



## 2015年台灣比賽及 集訓感想



外面下着滂沱大雨，已好幾年沒有隨隊出外參賽及集訓了，如今懷着戰戰兢兢的心情向機場出發。抵達機場，各球員、隨隊家長及送行的義工家長都精神奕奕的，為期17日的比賽加集訓正式展開。

經過一番舟車勞頓，我們抵達台灣，早早吃過晚飯便回酒店休息，預備翌日的比賽。

比賽當日，由於有隊伍缺席，加上天氣惡劣，有數場賽事取消了，我們最後只能出戰一場，遺憾未能取得佳績，無法晉級至季軍戰。可喜的是，球員年齡雖有距離，但在集訓期間均能互相幫助，沿途有說有笑；在比賽時不僅能發揮個人水平，亦能展現團隊合作精神。此行令球員間的兄弟情誼大增，也讓人知道他們不是只顧低頭玩手機而不懂照顧自己或別人的「港孩」！

來台灣探望球員的家長絡繹不絕，大家分工合作，日以繼夜的忙碌着，為的不是自己的孩子，而是所有赴台參與比賽或集訓的球員。

旅程結束了，感謝各位家長、教練多日來的辛勞，為孩子的人生閱歷寫上開心的一頁，亦希望球員們能學以致用，將在旅程上學習到的一切注入日常生活中，用行動開拓自己的道路。

何文田棒球會學員家長  
Heidi





## 女兒的柔道路

我曾認為，女孩子只要略懂琴棋書畫便已足夠。某天，小女心妍經過天瑞體育館時，被柔道課堂吸引得停下腳步，細看哥哥姐姐們在練習側手翻、跳躍、翻滾等動作。我見她很感興趣，便立即讓她嘗試這項運動。心妍比較害羞，學習柔道後更加自信有禮，體魄更為強健。既然柔道有益身心，我便讓她繼續學習。相信心妍在名望柔道會的幾位黃師父悉心指導下，定會不斷進步！謝謝！

香港名望柔道會  
學員家長劉太



## 競步賽的功臣—— 記圈員工作簡介



舉行場地競步比賽，其中一大挑戰是計時及記圈工作。

2015年4月26日，神行太保競走會於九龍灣運動場舉行「GOMA盃場地競走賽暨同樂日2015」。當日賽程最長的賽事為十公里競步賽，參賽者須繞場25個圈。要確保賽事順利進行及賽果公正無誤，有賴記圈員準確計算參賽者的每圈時間和完成圈數。

記圈員責任重大，賽前有許多準備功夫。他們要預備記圈表格，檢查計時器是否操作正常，並須佩戴有計時功能的腕表，以便計時器失效時充當後備。

場地競步賽事通常有約十名富經驗的記圈員負責計時及記圈，每人負責記錄三至四名運動員的成績。另有幾名記圈員重複記錄部分運動員的圈數及每圈時間，以供覆檢。進行大型賽事時，尚有一名專人負責喊出完成一圈的運動員的號碼，以防記圈員記錄資料時出錯或有遺漏。有些賽事還會安排參賽者佩戴晶片以助計時，但電子記錄通常只屬輔助性質，最終仍以人手記錄為準。

當運動員賽至最後三圈，記圈員須即時提醒他們；到最後一圈時，記圈員更要提醒終點裁判，以便鳴鐘通知運動員，讓他們作好衝刺的準備。

經驗豐富的計時團隊能準確記錄運動員的成績，讓他們專心作賽，爭取佳績。賽事得以順利舉行，計時人員實在功不可沒！

GOMA盃2015場地競走賽暨同樂日賽事統籌姚章傑