

香港文匯報訊(記者 敖敏輝 廣州報道)里約奧運會日近,香港單車隊的集訓也進入最後的衝刺階段。昨日,備戰奧運的單車隊首次向傳媒開放,總教練沈金康展望里約前景時稱,需謹慎樂觀,積極有為,在心態上,隊員們既要有自信,更要時刻保持平常心。

沈金康:保持平常心

沈金康對訓練成果滿意。敖敏輝攝



李慧詩將第二次出戰奧運。法新社

和往屆奧運和全運會一樣,本次香港單車隊的集訓地依然選擇在廣州大學城自行車館。沈金康表示,不論在生活環境還是訓練環境上,廣州大學城都要優於香港,因此多年來,港隊一直選擇在這裡訓練。

昨日,記者在訓練場地見到了5名隊員,包括李慧詩、刁小娟、梁峻榮、麥銘源和羅冠華,前三人為里約奧運會參賽選手。另外兩名奧運選手陳振興、張敬樂日前在歐洲訓練和比賽。據悉,奧運會全部6個單車項目,港隊都有份參加,針對不同的項目,本次集訓都有系統和針對性的訓練。

訓練取得積極成果

沈金康表示,經過一個多月的系統訓練,單車隊取得非常積極的成果,特別是5名奧運選手,各方面都有較大的提高,包括在外比賽和訓練的陳振興和張敬樂,「集訓成果,整體上要好於2012年倫敦奧運會前的表現。」針對奧運比賽的特點和近期歐洲各國對手的特點,港隊進行了有針對性的技戰術演練。沈金康舉例稱,梁峻榮和刁小娟在耐力上有很大進展,而李慧詩在爆發力方面則明顯好於過往,基本能力也得到進一步鞏固和提升。

不過,沈金康總教練也稱,其他奧運參賽選手特別是一些歐洲對手,今年亦有較大進步,甚至出現了破世界紀錄的成績誕生。記者了解到,李慧詩參加凱琳賽和爭先賽,當前

奧運會比賽中,8人有奪獎牌的實力,李慧詩是其中之一,也就是說,她們的實力強勁且相近。「目前,李慧詩的整體表現現在8人中處於中游水平。心態的調整和一定的運氣,將決定獎牌的最終歸屬。」沈金康說。

李慧詩不給自己壓力

對此,李慧詩也有清醒的認識,此次是她第二次參加奧運會,有了之前的優異表現,此次里約之行她更備受關注,「心態上,我覺得和上屆差不多。但有一點,我覺得今次更為成熟。」對於參加的兩個項目,李慧詩稱都有信心,不過她也坦言,並不會給自己壓力,在努力地系統性訓練的同時,保持平常心。

對於弟子在奧運會的期待,沈金康表示,每個人可能有不同的看法,梁峻榮和刁小娟,希望他們在比賽中能夠超過一半的競爭對手,就很滿意。而對李慧詩,期待她有進一步突破,「主要有兩方面,一方面,期待她的個人成績有突破,另一方面,在比賽中,能夠在排名及獎牌上,有更大突破。」

記者了解到,本月19日,香港單車隊將去澳洲參加奧運熱身賽,與高水平選手過招,為奧運賽作準備。



在廣州訓練的單車隊教職人員和隊員。敖敏輝攝



李慧詩稱保持一顆平常心對待奧運。敖敏輝攝

足總推特色訓練 增強港足小將體能



香港文匯報訊(記者 郭正謙)香港賽馬會三年前開始與香港足總、體育學院、中文大學運動醫學及健康科學中心以及英超球會曼聯合作,展開一項名為「青少年足球體能測試」的計劃,對全港一共641名、年齡介乎13至17歲的年輕球員進行體能測試,發現本地球員無論速度、耐力及靈活度比起英國同齡球員並不輸蝕,只在肌肉力量方面有差距。

肌肉力量方面有差距

隨著現代足球漸趨體化,體能訓練的角色愈來愈重要,這項計劃目的就是要建立本地青少年球員體能數據



青少年足球體能測試昨日公佈成績。郭正謙攝

庫,讓教練制定訓練計劃時能有所參考,提升訓練效率,測試對象包括537名來自球會及地區隊伍以及104名港隊代表,年齡介乎13至17歲,再對比由曼聯提供的英國同齡球員數據,研究發現港隊代表除肌肉力量方面與英國球員有較大差距外,其他數據卻絕不遜色。

足總體能教練皮亞斯表示,報告證明本地球員的基本條件絕對不差:「當然足球除體能外尚有很多方面,但事實證明香港球員的條件並不遜色,我們的責任就是要引發他們的潛力。」受制於訓練設施所限,皮亞斯坦言,香港球員要提升訓練質素難度不小,因此制定了一套高強度體能訓練計劃,適合在練習場地短缺的香港使用,希望能協助這班香港足球未來希望更上一層樓。

首屆國際女子高爾夫日



女球手在擊球。觀瀾湖球會供圖

香港文匯報訊(記者 何花 深圳報道)同一時間,世界各地的女性一同揮桿……日前首屆國際女子高爾夫日,數萬名女高爾夫球手在全球20多個國家和地區的400多個球會一同揮桿;其中在東莞觀瀾湖的安妮卡球場,有來自香港、澳門和中國內地的近200名女高爾夫球手同時揮桿,這一活動致力於推廣女子高爾夫運動事業。而觀瀾湖集團副主席朱鼎耀當天亦宣佈成立女子業餘高爾夫協會。

周琦:選秀不耽誤備戰

昨日,中國男籃將在長春迎來陣容齊整後的首場奧運熱身賽,最終以81:77擊敗美國職業聯隊,從NBA選秀訓練營歸來不久的國手周琦表示,NBA選

秀與備戰奧運並不矛盾,現在他主要的目標是調整狀態,全身心投入里約奧運會的備戰工作。另外,為奧運落選賽做最後準備的中國女籃昨日迎來抵達法國後的首場熱身賽,面對現世界排名第2的澳洲,以69:90告負,終結了在今年熱身賽中的不敗戰績。 ■新華社

澳門女排大獎賽選最優

2016澳門銀河娛樂世界女排大獎賽將於本月17至19日在澳門綜藝館舉行,主辦單位連續第七屆舉辦「銀河娛樂之星」我最喜愛球員選舉,中國隊的惠若琪和朱婷再次成為候選球員,其他的候選球員還包括巴西隊法比亞娜和泰爾莎、比利時隊的莉絲和雲夏姬,以及塞爾維亞隊的米夏露露和拉錫。 ■記者 潘志南

兩岸彩繪龍舟競渡福州

香港文匯報訊(記者 蘇榕蓉 福州報道)2016中華龍舟大賽(福州站)比賽昨日開賽,包括台灣在內的58支形態各異的彩繪龍舟將在兩天內展開水面競逐。參賽的台灣明道大學龍舟隊是以休閒保健系學生為主組成的隊伍,成軍4年,經驗豐富,去年曾獲台灣鹿港慶端午龍舟賽國際冠軍,該隊教練張志青受訪時表示,這支隊伍首次赴福州比賽,主要是想促進兩岸龍舟運動的切磋交流。

國足主帥高洪波:輸波教練組需檢討

在日前進行的國足與哈薩克的熱身賽中,坐鎮大連主場的國足以0:1不敵對手,主帥高洪波遭到了再次接手國足後的首場失利。賽後高洪波表示對於比賽結果感到失望,同時技戰術嘗試不成功,教練組同樣需要檢討。

在總結本場比賽時,高洪波說:「比賽結果非常讓人沮喪,考慮到(世界盃亞洲區外圍賽)12強賽的對手,我們嘗試了不同的戰術,對於新戰術的演練我表示很失望,特別是進攻比上一場的差距更大。這應當是教練組的問題,包括用人和訓練方式上,我們需要作出檢討。接下來隊員會回到聯賽中,希望他們能集中精力打好聯賽。」

展望12強賽中的技戰術使用,高洪波說:「這兩場熱身賽,我們在技戰術上作出一些嘗試,但從結果來看,這些嘗試不成功,我們需要通過數據和視頻來發現哪些地方不成功。至於12強賽,我們的戰術取決於主場還是客場以及對對手的分析。」

張玉寧在兩場比賽中的表現讓人眼前一亮,高洪



國足主帥高洪波(左)。新華社

波也給予這位小將很高的評價:「張玉寧非常年輕,身體、跑動選擇都非常出色。但他馬上就要回到荷蘭,荷蘭聯賽八月份就開始,他在時差適應性等方面我們都需要作出檢測。」 ■新華社

足壇快報

就踢斷對手腳 任航表示歉意



烏蘭(右)被任航踢傷。新華社

日前國足友賽哈薩克,讓人遺憾的是,該仗哈薩克球員烏蘭與國足守門員任航在一次搶搶中小腿脛骨骨折,需被送往醫院,並立即接受手術治療,他將在中國留醫七天,三個月之後才可以走動,植入體內的鋼釘則可能需要將近一年的時間才可以取出。對於踢傷對手,任航表示歉意,「一直特別的內疚,我在中場的時候也跟對方球員表示了歉意。真的希望,受傷的球員能夠盡快的恢復。」

亞冠8強抽籤 或演中超內戰

今年4時,亞冠8強抽籤將在吉隆坡希爾頓酒店

進行,來自中超聯賽的上海上港和山東魯能將參與本次亞冠抽籤,與兩支韓職球隊全北汽車、FC首爾同處東亞區。根據2016亞冠規程,除了東西亞分區以外,亞冠8強抽籤對陣不設種子隊,也沒有同國迴避原則,這意味上港和魯能有可能在8強中上演亞冠歷史上的首次中超內戰。

馬加夫教魯能 大筒領軍權健

昨日,中超山東魯能官網宣佈,正式與德國籍教練馬加夫完成簽約,即日起他將作為主教練帶領球隊征戰各項賽事。另外,在中甲天津權健與主帥盧森保高展開發約談判之際,新的主教練人選也浮出水面。昨晨,意大利前「世界足球先生」簡拿華路(大筒)宣佈自己將前往天津執教。如果簡拿華路最終順利執教權健,將開啟他的第二段中國執教生涯。2015年,簡拿華路曾任教中超霸主廣州恒大。 ■記者 梁啓剛

陳芷澄爭坐奧運尾班車



香港女高爾夫球手陳芷澄。潘志南攝

香港文匯報訊(記者 潘志南)香港女子高爾夫球公開賽本週五於粉嶺香港高爾夫球會舉行,香港女球手陳芷澄將會出戰,希望搶得更多世界職業排名分數,爭坐奧運尾班車。

2014年世界大學生哥爾夫球錦標賽封后而一鳴驚人的陳芷澄,目前世界職業排名500多位,她指出只要在今次香港賽,以及下一個韓國賽事,取得較高名次甚至封后,自己的職業排名可急升百多位,這就有利獲取奧運資格。

陳芷澄說:「高爾夫球重列奧運項目,晉身奧運會是高球手夢想,我當然很想得到資格,可是目前機會一半一半。」里約奧運高爾夫球於7月11日公佈入圍名單,每個國家及會員只有兩個名額。

香港女子高爾夫球公開賽,港隊將派出6名女將出戰,成員除了陳芷澄外,還包括張穎怡、何妙兒、梁希嵐、陳焯兒及譚亦晴,目前眾人積極備戰。