

輝煌戰績

社區體育會	公開比賽	獲取成績
深水埗體育會網球會	社區網球會冬季聯賽	女子甲 冠軍
深水埗青少年網球會	HKCTA Autumn League	Junior Team A 冠軍 Junior Team C 亞軍
門球薈	2024年香港國際門球錦標賽	金組香港四隊 (ZONE A) 冠軍 銀組香港五隊 (ZONE B) 殿軍
	2024年第二屆亞太盃國際槌球公開賽	三人制 (ZONE E) 場地 亞軍 雙人制 (ZONE A) 場地 亞軍 雙人制 (ZONE B) 場地 亞軍
	香港門總盃2024-25	團體組 (ZONE F) 季軍
	2024-25年全港門球大賽	甲組 (ZONE A) 季軍 甲組 (ZONE B) 殿軍
	2024年全港門球聯賽	甲組 (ZONE A) 亞軍



門球薈

會員投稿
#1

2024年香港國際門球錦標賽圓滿落幕 門球薈創佳績展實力

一年一度的香港國際門球錦標賽近日圓滿結束，這項體壇盛事吸引了各地精英參賽。門球薈今年派出兩支隊伍代表香港出戰，更動員義工團隊協助賽事運作，展現對門球運動的熱誠。賽場上，門球薈隊員發揮出色，最終勇奪金組冠軍及銀組殿軍，成績令人振奮！我們未來將繼續積極推廣門球運動，透過培訓和賽事讓大眾體驗這項運動的策略性與樂趣，同時鼓勵不同年齡層參與，為香港門球發展注入活力。

歡迎追蹤 Instagram 以了解更多！
@ Genius_Gateball_zone

小孩運動有益

運動有益身心，柔道更是一項激發小孩內在潛能的運動，除了能學習有關招式技術外，也能啟發思考在不同情況作出反應，具挑戰性。在師兄師姐們練習過程中，學會與人相處之道，互相尊重，尊敬師父，每次看到徒兒們不斷進步和成長。

香港名望柔道會
黃楚穎師父

會員投稿
#2

香港名望柔道會



香港東區欖球會

會員投稿
#3



對欖球比賽的分享

首先，我要由衷感謝香港東區欖球會各位教練對孩子的悉心栽培與指導。孩子參與欖球運動以來，我深切感受到這項運動不僅培養了他的技術與體能，更重要的是在品格和團隊精神上的成長。特別是上星期的小型欖球表演賽，孩子在比賽中的積極表現更是讓我感到無比喜悅。他不僅展示了精湛的個人技術，更在與隊友的默契配合中體現出團結與奮鬥的精神，這使得比賽充滿了活力和歡笑。

在欖球的比賽中，節奏明快，跑動頻繁的賽事形式給孩子帶來了非常全新的體驗。這樣的賽制考驗了選手的體能和技術，也促進了他們在比賽中迅速判斷與溝通的能力。孩子回家後滔滔不絕地與我們分享賽場上的每一個精彩瞬間，從他滿臉的笑容中，我們看到了對運動的熱愛與無限活力。我相信，這份體驗將在他未來的成長道路上，持續激勵他勇敢面對挑戰，並學會在團隊中發光發熱。

此外，欖球還教會了孩子如何面對勝利與失敗，理解每一次努力都是成長的一部份。場上那些短暫充滿激情的瞬間，如同人生中的點滴閃光，讓他懂得珍惜當下的每一次努力與每一份收穫。這不僅是對身體的鍛鍊，更是一場關於毅力與意志的實踐。

再次感謝各位教練用心的陪伴和指導。看到孩子在欖球場上盡情綻放自我，我們作為家長感到無比恩惠與鼓舞。希望在未來的日子裏，孩子能繼續在運動中磨練、提升技能，並在人生的每一個舞台上都能自信前行。

香港東區欖球會學員
郭子齊家長

相信很多父母都和我一樣，希望搵到一個合適的運動，陪伴小朋友成長，我也不例外，在小朋友 (Hiro) 4歲開始便讓他接觸不同類型的運動，在一個機緣巧合的情況下，我們和欖球遇上了。

奇怪的是，一向喜歡獨來獨往，脾氣大的 Hiro，在試堂的時候沒有一點不耐煩，雖然沒有參與很多，但也靜靜地在旁看著其他小球員操練，有見及此，我便毫不猶豫地幫他報名上恒常班。當時也沒想到，這個舉動改變了我一家的生活。

在之後的每個星期天，我看到 Hiro 雀躍地在草地上參與各項操練，欖球運動量很大，所以除了鍛鍊體格外，更可以協助他抒洩情緒。慢慢地，在教練無條件的包容和接納下，Hiro 除了學習了欖球的基礎知識外，更在不知不覺中培養了處人處事的態度，學會了控制脾氣，他也不再孤立自己，主動結交朋友。這實在叫我滿心欣喜及感恩。我和他的爸爸更身體力行地投入球會的義務工作，用行動話比 Hiro 聽，這是我和他一起參與的運動，我們都在不同的範疇在努力，向前奔跑。

到現在，我一家仍然高度參與球會所舉辦的活動，像剛過去的七人欖球，球會的幹事和一班家長義工，全心全意地照顧小朋友，陪伴小朋友睇球賽，忙前忙後的為他們準備落場比賽，我相信我參與的並不是一個普通課外活動，因為我在這球會認識了一班充滿熱誠，同樣會陪伴小朋友奔跑的家長，感謝你 - 香港東區欖球會。

家長
媽媽 May Chan 爸爸 Eric



會員投稿
#4