



社區體育會 投稿

兩歲多接觸柔道的經歷

自我兩歲十一個月開始學習柔道，至今都有六年時間了。記得首次上課時我便哭，後來得到大師父和師父姐姐的安慰，和各師兄姐的照顧，我漸漸地喜歡上柔道課。起初年紀太小的我，抱著玩玩心態，只當柔道作強身健體的課餘活動。隨著年紀成長，我發覺柔道不只需要體力，還需要技巧擊倒對方。師父們不時提醒和教授一些技巧上的知識，透過練習把我的長處發掘出來。我曾在多次比賽上有贏有輸，輸的時候師父沒特別安慰我，反而道出我的弱點——沒自信心，當遇上強手時我便膽怯，無法發揮所長，因此練習很多時候師父教我要多思考、多反應和加強技術配合，也對我多了嚴格的要求，使我增加自信心。學懂柔道，首先要學會被摔低，摔低了要馬上站起來。每次能代表名望柔道會參加香港柔道公開賽，我十分感謝師父們對我不離不棄的教導！



香港名望柔道會徒兒
植丞康

棒球心路

不知道是因為基因還是環境原因，兒子一直都是一個很「宅」的人。從小到大，我都希望能夠讓他有一些興趣愛好，和他嘗試過游泳，籃球，羽毛球，網球……當然，最後都是無疾而終。一直夢想有那麼一天，兒子能像我們少年時一樣和一班朋輩在運動場上揮汗如雨。可這個「宅青」讓我一籌莫展了。

兒子是 11 歲時，因為偶然的嘗試才開始學習棒球，一開始是和比他小很多的 Minor 一起訓練，在球會長輩，教練和隊友的關愛和照顧下不斷成長，現在已經在 Junior 打了 2 年。

棒球是一個很特別的運動，兩隊的交鋒就是在瞬息之間。上場的隊員都有自己閃光的機會。幾個月的刻苦訓練，就是為了賽場上幾秒鐘的正常發揮，任何人的二次失誤，後果都會非常嚴重。機會人人都有，但命運只會垂青有準備的人——這和我們人生何其相似。在球會的三年來，兒子不但學到了球技，還學到了堅韌和刻苦，學到了關愛和默契，學到了尊敬和謙卑。棒球帶給他的，已經遠遠超出「興趣」二字了。

下個賽季將是兒子在 Junior 的最後一年，我唯一遺憾的是沒有讓他從小開始。現在，我又讓 6 歲的女兒加入球會，希望她能夠像哥哥一樣，在棒球運動上堅持下去。



何文田棒球會家長
向先生