晨曦5分, 幾可肯定脫離護級漩渦。

開賽僅9分鐘便被南區陳卓光先拔頭籌, 不過過半場前兩次死球機會卻造就大埔反超前, 先有艾力士接應角球建功, 其後基頓再藉一次死球攻勢頭破網成2:1, 下半場雙方再無紀錄, 最終大埔再取3分, 離成功護級僅有一步之遙。大埔主帥張寶春盛讚球員鬥志可嘉, 雖然位置相對安全, 不過餘下兩仗聯賽仍不能鬆懈。而上仗擊敗南華的橫濱FC(香港)則以2:4不敵屯門, 莫斯奧、凌琮及巢鵬飛的入球為屯門上半場遙遙領先3:0, 而下半場屯門則有比圖建功, 橫濱則憑福田健二及方柏倫的入球挽回面子, 屯門賽後升上第3位而橫濱FC(香港)則排第6。

南華前鋒沙恩射門。新華社



大埔中堅基頓(前)快步解圍。郭正謙攝

衛冕冠軍傑志今季一直未能重現上季穩定演出, 尤其是其進攻更是有所減弱, 主要因為對手已經適應傑志的「巴塞式」踢法並作出針對性部署, 而且中場指揮官林嘉緯長期養傷更令球隊組織力大受影響。傑志今季多次面對防守硬朗對手均顯得老鼠拉龜, 目前傑志更受到亞協盃的緊密賽程所累, 體能儲備上明顯遜於南華, 不過主帥甘巴爾仍對球隊充滿信心: 「我們已盡量對陣容進行輪換調整, 體力上沒有任何問題, 我們今仗必須要全取3分才有登頂的機會, 目標清晰, 鬥志上可壓倒對手。」傑志今仗基本上可以全員上陣, 預計佐迪及雅高將拍檔在前線攻堅, 而林嘉緯及朱兆基則在中場校炮。

加上南華今季4對傑志保持不敗, 心理上更有優勢。南華教練廖俊輝表示今仗不會滿足於1分: 「雖然不敗仍可保住領先, 不過贏波我們即可封王, 今仗不會刻意死守求和, 要贏取充滿說服力的一仗。」上仗休息的沙恩及迪亞高今仗將復任正選, 李康廉亦會披甲加強側擊, 隊長陳偉豪認為兩隊技戰術已沒有秘密可言, 關鍵在於臨場發揮: 「我們已失落聯賽錦標兩年, 矢志重奪冠軍, 論鬥志我們絕對在對手之上。」

晨曦戰流浪 許勝不許敗

此外在深水埗運動場上演另一場賽事, 由主場的標準流浪迎戰日之泉JC晨曦, 下午2時30分鳴笛; 晨曦目前以15戰得13分, 暫時居於榜末, 護級形勢險峻, 在餘下的3場賽事, 許勝不許敗。



南華伊達(右)與傑志列斯奧爭頂。新華社

高比疑跟腱撕裂 湖人殺勇士保8

新華社洛杉磯12日電 在12日湖人迎戰的勇士的比賽中, 高比拜仁不間斷打了45分鐘後受傷離場, 但他仍砍下34分, 加素高效發揮, 貢獻26分、11個籃板和10次助攻的三雙, 湖人最終以118:116艱難戰勝金州勇士, 暫時保住西岸第8的位置。湖人「老大」高比已連續多場體力透支, 上一場比賽甚至打滿48分鐘, 疲勞已讓他陷於受傷的高風險中。第3節開始不久, 他在一次上籃中被對手3人夾擊, 隨後倒地抱住膝蓋, 過了一會他勉強站起來並堅持留在場上。幾分鐘後他再次現出痛苦神情, 雙腿站立不穩, 俯身雙手着地往前爬了幾步, 高比仍咬牙繼續戰鬥。當比賽只剩3分鐘時, 他再次摔倒, 這次他按住了左腳跟, 痛得面部扭曲。比賽暫停, 高比坐在椅子上稍事休息, 然後一瘸一拐走上罰球線, 兩罰兩中, 之後他再也無法堅持, 在隊友攙扶下走向更衣室。

痛得臉色發青, 眼有淚光的他仍接受了記者採訪; 高比聲稱他自己受傷當時聽到了「爆裂聲」, 「我感覺我被踢了一腳, 因為我做的動作我已經做過無數次, 但卻出現了爆裂, 當時的情形很邪門,」高比回憶受傷過程後認為跟腱的確出問題了, 「我不能走路了, 我嘗試腳跟用力, 但沒有任何感覺……我真的累了, 很累。」如果確認為跟腱撕裂, 高比將無法出戰湖人隊接下來的兩場比賽。湖人接下來將對陣馬刺和火箭, 如果湖人要實現高比必進季後賽的承諾, 那必須全力以赴贏得剩下的兩場比賽。



高比受訪時眼有淚光。網上圖片

NBA常規賽周日賽程

Table with 2 columns: 主隊, 客隊. Lists matchups for Sunday games including 熱火對公牛, 速龍對網隊, etc.

NBA常規賽周五賽果

Table with 2 columns: 球隊, 分數. Lists results for Friday games including 湖人 118:116 勇士, 拓荒者 90:106 雷霆, etc.

now678台5:00a.m.直播 now635台9:30a.m.直播 註: 直播時間以電視台公布為準

受傷時聽到「爆裂聲」

據湖人隊醫初步診斷, 高比可能是跟腱撕裂。雖然

高比受傷倒地。美聯社

NBA快報

杜蘭特恐嚇性手勢遭罰

新華社華盛頓12日電 俄克拉荷馬雷霆頭號球星杜蘭特(見圖)12日收到罰單, 因為在11日比賽中作出類似「割喉」的「恐嚇性手勢」, 他被NBA聯盟罰款25000美元。事情發生在雷霆以116:97大勝金州勇士的比賽中, 完成一記大力劈扣的杜蘭特在落地之後舉起右手在自己頸間抹了一下, 表情略顯兇狠, 隨後他又雙手合十作祈禱狀。這一慶祝動作引來了現場球迷和當地媒體的不滿, 聯盟也在比賽結束僅一天以後就迅速作出處理決定。「這個動作就是在場上殺死他們, 在賽後為他們祈禱的意思。」杜蘭特對自己的手勢解釋道。



熱火創單節最高分紀錄

新華社華盛頓12日電 12日對陣波士頓塞爾特人, 此前一場「輪休」的邁阿密熱火「三巨頭」悉數登場, 結果熱火在客場以109:101擊敗對手, 取得5連勝。不過, 本場比賽的主角卻並不是「三巨頭」。在此前一場經過充分暖身的熱火替補席打出了堪稱瘋狂的表現, 在劉易斯和雷阿倫的帶領下, 熱火在第2節打出創本賽季聯盟單節最高分紀錄的41分, 一舉抹平了13分的劣勢。52:14, 熱火在「板凳得分」的比拚中大獲全勝。劉易斯和雷阿倫分別得到19分和17分。「三巨頭」也合力貢獻48分。

中華體壇

雙人桌球世錦賽 吳安儀蘇文欣奪冠

香港文匯報訊 香港女子桌球手吳安儀(見圖左)和蘇文欣(圖右), 日前在英國劍橋舉行的世界女子雙人桌球錦標賽決賽, 以局數2:0力壓英格蘭和拉脫拉亞組合, 贏得冠軍。



港三鐵代表 亞洲盃奪兩銀一銅

香港文匯報訊 香港三項鐵人青少年代表隊於成都舉行之成都ITU三項鐵人至尊亞洲盃賽事中, 為香港奪得兩銀一銅成績。蔡欣妍為香港奪得女子精英青年組銀牌; 而黃俊堯及郭皓微分別奪得男子精英青年組亞軍及季軍。

U14足球亞錦賽外圍賽 朝鮮挫日本兩連勝

香港文匯報訊(記者 潘志南) 昨日在旺角大球場舉行的2014亞洲足球U14歲以下錦標賽外圍賽H組第2天比賽日兩場賽事, 首度登場的蒙古以7:0大勝澳門全取3分, 而朝鮮以3:1擊敗日本取得兩連勝。

咸美頓 中國站 頭位起步

香港文匯報訊(記者 章蕪蘭 上海報導) 2013年F1中國大獎賽排位賽昨日收官, 平治車隊的咸美頓以1分34秒484的成績獲得桿位, 蓮花車隊的拉高倫和法拉利車隊的阿爾素分列2、3位。今日, 咸美頓能否以先發優勢, 在福地中國三度問鼎冠軍寶座, 謎底即將揭曉。(now671及672台今日2:55p.m.7直播) 咸美頓為平治車隊奪得的首個桿位, 賽後非常興奮, 在發佈會上多次情不自禁連連說自己「很高興」, 「我很高興為車隊拿到了很久以來的第1個桿位, 現在我的心情真可以用狂喜來形容, 那一圈很棒。」至於在三節排位賽中均是最快, 咸美頓則承認, 他感覺有點意外和驚喜。原本的奪冠熱門紅牛車隊頻頻出現狀況, 維泰爾在第3節排位中意外滑出賽道, 未能獲得成績, 最終排名第9。而他的隊友韋伯

則居然在第2節排位中燃油耗盡, 不得不提前退出了桿位爭奪。

央視棄播恐增加虧損

另外, 在F1進入中國的第十年, 內地最大的官媒之一中央電視台首度放棄直播F1中國大獎賽。據稱, 此舉很可能將令中國大獎賽的虧損幅度勝過往年。對此, F1中國站主辦方、上海久事國際賽事管理公司營銷總監楊亦斌解釋說, 央視不再轉播F1, 原因是央視的體育賽事資源太多, 無法做到平衡, 且F1的比賽時間、周期不規律, 這給央視的節目編排帶來困難。



咸美頓獲頭位出賽。美聯社



鍾伯光

青少年需要充足的體能活動

運動不足是多種慢性疾病, 如高血壓、心臟病、糖尿病、骨關節痛、肥胖等的危機因子, 換言之, 缺乏運動, 患上上述疾病的機會也較高。前面所講的慢性疾病, 又稱之為都市病, 主要是因為常見於生活在都市, 例如香港的居民身上, 而這些都市人, 多數是從事文職工作, 而且工作時間長和忙碌, 投放在定期運動的時間也不多, 就算偶爾參加, 但卻難以持之以恆, 更難言成為生活習慣。在長期缺乏運動下, 身體便逐漸積弱, 並且隨着年齡增加, 身體機能退化, 這些疾病便會變得嚴重, 一般到了中年, 病發便出現, 可以做的, 也只能夠是補救工作, 但已經不能走回頭到可以避免發生的階段。當身體出現毛病, 這些平日沒有運動習慣的病人也迫不得已聽從醫生勸諭, 開始注意飲食和做一些運動。而醫生普遍建議的運動是有氧運動, 例如步

行、緩跑、游泳。年紀大的病人也常被建議練太極等。人始終是好逸惡勞, 而運動要勞動身體, 難以吸引絕大部分人士的參與, 但當你能夠排除各種障礙而培養出定期參與運動或體能活動的習慣, 你便可以感受到運動為你的身心健康所帶來的益處, 而你亦會在運動中享受堅持和完成目標所帶來的滿足感。運動習慣應盡早培養, 不應等到醫生的勸諭才去做。兒童及青少年時期是最佳培養運動習慣的階段, 而這個時期是充滿能量和活動的生長期, 滿足的體能活動在促進兒童及青少年的身心發展的同時, 更能夠為將來終身持續運動的習慣打好基礎, 而世界衛生組織建議兒童及青少年每天應參與60分鐘或以上的體能活動, 是我們的一個最基本指標。而政府亦應該以這個指標來推動本港兒童及青少年養成運動習慣, 讓更多學童達到這個標準。

香港浸會大學體育系主任鍾伯光

專欄