

港運會揭幕 吳靜鈺 董棟點聖火



■2名倫奧金牌得主吳靜鈺(左)和董棟負責點燃聖火。 香港文匯報記者郭正謙 攝



■特首梁振英(中)與民政事務局長曾德成(左2)宣布港運會正式揭幕。 香港文匯報記者郭正謙 攝

香港文匯報訊(記者 郭正謙)兩年一度的全港運動會(港運會)昨晚假小西灣運動場正式開幕，已是第四屆舉辦的港運會今年繼續有8項比賽項目，超過3千名運動員參加，希望能像宣傳口號一樣達到「全港盛事、全民起動」，進一步推廣社區「普及體育」文化，加強社區凝聚力。

第四屆港運會於昨日(27日)至6月2日舉行，設有8個體育比賽項目，分別為田徑、羽毛球、籃球、五人足球、游泳、乒乓球、網球及排球，以18區為單位競逐冠、亞、季軍獎項，今屆更新增設「最強打氣團社區」，鼓勵更多市民為運動員加油，民政事務局長曾德成致辭時表示：「港運會自舉辦以來成功向全港市民推廣普及體育的理念，亦增強了各個社區的凝聚力。」而行政長官梁振英則宣布港運會正式開幕。

此外，大會邀請到倫敦奧運金牌得主、女子跆拳道冠軍吳靜鈺及男子蹦床的董棟點燃聖火，象徵着今屆港運會正式開始，而「牛下女車神」李慧詩出任火炬手，另外8位本地精英運動員黃永棋、李靜、吳家鋒、黃鑽威、楊柏剛、黃展鴻、李祺及林嘉澄亦會擔任本屆港運會大使，向全港市民推廣今屆賽事。而昨晚開幕典禮節目亦非常豐富，包括18區啦啦隊表演、歌星獻唱、香港城市室樂團及中國人民解放軍駐香港部隊表演，以及大型魔術表演等等。



■大埔前鋒艾力士(右)頂飛馬中堅施薩。 香港文匯報記者 潘志南 攝

飛馬再破大埔率先躋決賽

香港文匯報訊(記者 潘志南)太陽飛馬憑藉陳柏衡一箭定江山，昨日在大埔運動場作客以1:0擊敗和富大埔，在足總盃決賽兩回合共以2:0淘汰對手，率先打入本屆最後一項錦標賽決賽。首回合落後1球的大埔，昨日返回主場就全力主攻，並在開賽後20分鐘內多次埋門，可是未有把握入球的機會。「黑雙煞」之一的安基斯兩度殺入左禁區構成威脅，當中在第25分鐘空門，惜遭白鶴頂走。

陳柏衡一箭定江山

飛馬守住大門不失，隨即在34分鐘打開紀錄，徐德帥右路快放落底線傳中，隊友陳柏衡在十二碼點附近位置右腳施射入網成1:0。大埔在完半場前有黃金入球機會，杜灝滔離門廿多碼勁射罰球，皮球省中施薩改變方向，但已失位的飛馬門將何國豪橫身用腳擋出，令太陽飛馬半場力保不失。

換邊後，大埔再有多次埋門機會，但安基斯的射術和近射均無功而還，未能為大埔收復失地。大埔主教練張寶春賽後表示雖未能打入足總盃決賽，但對護級前景仍然樂觀。他指出今仗球員只是門前把握機會欠佳，下場的護級大戰，由於沒有球員停賽，故仍可排出最強陣出戰橫濱FC(香港)。

飛馬領隊陳志康賽後對球隊表現感到滿意，認為他們付出的努力得到回報，目前球隊會先全神貫注下月4日舉行的護級戰，然後才爭足總盃冠軍。



■陳柏衡(左)射入全場唯一入球，跳起慶祝。 香港文匯報記者潘志南 攝



■懷特侯活(中)以一敵四。 法新社

兩支傳統勁旅湖人和塞爾特人(綠軍)在今季首圈季後賽苦撐掙扎，傷兵滿營的湖人周五以89:120慘負馬刺，嚐得球隊季後賽史上最大主場敗仗；而自波士頓馬刺松炸彈恐怖襲擊慘劇發生後，綠軍首度返回主場比賽，可惜以76:90不敵紐約人，與湖人雙雙落後場數0:3，面臨被血洗出局。

湖人今季飽受傷兵問題困擾，除了一對星級後衛高比拜仁和拿珠因傷避戰，後備後衛比尼克和米克斯亦加入十字軍行列，令球隊被迫起用缺少經驗的高迪洛克和摩里士任正選後衛，雖然二人表現絕不失禮，前者首次在世後賽打正進攻入20分，摩里士選取得全隊第2高的24分，可是湖人全場只有9名球員可用，面對大賽經驗豐富和兵源充足的馬刺，大敗31分收場，比起13年前負拓荒者29分的球隊史上最大主場敗仗還要差。

湖人中鋒懷特侯活賽後拒絕以傷兵問題作輸波藉口：「這是非常艱辛的一年，但我們不會找任何藉口，不會就此投降。」馬刺的37歲老將鄧肯是役16投12中，摘得全場最高的26分，協助球隊獲勝，並將領先優勢增至3:0，大有機會令湖人繼07年後再度首圈季後賽出局。

「最佳第6人」開肘被逐

東岸方面，塞爾特人周五返回波士頓主場迎戰紐約人，賽前雙方球員為早前受到波士頓炸彈襲擊的死者進行默哀。紐約人在這個系列賽技術性擊倒塞爾特人，今仗半場已領先對方16分，最終保持優勢至完場，只要多勝一仗，將可繼2000年後首次在季後賽晉級。紐約人前鋒安東尼是役拿下全場最高的26分，應屆「最佳第6人」J.R.史密斯貢獻15分，但在完場前7分06秒肘擊綠軍後衛泰利，被判二級惡意犯規即時離場。

同日另一場西岸比賽，負傷上陣的勇士後衛史提芬里，獨取29分和11次助攻，率領球隊在主場以110:108力克金塊，連勝2場，目前以場數2:1領先。

■香港文匯報記者 蔡明亮

NBA季後賽周日賽程

(香港時間周一開賽)

東岸(首圈)	
主隊	客隊
○(7)塞爾特人	對 (2)紐約人
紐約人領先場數3:0	
(8)公鹿	對 (1)熱火
熱火領先場數3:0	
西岸(首圈)	
主隊	客隊
(7)湖人	對 (2)馬刺
馬刺領先場數3:0	
(6)勇士	對 (3)金塊
勇士領先場數2:1	

○now678台1:00a.m.直播
註：直播時間以電視台公布為準
()內數字為種子排名
賽事採7場4勝制



香港文匯報訊(記者 郭正謙)傑志上季榮膺「三冠王」威風八面，今季在本土賽場上卻被南華全面壓倒，聯賽遭對手雙殺，間接將冠軍拱手相讓，在高級組銀牌賽，南華亦是傑志未能逾越的一道障礙，今次足總盃對決，將是傑志復仇的最後機會，以免遭遇三大皆空的尷尬。賽事今日下午6時於香港大球場上演，門票分收60元、長者及學生特惠票20元兩種。(now634台今日6:00p.m.直播)

傑志與南華今季曾五度交鋒(詳見附表)，南華以3勝2和的成績全面佔優，對勝利的渴望及針對性的引援，是「少林兵」完勝港版「巴塞」的主因。今季表現神勇的南華守衛李志豪表示每對傑志會分外「醒神」：「傑志是我們最大的競爭對手，連續兩季被他們壓在頭上，挑戰者的角色令我們更有鬥志，我們不會放過任何一個擊敗傑志的機會。」主教練廖俊輝亦認為南華晉級決賽的機會更高：「我們首回合擁有作客入球，他們今仗必須主攻爭取入球，令我們有更多空間反擊。」

快速攻擊是南華今季能三勝傑志的主要戰術，而戰術重心就是新加盟的狄卡奧，這位巴西中場傳控俱佳，配以李氏兄弟及迪亞高等盤扭型高速鋒將，傑志只要稍為犯錯便有可能導致失球，加上傑志一對中堅列文及列斯奧，今季征戰頻繁令狀態大跌，給予對手不少可乘之機。

亞協盃出線 無後顧之憂

傑志主帥甘巴爾表示首回合在主場踢成1:1，對球隊頗為不利，不過亞協盃成功突破分組賽後，傑志今仗可專心迎戰：「近2個月我們均需要三線作戰，無論體能及心態上均非常勞累，今仗終於可以集中精神應付眼前的比賽，球員均明白這是我們今季最後的爭標機會。」



■狄卡奧射控俱佳。 資料圖片

傑志剛由印度長途跋涉回港，不少球員在上仗亞協盃賽後出現疲態，今仗雅高將以正選姿態攻擊，而上仗梅開二度的干拿高將退居後備，林嘉緯亦會率先上陣擔任指揮官，希望能及早打開紀錄。



■李志豪表示每次對傑志分外醒神。 資料圖片



■列斯奧(左)今季表現走樣。 資料圖片

兩軍今季5次對賽成績

賽事	賽果
聯賽	南華 1:0 傑志
銀牌8強	南華 1:0 傑志
銀牌8強	傑志 0:0 南華
足總盃4強	傑志 1:1 南華
聯賽	傑志 1:4 南華

註：前者為主場

鍾伯光 專欄

長者應盡量防止跌倒

我們經常對年輕人說：「跌倒了，爬起來！」對小孩常說：「不跌過，不會大。」但對長者來說，跌倒了，問題可大了！

美國疾控中心的數字指出，每年平均約三分一長者(年齡65歲或以上)發生跌倒情況，而因為跌倒而引致行動問題甚至死亡的比例也超過20%。換言之，跌倒為長者帶來很多生活能力和健康等問題，在增加整體醫療負擔的同時，也加重家人或親人因為要照顧行動不便的長者的負擔和壓力。

生、老、病、死是自然的發展過程，能夠長壽是個人的福氣，而先進的醫療科技和福利也有助長者延年益壽，在長者逐漸長年時，需要投放在長者醫療、老人服務等開支也不斷增加，因此，人口老化是全球性問題，香港當然不能例外，在妥善處理這個問題時，我們必須要以積極的方法去應對，不能單靠增加醫療上的開支。所謂「預防勝於治療」，就以老人跌倒問題為例，如果能夠及早教育年長的一群如何透過運動和身體鍛煉來增加體能和身體的活動能力，便可以減少跌倒的機會。

過去在這方面的學術研究也不少，適當的運動或體能鍛煉有有效的延遲長者的體能和活動能力的退步，對一些平日少運動、體能差的長者更有改善和進步的效果。

以跌倒為例，其中影響跌倒的主要身體活動是來自下肢的三個關節：足踝、膝、髖。這三個關節的活動能力影響著我們的身體平衡能力，幫助處理和避免跌倒。換言之，減少長者跌倒問題，我們可從強化和增加這三個關節的活動能力着手。在維持平衡上，這三個關節都會作出互動的調整。而關節的活動能力跟肌肉力量和爆發力有關，換言之，長者可以透過力量和爆發力的鍛煉來增加身體的平衡能力，這正是我們鼓勵長者積極多作的鍛煉的方法。

■香港浸會大學體育系主任鍾伯光

體壇連線

黃俊堯三鐵亞錦賽青年組摘銀

香港三項鐵人代表黃俊堯(圖左)昨日在菲律賓舉行的亞洲三項鐵人錦標賽男子精英青年組中，以53分47秒第2名衝線，為香港帶來一枚銀牌，而首年升上男子23歲以下組別的羅亮添則奪得第4名，與獎牌擦肩而過。年初退役的韋安祖今次復出，在男子精英公開組中獲得第7名，到任僅半年的總教練關禮平表示，運動員從訓練中日益進步，並對各運動員之表現表示欣慰。

逾半百退役港將獲頒就業證書

「香港運動員就業及教育計劃」退役運動員就業證書頒授儀式昨日舉行，共有50多名退役運動員得到嘉許，當中20多名運動員昨日到場獲頒就業證書(見圖)。這項計劃在08年9月起正式運作，為計劃退役及已退役的運動員提供就業、教育及生活技能方面的支援。截止今年3月底，已支援超過300名運動員，其中批出150萬港元資助217名運動員繼續升學，並有56名退役運動員獲得就業機會，在16家企業獲得全職或兼職工作。

傅家俊世錦賽收窄後差距

順利躋身世錦賽16強的香港球手傅家俊，雖然在首節賽事一度以總局數2:6落後世界排名第3位的卓林普，不過在昨日的第2節比賽中，傅家俊表現改善，取得5:3的局數優勢，將總局數改寫為7:9，雙方將在稍後的最後一節決勝。

港隊五國檯球賽不敵日本

香港十五人檯球隊昨日在香港足球會舉行的「匯豐五國檯球賽」第2周賽事，以0:38不敵勁敵日本隊。圖為日本隊球員蘇馬利(中)在進攻時遭港隊球員攔截。另外，港隊七檯球員姚錦成賽前聯同亞洲檯球總會教練團，向40名天水圍香港管理專業協會羅桂祥中學的學生教授檯球技巧，讓學生體驗七人及十五人檯球的相同及分別之處。

■香港文匯報記者 蔡明亮



■皮雅斯(左)趕不及封阻安東尼投籃。 法新社