

# 新冠疫情重創體育行業

新冠肺炎疫情對各行各業都造成前所未有的打擊，體育界周邊行業也無可避免地受到重創。昨日香港文匯報訪問了Red Bull運動員、兩屆跳繩世界冠軍何柱霆(Timothy)，了解一下兼任教練的他怎樣「疫」境自強。

香港文匯報記者 黎永淦

# 何柱霆 網上教學 疫境自強



■即使在家中練體能，何柱霆也毫不馬虎。

記者：今次疫情對教練收入有多大影響？

何柱霆：我大部分收入都是來自學校教班，但因為疫情關係，所有中小學都無法上課。因為今次疫情，由2月開始，收入大概損失了50%至65%。

大量跳繩公司或要倒閉

記者：你會如何應對今次危機？

何柱霆：已申請了政府基金，有7,500元補貼。近期疫情緩和的時候，在符合限聚人數上限的大前提下，也有找回自己學生出來上堂。另外亦有拍攝網上教學，協助學生在家中可以繼續學習。雖然網上學習始終不及面對面授理想，但都不失為一個維持收入的好方法。以我所知，大部分教練與我目前的處境都一樣。

記者：估計今次疫情會為跳繩運動帶來什麼影響？

何柱霆：短期影響是令教練收入大大減少；同時，一些跳繩公司因為收入減少，在繳納辦公室以及訓練場地資金方面遇到困難；長遠來講，有可能導致大量跳繩公司倒閉。而對學生來說，小型比賽如中國香港跳繩總會舉辦的學界跳繩比賽，或大型的世界跳繩錦標賽，都因為疫情而取消，學生及運動員努力訓練的成果都無法展示。一些小六或中六的學生更因為正處畢業年，將失去代表學校參賽機會。

未雨綢繆準備教學方案

記者：假若一切恢復正常，第一件最想做的是什麼？

何柱霆：第一就是想見到一班學生！因為有部分學生已經3至4個月沒見過了，始終自己教出來的學生會很掛念。

記者：有什麼建議可以防止再有類似情況發生？

何柱霆：第一件事，就是在防疫措施上，怎樣能夠保護自己。例如勤洗手、戴口罩，保持自己健康為先。其次是，可以先準備教學方案，因為疫情無法避免，但可先未雨綢繆，令學生及自己可順利克服困難。

## 「7天7分鐘」 培養運動習慣

香港文匯報訊(黎永淦)因應政府發出的限聚令以及體育場館關閉，何柱霆(Timothy)過去幾個月減少了外出訓練次數，只能留在家中練習。作為全職運動員及教練的他，收入亦直接受到影響，有一段時間更是零收入。直至4月中，政府的限聚令改為4人，Timothy才能夠舉辦一些3人的跳繩班。最近他應邀拍攝了一連7天，每天7分鐘的運動片段，讓大家可以在家中每星期每天跟着這套運動做，以培養出每天運動的習慣(https://www.facebook.com/289491218739816)。

Timothy表示：「由於經常在家中練習，所以我設計了一套7天7分鐘的運動，混合了自己擅長的跳繩運動動作，以及其他簡單易學的動作如雙腳跳、單車步、掌上壓、深蹲等等。」

香港的跳繩運動欠缺政府的資助，運動員到海外參賽需要自費。由於近期收入下跌，Timothy指出對他為世界賽儲旅費的計劃帶來一定影響：「以往我可以慢慢把部分收入儲起作為到海外參賽的經費，不過近期收入下跌的確影響了自己的部署，幸好我自己有商業贊助，所以希望在今年暑假，可以多開一些暑期班以彌補損失。」

今年多項大型跳繩賽事都受到疫情影響，包括個人全能錦標賽被迫取消，原定3月進行的跳繩精英賽將推遲至本年年尾，而在加拿大舉行的世界賽則會順延至2021年。



■何柱霆應邀拍片，教市民培養運動習慣。

■受疫情影響，何柱霆只能在家中訓練。

## 從失敗中超越自己

香港文匯報訊(黎永淦)何柱霆畢業於香港專業教育學院(運動教練學高級文憑)，小時候曾參加羽毛球體能訓練，在小學二年級初次接觸跳繩時，被老師挑選成為跳繩班成員，小五奪得香

港跳繩分齡賽11歲或以下男子組個人總冠軍。12歲時，他第一次代表中國香港跳繩總會(繩總)參加亞洲跳繩比賽，並勇奪男子初級組團體總成績冠軍。2009年出戰亞洲跳繩錦標賽個

人賽時，因過分緊張失利，賽後痛哭超過4個小時。但當年慘敗的經歷促使他加快成長，明白失敗並不可怕，最重要是重新振作才有機會超越自己，這次教訓也令他日後成為兩屆世界冠軍。



■何柱霆(左)參加比賽獲獎。

資料圖片

## CBA本月20日重啟 設魯粵兩賽區

中國籃協昨日宣布CBA(中國男籃職業聯賽)將於本月20日復賽。公告稱比賽將以賽會制方式，分別在山東青島和廣東東莞兩個賽區展開。已經中斷4個多月的CBA賽事，正式踏上復賽的軌道。

中國籃協在官方微博公告中寫道：「經體育和衛生健康部門同意，CBA將於6月20日復賽，各項籌備工作已經進入實質性階段。比賽將以賽會制方式，分別在山東青島和廣東東莞兩個賽區展開。復賽期間，CBA將嚴格按照相關預案，要求所有參賽球隊和工作人員遵守國家和當地疫情防控要求，確保賽事安全有序進行。」

今年1月24日，CBA官方宣布，受新冠肺炎疫情影響，聯賽將推遲原定於2月1日起的所有賽事。當時絕大多數球隊已經完成了30輪常規賽，按照原本的賽程，還有16輪常規賽沒有進行。

春節假期之後，內地幾乎所有體育賽事都陷入停滯。而隨着內地疫情防務逐漸向好，CBA何時重啟便成了很多球迷關注的焦點。

如今，隨着籃協的官宣，CBA復賽日期終於塵埃落定。此前，姚明曾特別感謝鍾南山院士：「非常有幸得到他的幫助，推薦了專家參與到我們整個競賽的保障計劃中，給我們提出很多專業意見，這是我們聯賽非常需要的。」

這一切雖因疫情而遭受重創，但CBA的「野心」並未就此終止。而無論如何，CBA正逐步重回正軌。相信CBA能夠率先開賽，是各方共同努力之下的結果，也會是中國體育逐步恢復的開端和信號。 ■中新網



■中國籃球協會主席姚明接受記者採訪。

資料圖片



■山西男籃已投入訓練，迎接CBA重啟。

資料圖片

## 傑運頒獎禮 港超或再延期

香港文匯報訊(記者 黎永淦)疫情下的香港體壇繼續飽受折磨，由於限聚令延長的關係，原定下月31日舉行的傑出運動員頒獎禮，以及8月復賽的港超

聯都有可能再次延期。

今年度的傑運頒獎禮原定3月舉行，因新冠肺炎來襲已數次延期，現暫定於7月舉行，籌委會主席劉掌珠不排除會再度改期：「我們的頒獎禮晚宴有約100圍枱，不過現時疫情仍然反覆，再加上限聚令，最壞打算要延至年底。」



■傑出運動員頒獎典禮或再次延期。

資料圖片

而香港U19、U23及女足代表隊今周於足球訓練中心閉門復操，亦只可以安排幾位球員一組，進行小組練習。假若限聚令一直延至8月，8月中復賽的港超聯也難如期上演。據悉足總也已有後備方案，打算在9月國際賽日後才復賽。由於港超只餘下6隊參賽，賽程編排上相信不會遇到太大壓力。

此外，已延至8月底舉行的香港田徑總會周年頒獎禮也受影響，大會正研究改為網上直播頒獎的可行性。

### 長語短說

居里微博發文 鼓勵獨臂少年

NBA球星、金州勇士後衛斯蒂芬·居里昨在微薄發布了一條消息，尋找視頻中打籃球的獨臂少年。居里在微薄中寫道：「這位孩子是誰？幫我找到他！堅持做你自己，並不要讓別人說你不行。」視頻中，一位獨臂男孩在球場中打球，儘管只能靠左手運球，但男孩動作精湛，胯下運球、過人、上籃……一系列動作都十分流暢熟練。據了解，這位獨臂少年是廣東雲浮14歲男孩張家城，5歲時因一場意外，失去了右臂。他表示，最初喜歡的籃球運動員就是居里，平時也會看他打球，沒想到有一天居里會關注到自己。他希望練出像居里那樣精準投三分球的能力。 ■中新社

國家帆船帆板隊開啓一周軍訓

為了進一步調整隊員訓練狀態，強化紀律意識、磨練意志品質，打造能征善戰、作風優良的國家隊，國家帆船帆板隊昨日在夏訓之前開啓了為期7天的軍訓。中國帆船帆板運動協會主席張小冬表示，期待通過軍訓提高隊伍的組織紀律性，增強戰勝困難的信心和勇氣，為打贏明年的東京奧運會鑄就堅強的意志品質，實現「升國旗、奏國歌」的目標。而運動員代表盧雲秀也表示，將高標準嚴要求規範自己的言行，踏踏實實訓練。 ■新華社