

「牛下女車神」奧運夢

李慧詩冀站最高領獎台

「牛下女車神」
李慧詩。 新華社

「我有一個夢想。我相信每個人心中都藏着一個夢想：考試第一、入讀心儀大學、當飛行員、飛上太空……很多人覺得這些夢想天方夜譚，卻都是有可能的。至於我們運動員，也有一個看似不可能的夢想，就是在奧運會贏得金牌。」中國香港「牛下女車神」李慧詩日前在網絡上寫下自己的奧運夢想。

李慧詩的勵志故事在香港可謂家喻戶曉，在重建的公屋牛頭角下邨長大的這位香港姑娘在學校裡最初練的是田徑，後來改練單車。由於患有貧血症，她的體能恢復比一般運動員要慢很多。2007年比賽時，李慧詩曾因骨折受傷一度退出賽場。養傷期間，中國香港單車隊總教練沈金康曾想過勸退她，但李慧詩對單車運動的堅持和熱愛讓她打消了這一念頭。

夢想讓人燃燒起來

李慧詩說：「夢想是最能讓人燃燒起來的一個追求。別人覺得單車訓練特別枯燥和苦悶，我覺得這是我的生活和工作，全情投入就不會覺得辛苦。」經過刻苦訓練，重返賽場的李慧詩成績突飛猛進，2010年便奪得亞

運會女子計時賽500米冠軍。李慧詩說：「那是我第一次在大賽中贏得冠軍，我的夢想列車終於開動了。」

2012年倫敦奧運會，李慧詩奪得場地單車女子凱琳賽銅牌，為中國香港代表團贏得倫敦奧運唯一一枚獎牌。2016年來到里約，將參加場地單車女子凱琳賽和爭先賽的「牛下女車神」再次被寄予厚望。

中國香港代表團團長霍啟剛說：「大家比較關注的是李慧詩，就是我們的單車，2012年她在倫敦拿過銅牌，我們觀看她最近幾年的成績，一直有上升的，所以她是我們希望之一。」

戴上頭盔，束好繩帶，把自己塞進緊繃的紅色賽服裡，8日里約熱內盧奧林匹克單車館，李慧詩推着自己的愛車踏上奧運賽場，進行了場地適應性

訓練。

運動令人生做得更好

據沈金康介紹，為了讓李慧詩的能力和狀態達到巔峰狀態，中國香港單車隊為其量身設計了以奧運獎牌為目標的訓練計劃。里約奧運，李慧詩的征程一刻不能停歇，6日下午抵達里約，還沒倒好時差，7日上午就在奧運村體能訓練中心進行了力量訓練。沈金康說：「我相信她，她現在狀態很好。更重要的是她現在心態特別好，有一顆平常心，這對比賽很重要。」

一顆平常心，十幾年的運動生涯嘗盡酸苦甘甜，在別人不同意的時候堅持信念，在失敗受傷後勇敢面對。李慧詩說：「令我們人生做得更好，這才是運動最重要的一環。」 ■新華社

李慧詩里奧賽程

賽程	日期(香港時間)
女子場地單車凱琳賽	8月13日
女子場地單車爭先賽	8月15日

港隊奧運八年一牌 承載破咒重任

四年前的倫敦奧運會，來自中國香港的李慧詩在女子單車場地賽中一鳴驚人摘得銅牌。此番再戰里約，承載着打破中國香港奧運會「每八年獲一獎牌」魔咒的重任。從1996年的李麗珊、2004年的李靜/高禮澤，再到2012年的李慧詩，中國香港代表團「八年一牌」的魔咒始終延續着，而李慧詩被認為是有望打破這一魔咒的熱門人選，不過沈金康也在努力為愛徒減壓。

「現在運動員的水平越來越高，女子短距離項目已經今非昔比了，」沈金康說。他直言，四年前的倫敦奧運會，李慧詩是一個剛剛進入世界級競爭、「重在參與」的角色，而如今整體競技水平也在提高，「別人提高得更快」。此番參賽，希望在現有基礎之上，爭取更加理想的成績。

至於愛徒的參賽目標，沈金康說：「表現出訓練水平就行，沒有刻意的獎牌目標」。但在記者的一再「逼問」下，他還是說出了自己的期待：「當然，如果還能拿到獎牌，我相信是非常榮幸的事，也需要很好的運氣。」 ■中新社



李慧詩承載破咒重任。法新社



李慧詩將參加場地單車女子凱琳賽和爭先賽。法新社

李慧詩夢想站在奧運最高領獎台。美聯社

港首位躋身奧運準決賽女泳手
何詩蓓游出歷史新一頁

何詩蓓成功殺入準決賽。新華社

香港文匯報訊（記者 郭正謙）年僅18歲的港將何詩蓓在里約奧運女子200米自由泳初賽，以破香港紀錄的成績晉級，成為首位在奧運游泳項目躋身準決賽的香港女泳手，雖然未能更進一步殺入決賽，不過有「小美人魚」之稱的她已為香港游泳歷史翻開新一頁。

繼劍擊隊創造歷史後，香港泳隊亦成功在里約奧運作出突破，何詩蓓在女子200米自由泳預賽游出1分56秒91的時間，不單打破了由自己保持的香港紀錄，亦成為香港奧運史上首位晉身準決賽的女泳手，她其後決定放棄200米混合泳希望爭取時間休息，雖然在準決賽力戰下游出1分57秒56名列13無緣決賽，但這位只有18歲的泳手已成功在今屆奧運游出足以載入史冊的佳績。事實上何詩蓓的一戰成名並非偶然，在青年奧運中獨取兩面銀牌開始嶄露頭角，更是首位達到奧運A標的香港泳手，足證何詩蓓的努力

及天分。

拒代表愛爾蘭 決披港隊戰衣

長着一副充滿西方色彩的美貌，不過這位「小美人魚」內心卻是不折不扣的「本地薑」，擁有愛爾蘭血統的何詩蓓毅然決定披起港隊戰衣，就是因為心繫香港：「愛爾蘭泳協會曾多次游說我代表他們出戰，不過我在香港土生土長，我心繫香港並為代表香港感自豪。」

為備戰奧運，何詩蓓在美國升學及訓練，她表示雖然身在外地，不過仍感到香港市民對自己的支持：「我在預賽後刻意遠離電話及電腦，不希望因此分心，很感謝大家無論比賽前後對我的支持，希望大家可以繼續留意香港運動員，因為當運動員實在不容易。」獲得家人親身到場打氣的何詩蓓已完成所有個人項目，之後將與隊友出戰女子4×100米混合泳接力項目。



何詩蓓在比賽中。新華社

鄭莉梅 江志懿再度出戰



江志懿再次出戰。美聯社

香港文匯報訊（記者 梁啓剛）香港女泳手鄭莉梅明晨繼續在泳池出戰，雖然昨日在200米自由泳初賽只游出1分59秒71，在43名參賽者中只排29位未能晉級，但她今次將出戰100米自由泳初賽，這位擁有標致臉蛋的混血兒，定必拚盡全力，爭取佳績。至於另一位港隊女泳手江志懿亦在明晨再次登場，出戰200米蛙泳，雖然她在此項賽事只達奧運B標，但仍得以外咭身份參賽，希望在比賽中突破自己。

連寶香撼女花金牌得主

港隊支持者除了將焦點放在泳池外，亦要留意一場劍擊大戰爆發！港劍擊隊連寶香將在今晚出戰女子花劍比賽，她首圈輪空，而於32強對手將是上屆奧運個人賽金牌得主、意大利劍手迪法蘭絲嘉；這位31歲的老將，對於今屆奧運，希望要超越自我，以闖入次圈為目標。

港乒單打全告提早畢業

香港文匯報訊（記者 潘志南）港乒隨着「香港一哥」黃鎮廷及兩名小花李皓晴、杜凱琮昨日齊齊止步十六強後，出戰單打項目的港將全告提早畢業。

總結表現 陳江華笑言訓唔着

最令人可惜的是，黃鎮廷在男單十六強戰在領先局數3:1，眼見拿多一分就勝利在望，卻被日本羽孝希連勝三局，最終反輸3:4。港乒隊總教練陳江華賽後總結港隊單打表現時笑言：「訓唔着！」他接續說：「黃鎮廷這場賽事有點可惜，在前幾局他心態和比賽都是強勢，第五局更在只差一分下遭反勝，這對他是很傷的一局，他輪在關鍵時不敢變、拘謹，未

來他要加強應變能力。」

至於女隊方面，兩名小花李皓晴、杜凱琮在十六強分別輸給國家隊名將李曉霞及丁寧；對於這樣成績，港女隊教練李靜指：「以世界冠軍、奧運金牌主力來備戰團體賽，多威風；只是兩人對手是丁寧及李曉霞太強勢了，也當上了如何阻攔對方強勢的一課。」



黃鎮廷在比賽中。法新社

鍾伯光專欄



昨天凌晨由三點鐘開始便坐在螢光幕前，跟體操專家評述員殷浩然和另外兩位主持，一齊介紹這場今屆里約奧運會體操項目誕生首面金牌的男子團體賽。當然大家都期待中國隊有穩定和出色的發揮，但賽前被大部分專家看好的是日本隊。

整個賽事鬥足三個小時，最終日本隊展示實力，不單止排名高過中國隊，連曾經領先的俄羅斯隊也被壓下去，只能得第二，日本隊也自2004年雅典奧運會後再次取得奧運體操比賽中含金量最高的男團金牌。

中國隊在整體發揮上略嫌不足，運動員可能心理包袱太大而表現得拘謹，尤其是男團比賽跟單項比賽不同，運動員個人的成敗正影響着整隊的表現，因此心理壓力往往較個人項目的比賽要大得多。

相反，日本隊運動員在老大哥內村航平帶領下，每個運動員都能夠展現出信心，雖然個別運動員有出現失誤，但很快恢復和穩住陣腳。

論奧運經驗，日本隊遠較中國隊優勝，中國隊中只有張成龍有過奧運參賽經驗，而日本隊中，除了內村航平，還有加藤凌平和山室光史都參加過奧運，這些經驗對運動員發揮十分重要。

今屆奧運中、日的成績結果跟去年世錦賽的名次一樣，也說明了現時日本隊的整體實力，不是偶而得之。這也是日本隊在過去多年培養出多名出色體操運動員的成果。我們相信四年後在東京奧運比賽的日本體操隊會更加積極去延續這個領先地位，而中國隊當然不會因為今次未能奪金而氣餒。中國隊的優勢是這些運動員年紀輕，在經過今屆奧運比賽的洗禮後，一定會更加進步，到四年後，便可以再次踏上重奪這面男團金牌的征途。 ■浸會大學體育系主任 鍾伯光

日本體操男團展示實力

男子風帆總成績排第4
鄭俊樑：爭取進入獎牌賽

香港文匯報訊（記者 梁啓剛）奧運滑浪風帆RS:X比賽昨晨展開，首日完成3場比賽，港隊的鄭俊樑和盧善琳分別暫列男子組的第4和第18位。其中，新「風之子」鄭俊樑首仗大部分時間緊貼倫敦奧運銀牌得主、英國老將丹普西，最終以第3名完賽；其後兩場分別排第6及11，剔除最差場數後，總排名以9分暫列第4。對於自己總成績排第4，鄭俊樑賽後坦言感到滿意：「這僅是開始，還有九場比賽尚待舉行。我會集中精神提升自己的表現，先爭取進入獎牌賽。」至於女將盧善琳，3

場名次皆為第15，總成績排第18。港隊署理總教練陳啟然賽後表示，盧善琳已做到最好，又指她頭2場比賽過程中碰到膠袋垃圾，影響成績。

兩划艇組合復活失敗

至於昨晚出戰划艇輕量級雙人雙槳復活賽的兩隊港隊組合，同樣復活失敗，只落入今日進行的名次賽；李嘉文/李婉賢以8分20秒96於女子組復活賽排1組最後，至於出戰男子組的鄧超明/趙顯臻則以7分22秒05排2組最後。



鄭俊樑在比賽中。路透社