

# 港欖踢球專家 賀迪

欖球員達陣一刻固然最令觀眾熱血沸騰，不過踢球處理在戰術攻守的重要性絕不比達陣低，香港隊隊長賀迪及拉曼爾一對「黃金雙足」，就希望以踢球將港欖踢上升班之路。

■文、圖：香港文匯報記者 郭正謙

在七人欖球中，達陣為主要得分手段，不過確立領先優勢大量得分，罰球處理亦舉足輕重。賀迪每課訓練除慣常內容外，更會特地針對踢球進行特訓，他表示要鍛煉欖球的踢球技術沒有捷徑，只能靠一味苦練：「每次訓練完畢後，我都會花20分鐘在踢球特訓上，欖球與足球不同，踢的接觸面更小，每次起腳均要非常集中。」

## 控制飛行路線落點難

在欖球中需要踢球的情況，除包括罰球直接得分外，開球時的踢球亦非常重要，賀迪表示除了力度外，踢球更講求準確度：「欖球的形狀是橢圓形，要用腳去控制飛行路線及落點比足球更困難，達陣後的2分罰球固然重要，不過開球的好壞，更可直接影響形勢，如果開得好，對方球員未能立即展開攻勢，我們就可以壓前防守，反擊就更接近對方底線。」

身為隊長兼隊中的「黃金右腳」，賀迪已是第五次參加香港七欖賽，他認為這支港隊是歷史上最強的代表隊之一，有經驗豐富的重心，亦有活力充沛的年輕隊員，對殺入世界系列賽種子組別充滿信心。

有「黃金右腳」綽號的賀迪，當然亦有左方的拉曼爾和他的雙翼齊飛。擅長左腳的拉曼爾表示，對自己來說欖球反而更容易踢：「我從小到大都與欖球為伍，反而圓形的足球我不會踢，我的踢球力量比較大，可以將球踢到對方的腹地，這是我的優勢。」

在新西蘭出生的拉曼爾表示，自己最難忘的一場比賽是首次代表香港出戰七欖賽：「氣氛實在太好了，觀眾的吶喊聲能給予球員無限動力，遺憾是我那場未有得分。」



■賀迪(左)與拉曼爾是港欖的「踢球專家」。

# 絕招 七旋斬

■拉曼爾腳力驚人。



■賀迪指踢球講求力度與準確度。

## 港隊遇美洲三雄攔路

香港文匯報訊(記者 郭正謙)港隊在今屆香港國際七人欖球賽位處充滿拉丁特色的一組，將與墨西哥、巴西及烏拉圭爭出線，港隊今日下午2時50分先撼巴西，再於下午5時迎戰墨西哥，港隊主帥備加力表示，美洲球隊向以速度見稱，不過坐擁主場之利，有信心港隊可以一路殺入決賽。(now630台及634台今日12:55p.m.起直播)

港隊今年召入了高凡戴爾及美爾斯2名新丁出戰七欖賽，主帥備加力認為轉為全職後，港隊有更多球員選擇，實力更為完整。對於同組的3名對手，備加力認為若港隊正常發揮絕對可以出線：「同組以烏拉圭實力最強，美洲球隊向來速度及體能不俗，不過我們為今年比賽準備了很久，有信心可以脫穎而出。」

### 焦點大戰首日爆發

除主隊港隊的比賽外，首個比賽日亦有不少矚目大戰，下午6時10分英格蘭及威爾斯兩支傳統勁旅合演的「兄弟內訌」固然引人注目，斐濟對薩摩亞以及新西蘭對蘇格蘭等大戰亦是焦點所在。



■拉曼爾認真備戰。

# 侯活復出 火箭炸傷鵜鶘

## NBA 常規賽周五賽程

主隊	客隊
魔術	對 活塞
76人	對 快艇
巫師	對 黃蜂
鷹隊	對 熱火
網隊	對 騎士
紐約人	對 塞爾特人
速龍	對 湖人
火箭	對 木狼
灰熊	對 勇士
鵜鶘	對 帝王
馬刺	對 小牛
金塊	對 爵士
太陽	對 拓荒者

## NBA 常規賽周三賽果

黃蜂	88:91	網隊
紐約人	80:111	快艇
魔術	83:95	鷹隊
巫師	101:103	溜馬
速龍	103:116	公牛
塞爾特人	86:93	熱火
灰熊	89:111	騎士
木狼	99:101	湖人
鵜鶘	93:95	火箭
金塊	85:99	76人
爵士	89:92	拓荒者
馬刺	130:91	雷霆
太陽	99:108	帝王

now678台周六7:30a.m.直播  
now635台周六7:30a.m.直播  
註：直播時間以電視台公布為準

相隔2個多月，火箭內線主將「魔獸」懷特侯活周三終於重返正選陣容，上場近17分鐘交出4分、7個籃板球及1個封阻的數據，而球隊得分王「大鬍子」夏頓則摘得25分和10次助攻，協助火箭終場以95:93險勝鵜鶘。

「魔獸」因為右膝水腫傷勢，在缺陣26場比賽後復出。許久未踏上球場，懷特侯活認為自己狀況還不錯，感覺上場才一下就被換下來，非常融入比賽：「現在對我來說還是調整期，現階段幫助球隊防守是我最大責任，其他的就順其自然。」

內線大將歸隊，但火箭可能又將缺少一名主力，正選後衛比華利此役因左手腕受傷缺陣，若



■侯活傷傷2個多月後終告復出。 美聯社

開刀有可能整季報銷。此役鵜鶘主將安東尼戴維斯儘管在最後一節遭到右肩短暫傷退，但接受了短暫治療，2分鐘後又回到場上奮戰，交出24分和14個籃板球。

### 馬刺大炒雷霆

同日另一場西岸賽事，面對賽前4連勝的雷霆，馬刺周三打出高水平球賽，終場以130:91大勝對手，老將鄧肯投進本季第2個3分球。鄧肯投射3分球原來有段「故」，賽前他與友人打賭100美元在比賽中可否射入3分球，結果鄧肯做到了。至於雷霆大將韋斯布魯克今仗出手16投5中，拿到16分，未能再奪「三雙」。

此外，公牛周三在多倫多靠著最後一節高達75%的準確度，終場以116:103逆轉擊敗速龍；而公牛賽後也傳出好消息，球星羅斯表示希望能趕在季後賽前回到球場。落敗的速龍，則因熱火擊敗塞爾特人以及網隊擊敗黃蜂，因而提前拿下東岸第4張季後賽門票。

■香港文匯報記者 梁啟剛



■馬刺前鋒李安納(中)在力壓下投籃。 美聯社



# 港足 U22 今硬撼袋鼠兵

■港隊首仗便遇上最大考驗。

資料圖片

香港文匯報訊(記者 梁啟剛)出戰「2016亞洲足協23歲以下錦標賽」外圍賽的港足22歲以下代表隊(U22)，今日下午4時假高雄市「國家體育場」迎來首場分組賽，硬撼勁旅澳洲，目標防守和取得1分。

為港足U22定出在分組賽爭取2勝1和出線的主帥金判坤賽前指，澳洲改變以往的長傳急攻踢法，多用短傳組織進攻，這樣比起以前更難對付；雖則如此，但金判坤認為球隊有李毅凱、梁家希及黃梓浩等亞運表現出色的戰將，相信他們有力抗衡隊中擁有多位球員在歐洲球會效力的澳洲。

### 首仗目標守和

港足中場顏樂楓賽前認為，對澳洲必須做好防務工作：「澳洲實力強勁，且速度甚高，所以我們今仗將會以1分作為目標，希望可以逼和對手。其實除了需要妥善執行防守任務外，一眾隊友亦必須在比賽展開後盡快『入局』，免得在不太集中的情況下，被對方有機可乘。」

港足U22被編入F組，同組除了被視為出線大熱的澳洲外，還包括緬甸和東道主中華台北。每組首名以及5支最佳小組次名的球隊均可獲得出線資格，晉身來年於卡塔爾舉行的決賽周賽事。

# 艾朗素 保達斯 獲准戰大馬站

因各自傷勢問題而缺席早前F1揭幕戰的西班牙車手艾朗素與芬蘭車手保達斯，昨日順利通過大會的最後體測，可於本週末出戰第2站的馬來西亞賽事，預料二人可於今早的練習賽亮相。(now672台今日9:55a.m.直播)

### 雙雙通過最後體測

據報艾朗素已通過所有測試，反映出季前撞車意外引致的腦震盪和短暫失憶已再無大礙，國際汽聯(FIA)在聲明中表示：「(艾朗素)已通過全部強制體能測試，所以證明他足以應付本週末的大馬比賽。」該名2屆世界冠軍指出，當日試車時感到「車子頗難轉向」，所以麥拿拿車隊便在其MP4-30戰車安裝附加感應器，以免再



■艾朗素(右)豎起拇指示意已無大礙。 路透社

生意外。至於威廉士車隊的保達斯，在2周前的澳洲站開賽前，因腰背受傷退出，但現已測試合格，可在大馬參賽。保達斯去季雖未贏過任何分站，但憑2次亞軍和4次季軍錄得總分186分，以第4名完成全季賽事。 ■香港文匯報記者 鄺御龍

## 體壇連線

### 港女欖小組全勝晉級

香港隊昨日在京士柏運動場舉行的女子七人欖球賽大獲全勝，在B組首仗先以45:0完勝新加坡，其後以17:5擊敗哈薩克，並在最後一戰以31:14輕取亞洲冠軍國家隊，小組3戰全勝，勇闖盃賽8強。

### 福建 飛鷹盼逃出生天

香港銀牌籃球賽男子高級組今日在香港修頓室內場館上演負方賽事，頭場晚上7時由晉龍對福建，而安青與飛鷹則在尾場晚上8時30分交戰，票價分40元、長者及學生優惠票30元兩種。女子方面，南華在界限街一號體育館對偉邦，晚上7時10分開賽，而晚上8時50分則由安邦出戰安青，免費入場。 ■記者 蔡明亮

# 細威忍痛征戰邁阿密賽

女網「世界第一姐」莎蓮娜威廉絲(細威)以頭號種子身份參加邁阿密公開賽，次圈面對印第安韋爾斯賽手下敗將、羅馬尼亞代表尼古莉絲古。上周細威因膝傷退出印第安韋爾斯賽4強賽事，周三重傷傷患時表示：「現在還不錯，會根據目前狀況去調整。我會努力減輕痛楚，且看接下來怎樣。」



■阿薩蘭卡以總盤數2:0獲勝晉級。法新社

自受傷退賽後，細威周三再次踏足訓練場，她表示只打了一會，感覺還好，但要找尋最佳方法去控制傷痛：「我已抵達邁阿密，故會努力和時間賽跑。」

至於已進行的女單首輪賽果方面，時隔3年重返邁阿密的白俄羅斯球手阿薩蘭卡以6:1及6:3輕勝西班牙的艾斯皮諾莎晉級，下一場會對20號種子、塞爾維亞的贊高域。過往於本賽事兩度捧盃的阿薩蘭卡，與贊高域的對賽成績是6勝4負。另外，「中國金花」張帥以總盤數1:2不敵德國選手貝克，無緣次輪。 ■香港文匯報記者 鄺御龍