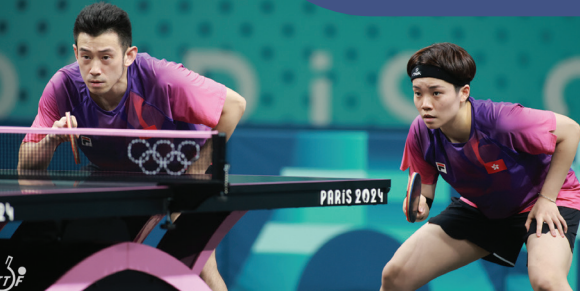




中國香港 乒乓總會

不分中外，乒乓球運動一直深受歡迎。這項運動在上世紀20年代傳入本港，此後紮根於此，陪伴無數人成長。中國香港乒乓總會（乒總）自1936年成立以來，致力推廣並普及這項運動，廣聯愛好者，培育新秀，讓本地球員在國際舞台上發光發熱。



將技巧與速度巧妙結合

乒乓球是持拍的球類運動。雙方球員手持球拍，在隔著球網的長方形球桌上對打。比賽模式分為單打與雙打，規則簡單易明。一局比賽先得11分者為勝方。若雙方打成10比10平手，最先多得2分者為最終勝方。比賽通常採用五局三勝制或七局四勝制。運動員既須身手敏捷，臨場更要靈活應變，制定恰宜的比賽策略，以應付對手的球路變化。這項運動講求頭腦靈活，反應迅捷，故亦樂趣無窮。

乒乓球運動的場地要求不高，而且容易上手，確是老少皆宜。球速飛快，加上球路千變萬化，時刻考驗球手的集中力、反應和手眼協調能力。作賽時，球員要按對手表現，迅速制定戰術，因此有助提升運動員的戰略思維能力。夥拍其他球手參加雙打、混雙和團體賽，更可培養團隊合作精神。

躋身世界前列

乒乓球港隊在七八十年代比賽戰績彪炳，乒總可謂功不可沒，其組織發展亦日趨完備。乒總在1972年成立有限公司，並成為國際乒乓球聯合會、亞洲乒乓球聯盟，以及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員。乒總自1991年起推出了「恒生乒乓球社區發展計劃」，推動乒乓球運動在社區發展，並挑選有潛質球員接受精英培訓，建立起人強馬壯的乒乓球代表隊。乒乓球此後發揚光大，乒總於2001年正式成立「恒生乒乓球學院」，進一步推動乒乓球在本港的長遠發展。乒總於2009年首度主辦國際乒聯青少年巡迴賽，讓本地年青新秀及早參加國際賽事，與各地選手交流切磋。此外，乒總亦定期舉辦國際賽事，並派隊參加國際比賽，包括國際乒聯職業巡迴賽總決賽、世界乒乓球精英大賽及女子世界盃，以期提升香港在國際乒壇的地位。

政府一向鼎力支持，提供場地和資金等協助，得以推動乒乓球運動高速發展，成績有目共睹。至今，乒總成員人數已增至6,672人，當中包括19位代表隊成員和35位青少年代表。眾健兒不獨在本地賽事表現出色，更在國際舞台上屢創佳績。

未來寄望下一代

乒總多年來不惜心血，栽培了不少新秀，在國際乒壇大放異彩。近年，香港運動員在國際賽事上捷報連連，港隊成員已崛起成世界乒壇的常勝軍，例如東京奧運會乒乓女子團體銅牌得主李皓晴、杜凱琹和蘇慧音，以及在杭州亞運會中奪得乒乓男子單打銅牌的黃鎮廷。杜凱琹更於10月舉行的2024亞洲乒乓球錦標賽中，為本港首奪是項大賽的女子單打銅牌，可見香港乒乓球運動成就驕人，激勵了有志者投身於此。

展望未來，乒總將更積極推展社區推廣活動，讓更多市民認識乒乓球，並參與其中。我們每年舉辦各類賽事，包括少兒打吡大賽和全港公開乒乓球錦標賽，藉此提供良機，讓不同年齡和技術水平的愛好者展示球技。有興趣者可先參加由乒總或康文署舉辦的訓練課程，認識乒乓球，提升技巧，假以時日，必有所成。

蒙政府大力支持，乒總將繼續籌策更多活動，以期進一步提升本地乒乓球的水平，加強與大灣區的交流，培養更多出色球員。我們相信，本地乒乓球運動日後在國際舞台當可取得更大成就。