

目錄

- 2 編者的話
- 3 專題報道
- 4 總會面面觀
- 5 體壇點將錄
- 6 運動推介
- 8 體育萬花筒
- 11 活力新星
- 12 活動剪影
- 14 康體新動態
- 16 活力新成員
- 17 互動天地
- 18 活動巡禮
- 20 活力遊蹤



編者的話



體育委員會早前透過轄下的社區體育事務委員會進行「全港社區體質調查」，全面收集市民體質資料，以了解市民的體質狀況和改善市民整體體質為目標。調查有逾9 300名香港市民參與，參加者介乎7至79歲。調查結果已於去年年中發表，報告提出多項改善建議，今期「專題報道」為讀者簡述報告內容。

中國香港定向總會成立於1981年，致力推廣香港的定向活動。定向運動的參加者借助地圖和指南針，迅速確定途經點，選取最佳路線，以最快速度走畢全程。定向活動分野外定向和城市定向兩種，兩者的活動選址不同，但同樣講求體能、決策和應變，是一項體力與智力並重的體育活動。今期「總會面面觀」向讀者介紹中國香港定向總會在港推廣運動的點滴。

古靄雨，現任中國香港壘球總會的推廣主任。從15歲入選壘球校隊、到代表香港出戰亞洲盃賽、再退居幕後擔任行政人員，此24年間她未曾離開過壘球運動。今期「體壇點將錄」專訪古靄雨，道來運動員的心路與抱負。

在我們的傳統認知裏，羽毛球是室內運動，但近年戶外羽毛球運動迅速興起，吸引不少運動愛好者。隨着物料革新，戶外羽毛球可採用硬身材料，抗風力和耐用性大大提高，減低了環境的限制，成功將室內運動轉至戶外。本期「運動推介」為讀者介紹這項新興體育運動。

香港劍擊運動員張家朗於2021年東京奧運歷史性奪得男子花劍個人賽金牌，自始劍擊運動在港越來越受注視。隨着劍擊運動日趨普及，劍擊運動員後浪湧現，今期「活力新星」專訪重劍運動員陳靜詩。靜詩去年為港首披戰衣出戰亞洲賽，即摘下女子重劍團體賽銅牌。獲獎固然值得高興，但里程碑意義更大，大賽經驗更彌足珍貴。且聽靜詩細數其心路歷程。

康文署智能康體服務預訂資訊系統SmartPLAY已正式投入服務，系統新增不少功能。請留意今期「康體新動態」，或瀏覽SmartPLAY專題網頁獲取更多資訊。另外，第九屆全港運動會正進行得如火如荼，今年除區際體育比賽外，更有一連串社區活動，市民記得留意活動舉辦日期，準時報名參加！

