

# 目錄

## 02 編者的話

## 03 專題報道

董事財政須知：體育總會機構

## 04 總會面面觀

香港投球總會

## 05 體壇點將錄

社區優秀蹺泳教練：  
何綺眉 葉志文

## 06 運動推介

足毬

## 08 體育萬花筒

## 10 活力新成員

## 12 康體新動態

## 14 活力新星

## 15 互動天地

## 16 活動剪影

## 18 活動巡禮

## 20 活力遊蹤

## 編者的話

為促進香港體育發展，康樂及文化事務署（康文署）一直致力協助體育總會提升管治水平。自第38期起，本刊的專題報道分別向讀者介紹「體育總會管治發展計劃」、體育總會的公司條例要點、董事的職責及受託責任，以及董事會常規，今期將簡述董事會的財務管理須知，內容包括現金流管理、成本控制以及資源運用等等，敬請留意。

投球又稱為「無板籃球」，它的起源的確與籃球有關。從前有位老師誤會了籃球賽例，輾轉流傳成了獨特的玩法，演變成今日的投球運動。投球比賽兩隊對壘節奏明快，刺激程度一點也不輸籃球比賽。香港投球總會於1979年成立，多年來一直致力推廣投球在港的發展和培訓，並派員參與本地及海外賽事，今期「總會面面觀」與讀者回顧一下香港投球總會的發展之路。

提起蹺泳，讀者知道幾多？蹺泳是揉合游泳與潛水的運動，尤其注重腰腹的協調和擺動，運動時既強化心肺功能，亦能增加肌肉強度。今期「體壇點將錄」專訪蹺泳教練何綺眉及葉志文。兩位教練都曾任運動員，訪談中不約而同憶述練習時的艱辛，但十多年過去，對蹺泳的熱情絲毫未減，轉職教練致力推廣本地的蹺泳運動。

足毬歷史悠久，也是老少咸宜的運動。日常生活中最常見的是圍毬，多人圍成一圈，將足毬互相傳送。注入競賽原素之後，就是網毬，它是高強度的比賽運動，除了體能和筋腱韌度之外，還特別著重控毬能力，比賽中還講究團體合作，是鬥智鬥力的競賽項目。今期「運動推介」為大家介紹這項源遠流長的運動項目。

2022年北京冬季奧運會已完滿結束，香港代表隊今屆派出三名運動員參賽，人數是歷來最多；而市民更可透過電視轉播收看精彩賽事，一睹各項冰雪運動。今期「體育萬花筒」將為讀者介紹幾項熱門的冰雪運動競賽項目。

為慶祝香港特別行政區成立二十五周年，康文署正舉辦多項康體及文化藝術活動，與市民共慶回歸。即將舉辦的康體活動包括「全民運動日2022」和「全民運動巡迴示範」。康文署特別為此開設慶祝活動的專題網站，讓市民及時獲取活動的最新消息。

除此之外，康文署於7月和8月將舉辦「全港社區體質調查測試日」。透過測試讓參加者更了解個人體質狀況，配合運動改善個人體質。詳情請留意今期「康體新動態」。

草地滾球好手曾品高現年十歲，三年前接觸草地滾球，豈料一試愛上，首次披甲參賽即獲取第三名，盡顯天份，旋即獲邀加入青少年發展隊繼續培訓。今期「活力新星」和讀者分享少年滾球新星的故事。