



## 本期重點..... The Highlights.....



東亞運動會銅牌得主饒潔貞同學於「大專越野賽」破大會紀錄兩奪金牌...P.3



中大女劍手錢韻妍(左)、蘇燕婷(中)及黃寶玲(右)於全國賽勇奪女丙花劍季軍...P.8



「成龍挑戰盃2010全港大學賽艇錦標賽」中大划艇隊連續八年全場總冠軍.....P.4

## 校長歡迎獎學金運動員

「運動員獎學金計劃」歡迎會於十月二十九日在大學體育中心舉行，由大學校長沈祖堯教授(左三)主持，其他出席的嘉賓，包括善衡書院院長辛世文教授(右三)，教育學院院長盧乃桂教授(右二)，大學輔導長兼大學體育委員會主席吳基培教授(左二)，新亞書院輔導長溫有恆教授(左一)，大學教務長吳樹培先生(右一)等等，共同歡迎所有透過「運動員獎學金計劃」入讀中大的同學。本學年共有21位新同學入讀本校。沈校長希望各獎學金運動員在中大優良的學習環境下，於學業及運動方面都能有「追求卓越」的目標。此計劃自2001年開始，已累積了187位香港優秀運動員入讀本校。期望他們為中大及香港爭光。





# 中大運動代表隊授旗禮 暨 『楊明標及區寶琪優秀運動員獎學金』 頒獎典禮



每年暑假，香港中文大學都會派出不同的運動精英參與國內外的國際錦標賽事，同時，多名運動員將遠赴海外參加各項『世界大學生錦標賽』，能夠與各地精英較量和交流，實為極之難得的機會。香港中文大學藉著派隊參加不同形式及規模的比賽，以提高中大在世界各地的知名度，讓中大同學擴闊視野、增廣見聞。



中大羽毛球隊、網球隊、手球隊、划艇隊、乒乓球隊、活木球隊及籃球隊，連同五位取得優秀運動員獎學金的運動精英一同參加於2010年6月10日下午4時正假大學體育中心舉行的「中大運動代表隊授旗禮 暨『楊明標及區寶琪優秀運動員獎學金』頒獎典禮」。當日大學副校長許敬文教授出任授旗禮主禮嘉賓，楊明標博士及其夫人區寶琪女士出任獎學金頒獎禮嘉賓。



會上副校長許敬文教授致詞感謝楊明標博士及楊夫人慷慨捐款支持中文大學的體育發展，並勉勵在座四十多位健兒珍惜此次出外參賽的機會，努力爭取最好成績，為香港爭光。



楊博士及楊夫人先後頒發獎學金予五位優秀運動精英，分別為姚潔貞(田徑)、梁倬軒(足球)、李臻樂(排球)、陳婉婷(足球)及吳楚筠(活木球)，再由副校長許敬文教授頒發『校長傑出運動員獎』予女子田徑運動員姚潔貞同學，並由姚同學代表各得獎者分享獲獎感受，感謝楊博士及楊夫人的支持和大學的鼓勵。





# 大專越野賽

## 中大衛冕女子個人金牌 及 男子奪個人銅牌



姚潔貞



葉東海

本年度之「大專越野賽」已於十一月七日(星期日)假中文大學舉行，中大代表隊在個人獎項中表現優異，女子隊主力姚潔貞同學(護理學系四年級)在最後一年大學生涯以破大會紀錄的時間18分21秒90衛冕金牌。男子隊方面，葉東海同學(體育運動科學系二年級)亦在高手雲集的情況下取得第三名。



## 「大專水運會」勇奪女團亞軍



本年度「第四十七屆大專水運會」已於十月卅一日(星期日)假城大泳池舉行，本年參賽大專院校共有十所。由於各院校之實力非常接近，比賽競爭激烈，過程十分緊張，到最後一刻才能分出勝負。

中大健兒奪得女子團體亞軍，男子團體殿軍，及男女子團體總季軍。比賽期間，各泳隊成員士氣高昂，自發地組成了「啦啦隊」，從不間斷地替隊友打氣，就連畢業多年的師兄師姐及隊員家長，也專程來到比賽場地支持，令同學們十分感動。中大泳隊將會再接再厲，保持我校泳隊獨有的體育精神，明年再創佳績。





# 堅強意志與汗水 中大划艇九連冠

中大男子划艇隊隊長 - 祝山崙 (計算機科學系3年級)



今年「成龍挑戰盃2010全港大學賽艇錦標賽」已到第十六屆，亦是中大划艇隊連續八年取得全場總冠軍後，競逐第九年全場總冠軍的榮譽。結果，我們成功奪得這個榮譽了。每年，男子八人艇A隊都背負著一個使命：做比賽中最快的一條八人艇。一年前，自己還是一位新人身處在八人艇B隊時已有人說，我們的A隊就像一面金牌。你們若想到領獎台上，便得拼命去追趕他們。一年以後，當自己身處A隊之中，這些曾聽過的話和多年來所背負著的使命，迫使我們在練習期間一次又一次地從起點與終點之間往來。過程肯定是辛苦的，然而每一個細節如今想來卻是令人感動。

每一次計時練習，衝過終點以後各人大聲的叫喊，隨之而來是深深的呼吸聲；在炎熱的午後，太陽最猛烈時候出艇練習，在體能被蒸發掉一半後，還剩意志；城門河上下著滂沱大雨，我們躲在橋底安靜地望著河面上白濛濛的一片，等待下一輪出發；或是迎著風雨，感受著打在身上會感到痛的雨滴，仍冷靜地做好每一槳。

出艇前，教練讓我們圍坐一起，八位隊員安靜地聆聽教練最後的說話。三個月來的訓斥換成另一番由衷的表達，短短的一段回顧使得幾個隊友不住抽泣。我們暫將所有思緒放下，連教練九個人，決心要去扒最後一場完美的賽事。結果，有些景像我將無法忘記；就如我們這條八人艇衝過終點前的一刻，教練在舵手位置高高舉起雙手的食指，鳴笛響起以後我們狠狠地呼喊，仿如要向河上所有人宣示，我們是城門河上最快的八人艇！

我敢說，每一屆的中大划艇，都曾有人在某處流過眼淚。在一個訓練完結後的夜晚，看見其中一個隊友因為壓力而流淚。那個情況我們七人都意會但未有說出來。然而我們每一個人明白，對隊友最大的支持莫過於扒好一條艇。這裏，淚水從不代表軟弱。反之是代表我們有所承擔，有所執著，以及和隊友之間的默契；每一槳的競逐，能做到完全相信前後的隊友拼盡全力，而自己亦將做到最好，這一種信念，足以讓我們以淚水灌頰。

## 兩大划艇賽以全勝姿態奪冠

第廿四屆兩大划艇錦標賽於2010年9月12日假沙田城門河舉行，香港中文大學經過暑期艱苦訓練，終於修成正果，男女子划艇隊分別擊敗老對手香港大學，勇奪冠軍，副校長鄭振耀教授看到中大健兒節節領先，直趨終點，亦振臂歡呼，高聲喝彩。最為精彩的賽事由男子組及女子組分別在3500米及1500米以強勢勝出。

盡顯隊員齊心的力量。健兒的刻苦及決心，不但在運動競技場上勝出，更是年青人奮發向上，勇敢面對挑戰的好榜樣。期望同學們把這份堅毅不屈的精神應用到生活中，積極尋找自己的理想目標。



## 新艇下水禮

中大划艇隊獲得「中大校友關愛基金」計劃資助添置一艘單人比賽艇及一艘雙人比賽艇，並於2010年5月17日假沙田石門划艇中心舉行「新艇下水禮暨開操儀式」。





## 第三十二屆全日本國際輕量級賽艇錦標賽

### 東瀛訓練成效顯著 中大划艇超越自己

本校男子划艇隊於2010年5月19至24日前赴日本東京琦玉縣戶田市進行集訓及參加「第三十二屆全日本國際輕量級賽艇錦標賽」。大軍每天早上5時起床開始訓練，下午進行第二課操練，黃昏則拜訪友校，進行交流活動，晚上舉行檢討會議，行程非常緊密，收穫亦甚豐富。期間探訪日本明治大學、日本外國語大學、日本早稻田大學，並與他們的教練及運動員進行交流，內容包括訓練安排、技術指導、學員作息照顧等等，深入淺出，本校隊員獲益良多，對於提高本校運動員之水平極有幫助。而此次比賽雖然沒染指任何獎項，但教練及隊員們均大開眼界，知己知彼，百戰百勝。



## 中大划艇顯實力 參加大馬賽

中大男子划艇隊於2010年7月底由教練柳應斌帶領前往馬來西亞吉隆坡參加



「2010 UNITEN賽艇邀請賽」，於四人單槳無舵手艇項目分別獲得第一及第四名，室內划艇賽接力賽第一及第二名，室內划艇賽個人賽第二及第三名。

## 中大女籃首奪「成龍盃」何銘涯（文化研究一年級）

中學階段已聽說師姐們要為成龍盃比賽，想不到這麼快就是我代表中大出戰成龍盃了。記得中大女籃剛好由台灣回來，大家心裡都有團「籃球火」，對拿下成龍盃冠軍的決心堅定不移。可是，在第一場對沒大的時候，大家好像狀態不足，雖然獲勝了，始終覺得欠缺點什麼。第二場的時候，大家心理準備都做得較充足，賽前討論亦較前詳細，面對城大終於能打出水準；儘管主力球員在比賽中受傷了，我們亦沒有自亂陣腳，與對手沉著應戰，將勝果帶到最後一刻。我認為這場比賽是最漂亮的一仗。十月三十日，決賽面對理大，大家做得最好的一點是沒有鬆懈，整場比賽穩打穩紮，最後，以大比數拿下冠軍，也是中大女籃首奪成龍盃！





# 香港中文大學體育部 『體育課程考察團』

日期：2010年5月18日至21日

地點：淡江大學、國立台灣大學及國立台灣師範大學

- 領隊：盧遠昌主任
- 組長：阮伯仁先生
- 秘書：鄭毓全先生
- 聯絡：韓雲女士
- 成員：曾碧珠女士、郭永昌先生、張偉傑先生、陳德有博士、鄧子銘先生、黃安東先生



## 前言

香港中文大學體育部於五月十八日至廿一日訪問台灣私立「淡江大學」、「國立台灣大學」及「國立台灣師範大學」，能夠與三所台灣頂尖學府的體育前輩互相交流經驗，分享大家之體育課程內容及特色，除了建立良好友誼外，亦為雙方院校學生萌芽互相交流、切磋球技的機會。



## 淡江大學 (2010年5月19日)

我們一行十人於下午2時到達淡江大學，淡江大學學術副校長陳幹男教授、體育室主任蕭淑芬教授和他們的同仁，一共十多位老師於校內迎接我們，再到他們的體育館2樓進行座談會和交流。座談會後，下午4點開始參觀淡江大學的體育設施和觀課，除了在體育館參觀不同的場地，包括排球場、室內游泳池和羽毛球館等，也有到校園，如棒球場、藝術館和海事博物館等參觀。參觀完畢後，淡江大學體育室的老师安排在淡水海宴餐廳款待我們。



歡迎香港中文大學體育部蒞校







### 國立台灣師範大學 (2010年5月20日)

我們一行十人於上午10時到達國立台灣師範大學，與國立台灣師範大學運動與休閒學院院長張少熙教授、體育室主任俞智贏教授和體育系副教授王傑賢進行交流，並參觀體育館和室內游泳池等。



### 國立台灣大學 (2010年5月20日)

我們一行十人於上午10時到達國立台灣大學，體育室主任黃英哲教授到場歡迎，再到體育館2樓R247室，和教學組組長陳志一教授、活動組組長連玉輝教授、場地設備組組長康正男教授進行座談會和交流。座談會後，下午3點半開始參觀國立台灣大學的體育設施和觀課，除了在體育館參觀不同的場地，包括桌球室、室內游泳池和羽毛球館等，也有到校園參觀。參觀完畢後，國立台灣大學體育室的老師安排在鹿鳴廳餐廳款待我們。



### 總結

三所大學均設有完善的體育設施，大學的體育課程，項目和內容都很多元化，另外三所大學均非常積極推動全民運動，校內運動風氣濃厚，很值得中大學習。總括來說，此行獲益良多，讓我們有機會對台灣的體育文化及設施有多方面認識，希望日後有機會可以到不同地方考察，開放視野。





# 第十六屆全國大學生擊劍錦標賽

## 女子甲組花劍勇奪冠軍

第十六屆全國大學生擊劍錦標賽於本年10月31日至11月5日在上海舉行。本校首次派出大學劍擊女子隊一行八人參賽，並取得令人滿意的成績。

賽事分五天進行，參賽院校共28間，而參賽者更多達308人，規模頗為龐大。本校六名代表分別參加了女子甲組個人花劍和佩劍、女子丙組個人花劍和重劍，以及女子丙組隊際花劍共五項賽事。

本校代表在各項賽事中均表現出色，其中蘇燕婷同學(右圖)更榮膺女子甲組個人花劍冠軍，並連同兩名隊友錢凱妍和黃寶玲取得女子丙組隊際花劍銅牌。錢凱妍同學和楊曉君同學，亦分別在女子丙組個人花劍和重劍項目力拼內地各省隊代表，取得第六和第七名，成績令人鼓舞。



蘇燕婷



## 2010台港大學活木球交流友誼賽

是次我隊有六女四男，連同教練一行十一人，遠赴台灣比賽，對手分別為國立台灣師範大學(師大)、國立台灣護理學院、國立台北體育學院及香港教育學院。台灣乃活木球運動的發源地，其技術及成績均是世界的前列；而是次對賽的三所院校，均在台灣活木球運動擁有領導的地位，很多台灣活木球代表均是這三所院校的學生或校友，是次比賽確實令我隊大開眼界，獲益良多！

比賽是在到埗後第二天舉行，由沒雨打到有雨，由細雨打到大雨，最後終能完成比賽，成績令人滿意：女團第二、女子個人第四(吳楚筠)、女子雙人桿數賽第二(駱利萍/鍾君)及女子雙人球道賽第三(吳楚筠)。





# 「粵港澳臺知名高校乒乓球邀請賽」

## 中大男子乒乓球隊勇奪季軍



香港中文大學男子乒乓球隊於2010年6月26日至27日參加了由深圳市文體旅遊局、教育局及深圳報業集團，在深圳大學舉辦「粵港澳臺知名高校乒乓球邀請賽」。同場齊集12支粵港澳臺頂尖大學的乒乓球隊。中大男子乒乓球隊於是項賽事勇奪男子團體季軍，為校爭光。



### 中大師生齊參與

## 「第二屆亞洲大學生乒乓球錦標賽2010」

「第二屆亞洲大學生乒乓球錦標賽2010」已於本年7月2日至6日在香港舉行。中大人選代表參加「亞洲大學生乒乓球錦標賽」的名單如下：盧遠昌先生(技術委員會召集人)、何國泰先生(香港乒乓球隊主教練)、李志良先生(技術委員會成員)、姚易汝小姐(義務工作人員：成績紀錄)、男子乒乓球隊成員：陳潤恆。



## 『第十五屆全國大學生網球錦標賽』中大女子網球隊



中大女子網球隊於7月22日至28日赴桂林電子科技大學參加第十五屆全國大學生網球錦標賽，隊員包括：陳嘉恩(醫學一)、凌潔蕙(醫學一)、吳詠欣(醫學一)及王安琪(工管一)。這段期間，我們不單改善了網球技術和戰術，更與隊友和參賽大學建立了友誼。王安琪同學強調：「網球是一項社交的運動。透過網球，我們能學習公平競爭，學習尊重對手和了解自己的弱點，並知道應向那個方向繼續努力。」





# 第十四屆全國大學生羽毛球錦標賽



## 中大羽毛球隊成員

領隊：盧道昌先生  
 教練：湯遠明先生  
 男子隊運動員：唐家健(隊長, 專業會計三)  
 唐家誠(專業會計二)、鄭偉杰(電子工程二)  
 鄭偉邦(法律碩士二)、霍沛希(心理一)  
 黃志冲(專業會計一)  
 女子隊運動員：高子嫻(隊長, 心理四)、馮穎之(統計三)  
 蔡曼澄(護理二)、鄭藝琳(護理一)  
 鄺慧妍(新聞及傳播一)

第十四屆全國大學生羽毛球錦標賽由中國大學生體育協會主辦，大學生羽毛球協會協辦，於2010年7月17日至22日在南京市南京財經大學舉行。共有來自全國83所高校的797名男女球員參與。比賽規模和參賽人數均是歷屆之冠。香港中文大學派出5女6男球員參加男、女子團體；男、女子單打；男、女子雙打和男女混合雙打等比賽項目。

南京財經大學座落於南京仙林大學區，佔地廣闊，校舍建築設計新穎，極富特色。由於南京的夏天十分酷熱，因此比賽的體育館裝有空調，使參賽的球員有十分理想的發揮場地。為使各球員有優質的休息環境，在賽事前一星期，學校特意在運動員居住的研究生公寓加裝空調，經費不菲，但更見協辦大學的認真和體貼。



在團體賽中，本校男、女子隊被編在甲A組作賽。經過分組初賽後，女子隊以小組次名打入八強，男子隊則以小組第三名進人名次賽。決賽階段採用淘汰制。最後女子隊取得第八名，而男子隊亦在名次賽以全勝成績取得第九名。

單項賽事方面，大部份的隊員在各項目中，例如：男、女子單打，男、女子雙打和混合雙打等都能發揮水準，躋身最後十六強。成績最好的是霍沛希，在甲組男子單打取得第七名。



## 比賽成績：

第八名：甲A組女子團體(高子嫻、馮穎之、蔡曼澄、鄭藝琳、鄺慧妍)  
 第九名：甲A組男子團體(唐家健、唐家誠、鄭偉杰、鄭偉邦、霍沛希、黃志冲)  
 第七名：甲組男子單打(霍沛希)



第十四屆全國大學生羽





# 2010 臺灣大學國際手球邀請賽

National Taiwan University International Handball Invitational Tournament

香港中文大學男子手球隊一行十五人於2010年7月前往臺灣參加「2010國立臺灣大學國際手球邀請賽」。

是次手球邀請賽，由國立臺灣大學主辦。參賽隊伍有男、女子隊共十三支，分別來自新加坡、中國、香港及臺灣本土。包括國立新加坡大學、中國計量學院、香港理工大學、香港教育學院、香港中文大學、香港城市大學、臺灣逢甲大學及國立臺灣大學等院校派隊參賽。參與人數多達三百餘人。

今屆男子組各隊的實力非凡，包括去年香港大專手球賽冠軍-香港理工大學；亞軍-香港教育學院；臺灣大專手球賽A組冠軍-逢甲大學；台灣大專手球賽B組冠軍-國立臺灣大學。

## 男子手球揚威國際獲季軍

賽前中大隊員努力備戰，技術有明顯進步。中大男子手球隊在循環賽中，以超水準的表現，超越賽前定下的目標。先後擊敗香港教育學院和逢甲大學，最後以四勝二負的成績取得該組的季軍。各隊員均喜出望外，最難得是球員與香港以外的運動員建立了不淺的友誼及作出文化交流。



中大男子手球隊榮獲男子組季軍



### 隊長的說話：

『四年的中大手球生涯經過台灣這次比賽後終於結束了，本年度作為球隊的隊長，在是次出外的比賽時多留意了各隊友的情況，盡情投入在比賽中，深切地感受到「開心手球」的奇妙，感謝「有Sir」和多年來各位隊友給我帶來的美好回憶。』

其實這次台灣七日之旅是頗疲累的。短短的五日內就連續舉行了六場比賽，很多隊友因而累積了損傷。但是，這是一次有建設性的交流。我們除了親身接觸及學習到台灣手球選手的動作及陣法，亦有助我們了解隊中的不足之處及弱點，讓我們趕及在下屆大專賽前作出改善。是次比賽交流也提升了隊中的友誼及團結性。我們感謝中文大學為我們提供了資助，讓我們在能夠負擔的情況下到台灣學習。最後亦要多謝「有Sir」七日以來對我們的照顧。』





# 國際大學女子籃球邀請賽 台灣佛光盃 - 新丁感言

何銘源  
(文化研究一年級)

據體育部盧主任說，中大女篮出外作賽已是多年前的事，因此，能夠在今年入選女篮並隨隊出賽，實在是一件非常幸運的事。比較過往出外比賽的經驗，此次台灣之旅有著很多不同之處，包括得到大會熱情的招待，住在僧侶清修的地方，與其他國家的球員打成一片等等...都令這次旅程變得難忘、有意義。球場以內亦令我獲益良多，最深刻是面對著高大的加拿大代表隊，她們的身型完全將我們比下去，但憑著大家的「籃球火」(教練的口頭禪)與拼勁，我們也打出了一場精彩的球賽，可謂雖敗猶榮。此外，韓國隊和日本隊的球技、風度亦令我印象深刻，值得我們學習。而這次旅程最大的得著，無疑是與隊友之間的默契有很大的增長，很高興在短短的時間與隊友們稔熟，他們成為我在中大一群最好的朋友。希望將來會有更多機會，讓我們再戰海外吧！



## 香港-內地大學生夏令營 暨 籃球聯誼賽

鄭毓全老師

夏令營終於完滿結束。感謝天公造美，我們參觀長白山的那天，天朗氣晴，讓我們看到非常漂亮的天池。我們真的很幸運呢！

完成長白山之旅後，我們回到長春進行這次夏令營的重頭戲——籃球聯誼賽。這次比賽非常激烈，雙方的球員也有很好的發揮。比賽中場休息時，我們更進行了三分球、兩分球和罰球的神射手爭奪賽。最後，我們以48:38贏了這次聯誼賽。

這十天，最讓人捨不得的除了長白山和長春漂亮的景色，還有東北師大的學生們！他們非常的友善和好客，常常主動帶我們去玩和認識東北文化，不知不覺間便和他們建立了深厚的友誼。他們讓我們體會到東北人是多麼的熱情和重義氣！

很開心和榮幸能夠參加這次夏令營，讓我們有機會認識到一班這麼好的朋友和欣賞到長白山天池迷人的景色。





# 中大書院賽及公開賽

書院賽成績表(上學期)

項目	冠軍	亞軍	季軍	殿軍
羽毛球	男子	新亞	逸夫	聯合
	女子	崇基	新亞	聯合
乒乓球	男子	崇基	逸夫	聯合
	女子	崇基	新亞	逸夫
網球	男子	聯合	崇基	新亞
	女子	聯合	崇基	新亞
游泳	男子	崇基	新亞	聯合
	女子	新亞	崇基	聯合
田徑	男子	崇基	新亞	聯合
	女子	逸夫	聯合	崇基
籃球	男子	逸夫	崇基	聯合
	女子	逸夫	崇基	聯合

為豐富學生校園生活及加強學生對大學和書院之歸屬感，體育部每年均舉辦多項中大書院賽及中大公開賽，讓同學切磋球技，一展身手。2010-2011上學期已完成的書院賽包括男、女子網球，男、女子羽毛球，男、女子乒乓球，中大游泳精英比賽及中大田徑精英比賽。另外，上學期舉辦之三人籃球、五人手球、五人足球及壁球公開賽亦圓滿結束。下學期舉行之書院賽及公開賽將於2011年1月至3月展開，熱切期待你的參與。



公開賽成績表(上學期)

項目	冠軍	亞軍	季軍	殿軍
籃球	男子	崇基 A	博雅 B	新亞 C
	女子	CMS 1	BBA 2	NRS 1
三人籃球	男子	崇基 A	博雅 B	新亞 C
	女子	BCM 1	CSM 1	NRS 1
五人手球	男子	逸夫	UC 行	1021A
	女子	博雅	Poann	
五人足球	男子	SPE 4	東月 1	Isaac's Team
	女子	SPE 崇基隊	2 Win	Choco
壁球	男子	博雅	逸夫	聯合
	女子	博雅	逸夫	聯合



## 兩大體育節水運會的勝利感想

我感到十分高興在我最後一年能協助中大游泳隊奪得本屆冠軍，十分多謝梁老師及阮老師對我們的悉心訓練，我亦多謝我的父母及校友到來為我打氣，得不到他們的鼓勵，我就不能獲得如此好的表現，我相信中大游泳隊會繼續努力為大專賽寫下更好的成績。

馮詠恩 - 中大女子游泳隊





## 崇基學院 『水運會、陸運會』



崇基學院院長梁元生教授親臨為水運會開幕，同學都踴躍參加，經過一番龍爭虎鬥，男子組林沐恩同學打破200米個人蛙式，「專業會計系」也打破了系際4x50米自由式。今年度晨興書院的同學也跟我們一同比賽，使整晚比賽氣氛非常激烈。結果由「專業會計系」奪得男女子全場冠軍。

今屆陸運會共有53個學系約300多名同學積極參與，而晨興書院的同學也跟我們同場競賽，場面真是非常熱鬧。崇基學院院長梁元生教授為主禮嘉賓，晨興書院副院長兼輔導長梁美兒教授也出席開幕儀式，男子組「體育系」葉東海同學打破了5000公尺大會紀錄。最後由「體育系」奪得男女子全場冠軍。

## 崇基院慶環校跑



本年10月29日(五)是崇基學院第五十九屆院慶，也是一年一度環校跑的大日子，今年約有350名學生及教職員參加。這天學風和日麗，真是跑步的好天氣，崇基學院院長梁元生教授進行鳴笛儀式後，多名學生參加者由嶺南體育館出發，場面十分壯觀。此外，本屆環校跑更新增最具創意服飾比賽及最佳舍堂獎，並吸引各同學參加，氣氛十分熱鬧。



## 聯合書院 『水運會、陸運會』



聯合書院水運會，有賴各舍堂及籌委的積極宣傳，賽事共有165人參加，相當踴躍。當天中國香港水球集訓隊作精彩表演，他們示範各類型的熱身、基本功和戰術訓練，令出席嘉賓和同學大開眼界。比賽中，男、女子共刷新4項大會紀錄，一年級同學曹曉峰表現優異，個人刷新3項大會紀錄，他亦奪得男子個人全場冠軍。一年級同學陳柔嫻以刷新一項紀錄和兩個項目冠軍的成績下奪得女子個人全場冠軍。舍際全場總冠軍由恆生樓再次蟬聯；啦啦隊冠軍則由湯宿奪得。



聯合書院陸運會參加人數共有450人，十分踴躍。黃翠瑤同學以2.45米奪女子持桿跳冠軍，並刷新其保持的紀錄。本屆設有10人x 200米接力賽，場面十分熱鬧。最後，鄭威寶同學和黃翠瑤同學分別獲得男子個人和女子個人全場冠軍；舍際團體冠軍由恆生樓再次蟬聯；啦啦隊冠軍亦由恆生樓奪得。

## 聯合書院 院長盃



第五屆聯合書院院長盃亦由以上兩項比賽作序幕，隨後一連串的上球類比賽將於2011年1月開始舉行。該項大型運動比賽是由聯合書院4個宿生會及2個走讀生舍堂間之比賽，項目包括男子籃球、女子三人籃球、足球、排球、羽毛球、乒乓球及網球。到時必定會是各舍堂間的一項激烈比賽。



## 晨興書院體育活動



今年晨興書院首次與崇基學院舉行兩項書院活動。多得崇基學院的鼎力支持，晨興書院與崇基學院分別於9月及10月合辦舉行水運會及陸運會。雖然參賽運動員在這兩項賽事未取得驕人成績，但書院輔導長、職員及同學前來為參賽運動員打氣，令參賽運動員非常感動，場面溫馨。

此外，晨興書院於2010年10月至12月份舉行一系列四項體育課堂給予學生參與，分別為籃球、網球、體能訓練及高爾夫球。透過課堂，同學不但享受體育課堂的樂趣，亦對該運動有更深刻認識。參加同學反應熱烈，四次課堂合共有47名同學出席參與。







## 新亞書院六十一周年院慶「健步跑」



創紀錄九百多名參賽者參加十月三十日新亞書院六十一周年院慶「健步跑」，由新亞「圓形廣場」出發，以跑步或步行方式到達夏鼎基運動場終點，沿途氣氛既熱鬧又愉快。



## 新亞書院歷任院長盃及書院賽

周年「新亞書院歷任院長盃」已圓滿舉行，本屆老師隊勝學生隊，新亞書院勇奪「院制賽」女子游泳及男子羽毛球賽冠軍。



## 逸夫書院水、陸運會

逸夫書院師生水運會於九月舉行，本屆除學生健兒參賽外，還有老師參賽，包括書院輔導長梁耀堅教授、許金山教授及郭永昌老師。而李志良老師及院長助理梁冷潭小姐亦參加了2X50米自由式接力賽。新任院長陳志輝教授更整晚為老師及同學們打氣，使師生關係融為一體。



逸夫書院師生陸運會於十月舉行，參與人數眾多正突顯逸夫書院同學十分重視體育活動。除同學的參與外，院務主任簡麗嫦小姐參加了800米競賽。本屆的8X100米接力跑是全晚最精彩的比賽，同學們發揮出拼搏精神，氣氛非常熱鬧。



## 逸夫書院田徑隊

逸夫書院在十一月的「中大田徑精英賽」中，囊括了男子團體、女子團體及團體總冠軍。恭喜逸夫書院！



## 善衡書院水上嘉年華

善衡書院於九月在大學泳池舉辦了第一個體育活動—善衡書院水上嘉年華。擅於游泳的學生即時跳進水裡，互相比試，不諳泳術的學生亦在一旁吶喊助威，場面非常熱鬧。而當天亦成功組成了善衡第一屆泳隊，為之後的中大精英賽作好準備。最後，善衡書院的Heidi成功在中大精英賽中奪得了第一面銀牌，為善衡書院日後更出色的表現揭開序幕。



## 善衡Sports Fun Day

在十月二十九日，善衡書院於大學體育中心舉辦了名為Sports Fun Day的小型陸運會。當日除了有跑步、跳遠、接力等田徑項目外，亦有足球比賽，每位同學都積極參與，面帶笑容的他們十分享受在體育場上揮灑汗水的感覺。及後，這一班善衡精英亦代表書院參加了中大田徑精英賽，並取得了優異的成績。

## 善衡Sporty Fridays

在十月和十一月期間，善衡書院於每個星期五都舉辦了一個名為Sporty Fridays的活動，輪流進行和舉辦乒乓球、羽毛球和籃球練習和友誼賽，最後更舉辦了師生賽。我們的院長和教授都親自下場和學生一較高下，戰況激烈。



# 體育部花絮

## 精英運動員座談會2010

中大體育部每年均與香港體育學院聯合主辦精英運動員座談會，今年的座談會於2010年12月2日假大學體育中心舉行，希望能招攬有潛質運動員進入本校就讀，出席中學：賽馬會體藝中學、喇沙書院、英華書院、拔萃男書院、協恩中學、德望學校、順德聯誼總會梁銶琚中學、拔萃女書院。

超過50位同學到場參加，提出多項問題，座談會於下午6時45分結束。



## 網球教學觀摩

體育部於10月13日邀請了郭永昌先生作「正拍落地反彈球」之教學示範，共有6位導師參與，導師們都積極參與教學內容之討論，並主動提出多項

改善教學的方法，透過互相交流，導師皆能反思教學的不足，相信這對日後的教學工作有極大的幫助。



## 體育部新導師李秀瑩女士

大家好！我是李秀瑩，剛於八月加入中大擔任體育導師，主要任教體育必修科及擔任中大女排教練。重投大學生活，實在令我又驚又喜——自大學畢業後，於中學任教也有十年光景的我，對現時的大學生了解不深；幸好中大的學生平實穩重，加上體育部同事的幫忙，令我的心也定了下來



，很快便適應了。我期望透過各樣活動，將個人在體育運動上之經驗及知識傳授給同學，好讓他們能建立對運動的興趣，並跟我一樣，好好享受中大的生活！

## 體育部同事獲長期服務獎

余雲程先生及梁蔚藍先生分別服務於聯合體育部及新亞體育部超過二十五年。中大深慶獲一群服務多年的忠誠員工緊守崗位，默默耕耘，襄助大學發展。2009年他們獲頒長期服務獎。頒獎典禮於4月9日在利黃瑤壁樓洗為堅演講廳舉行，由前任校長劉遵義教授主禮。劉校長致辭感謝獲獎同仁多年為大學作出的貢獻。



## 體育部計劃協調員姚易汝小姐

「大家好！我是姚易汝，畢業於中文大學酒店及旅遊業系。能夠重返母校工作，並加入這個充滿活力的體育部，我真的感到很高興。很開心可以見到一些曾教我的導師和一眾師弟妹，回到熟悉的校園，令我對這份工作更有熱誠。希望日後能為體育部出一分力，並幫到大家。謝謝。」



## 體育部新導師徐志賢先生

大家好，我是Ron。我現任香港中文大學男子田徑隊教練、晨興書院體育部聯絡人，崇基學院女子籃球隊教練，任教體育必修、選修課程。任教游泳、手球、羽毛球、網球、體能鍛鍊及高爾夫球課程。





## 『身心康泰在中大』

體育部主辦的「身心康泰在中大」已於9月29日及30日在富爾敦樓舉行。兩天活動接近300名教職員及學生參加，他們需要進行多項測試，包括手握力、量度脂肪、踏台階、壓力水平、坐體前伸及仰臥捲腹測試，同時亦會與體育部導師進行面談，藉此了解及改善個人健康，名副其實身心康泰。



## 台灣大學游泳隊訪問

台灣大學游泳隊於2010年7月1日上午訪問香港中文大學。代表團由領隊黃英哲教授及教練林謙如老師率領男女子泳員24人，赴本校進行參觀及訪問活動，互相交流兩校游泳隊組織及訓練狀況，使兩校之游泳隊隊員增進友誼，並獲益良多。



## 衝勁樂2010

香港外展訓練學校於2010年11月14日在香港中文大學夏鼎基運動場舉行「衝勁樂2010」。中大亦派出由4位研究生和10位本科生組成的代表隊參賽，而全部參賽隊伍共54隊。在比賽中，各參賽隊伍須完成一連串要求整體合作性的競技遊戲。賽後同學覺得是次活動除了提升他們領導能力外，更可以為一些有需要的年青人籌募參加外展訓練課程的經費。由於這個活動非常有意義，他們都希望來年繼續參加。



## 深圳資訊職業技術學院訪問

深圳資訊職業技術學院副院長劉穎先生及深圳市建築工務署副署長葉虔先生，於十一月二十四日率領訪問團一行十人，參觀本校體育設施，並交流主辦大型活動之經驗。



## 輔警模擬體能測試

於2010年11月16日及18日體育部及學生事務處合辦「投考輔警模擬體能測試」，參加同學有近一百人，極為踴躍。



## 體育部研討會-錢銘佳博士主講

上海體育學院客座教授 錢銘佳博士，於十一月十八日在體育部研討會中主講：「從無聲到活動畫面：高科技與兒童肥胖問題的探討」，本部老師獲益良多。



## 北京馬拉松賽事

2010年北京馬拉松，10月24日寒冷的早上，體育部導師邱永強先生帶領香港馬拉松代表陳潔儀小姐及蔡達明先生出席是次比賽。雖然在低溫及下著小雨點起步，三萬人的熱情卻沒有被冷卻下來，比賽路線途經2008年北京奧運的鳥巢、水立方和奧林匹克森林等多個標誌景點。





## CHUNG CHI COLLEGE

The 42nd Chung Chi Swimming Gala was held successfully on 30th September. Head of College, Prof. Leung Yuen Sang, officiated at the Opening Ceremony. New records for 200M Men's Breaststroke and 4X50M Men's Freestyle Relay were created. The Department of Professional Accountancy won both Men's and Women's Overall Championships. The Gala atmosphere was enhanced with the participation of students from Morningside College.



The 54th Athletic Meet was held on 19th October. More than 300 students from 53 departments of Chung Chi College and Morningside College took part in the Meet. The record for Men's 5000M was renewed. The Overall Championship went to the Department of Sports Science and Physical Education.



On 29th October, over 350 students ran at Chung Chi College Round-Campus Run at the 59th Anniversary of the College Founders' Day.

## UNITED COLLEGE



There were 450 athletes competed in the 44th United College Athletic Meet on 20th October. The 10 x 200M Relay was added to increase the meet atmosphere. A new record in Women Pole Vault was set. Hang Seng Hall won both the Overall Champion and the Cheering Team Champion.



The 37th Swimming Gala was successfully held on 29th September which attracted participation of 165 swimmers. The Hong Kong Polo Team was invited for a demonstration before the competition. There were 4 new records generated in this year. Hang Seng Hall successfully defended their Overall Champion. The Champion of Cheering Team went to Adam Schall Residence.



## MORNINGSIDE COLLEGE



This year, Morningside College collaborated with Chung Chi College to run its first College Swimming Gala and Sports Day in September and October respectively. Even Morningside athletes had not achieved astonishing results in the two events, our Dean of Students, College Staff and classmates cheered them up enthusiastically throughout their races.



Morningside College had organized 4 PE workshops on Basketball, Tennis, Fitness and Golf during October and December to provide our students the chance to have fun in doing exercise and learn in-depth knowledge about each sport. All 47 participated students responded positively in the workshops.





## NEW ASIA COLLEGE



A record-breaking number of participants reaching over 900 took part in the 61st New Asia College Anniversary Happy Run on 30th October. The crowd ran or walked happily from New Asia Amphitheatre down to Sir Philip Haddon-Cave Sports Field.



The Annual New Asia College Previous Heads' Trophy Tournament for various sports games between the staff team and student team was completed on 27th October with great success. This year the staff team won the "Overall Champion".



The New Asia College Women's Swimming Team and Men's Badminton Team both captured Champion Team title at the Annual Inter-Collegiate Swimming Gala.

## SHAW COLLEGE



Shaw College Athletic Men's Team and Women's Team both clinched Champion Team title plus Overall Champion in the CUHK Annual Sports Day in November throughout the Gala.

The Shaw College Swimming Gala was held successfully in September. Our Dean of Students, Prof. Freedom Leung joined by his colleague Prof. K.S Khaw, Mr. W.C Kwok, Mr. C.L. Li and Miss Susie Leung took part in the competition. Head of College, Prof. Andrew Chan cheered up our students and staff throughout the Gala.

The Shaw College Athletic Meet was held in October. Our College Secretary, Miss Bonnie L.S. Kan joined the students to compete in 800m race. Students showed their enthusiasm in sports and love for College life in the eye-catching 8X100m relay.



## S.H. HO COLLEGE



During October and November, S.H. Ho College held "Sporty Fridays" in the evening. Sports, including table tennis, basketball and badminton, were rotated for each week and ended with friendly competitions and a staff-student competition.

On 24th September, the first S.H. Ho College Swimming Gala was held with eager participation of swimmers and enthusiastic cheering teams. Our first Swimming Team was also established on that day. They grabbed a silver medal in the CUHK Swimming Gala.



On 29th October, S.H. Ho College held its first Sports Fun Day for soccer and track and field activities. Our representatives also participated in the CUHK Athletic Meets and got outstanding performance.





# Vice-Chancellor welcomes Sports Scholars



Vice-Chancellor, Prof Joseph J.Y. Sung welcomed 21 new scholars of the University Sports Scholarship Scheme on 29th October at University Sports Centre. Prof. Sung encouraged all scholars to strive for excellence in their sports and study for the glory of CUHK and Hong Kong. The SSS has recruited 187 elite athletes in total since its establishment in 2001.





# GLORIOUS VICTORIES

CUHK athletes performed excellently in recent local and international intervarsity sport events:

## Badminton Team –

Men's Single 7th in All-China University Badminton Championships



## Rowing Team –

Overall Champion in Jackie Chan Challenge Cup and Intersarsity Championships



## Basketball Team –

Ladies' Champion in Jackie Chan Challenge Cup



## Squash Team –

Ladies' Singles 6th place in World University Squash Championships



## Cross-country Team –

Ladies' Individual Champion and Men's Overall 3rd place (USFHK)



## Swimming Team –

Ladies' Overall 2nd place and Men's Overall 4th place (USFHK), Ladies' Overall Champion (31st AIG)



## Table Tennis Team –

Men's Team 3rd place in Guangdong, Hong Kong, Macau and Taiwan University Table Tennis Invitational Championships



## Fencing Team –

Ladies' Foil Grade A Champion and Grade C Team 3rd place in All-China University Fencing Championships



## Woodball Team –

Ladies' Team 2nd place and Individual 4th place in Taiwan University Woodball Invitational Championships







# PEU Newsletter



The Chinese University of Hong Kong

Issue 44 December 2010

Physical Education Unit

- Mr Yu Wan Ching and Mr Leung Wai Nam were accompanied by Director, PEU, Mr Lo Yuen Cheong on 9th April to receive the University Long Service Award for their 25 years' service in operating the University sports facilities.
- A delegation from PEU visited Tamkang University, National Taiwan University and National Taiwan Normal University between 18th and 21st May to share the recent development of curriculum in Physical Education.
- On 10th June, Pro-Vice-Chancellor, Prof Michael K.M. Hui, and donors of sports scholarships, Dr Yeung Ming Biu and Ms Au Po Kee jointly presented the University flag to teams taking part in overseas international competitions during the summer.
- Swimming Team from Taiwan University visited PEU on 1st July.
- CUHK Table Tennis Team member Mr Chan Yun Hang, PEU colleagues Mr Lo Yuen Cheong, Mr Ho Kwok Tai, Mr Li Chi Leung, Miss Yiu Yick Yu participated in the 2nd Asian University Table Tennis Championships between 2nd and 6th July in Hong Kong.
- CUHK Women's Tennis Team took part in the 15th All-China Universities Tennis Championships in Gullin, China between 22nd and 28th July.
- Our Women's Basketball Team competed in Bilia Cup Women's Basketball Championships 2010 in Taiwan in September. They also took part in the Mainland University Camp in summer.
- Vice-Chancellor, Prof Joseph J.Y. Sung welcomed 21 new scholars of the University Sports Scholarship Scheme on 29th October at University Sports Centre. A briefing for the Scheme for more than 50 representatives from sports elite schools was also held on 2nd December.
- PEU Instructor Mr Kwok Wing Cheong demonstrated a Tennis class for his colleagues on 13th October.
- In mid-October PEU had organized Fitness Testing service for 2 days for all University members. More than 300 students and staff carried out the testing.
- PEU colleague Mr Yau Wing Keung was appointed to lead Hong Kong Marathon Team to compete in 2010 Beijing Marathon on 24th October.
- A simulated fitness test was jointly organized by PEU and OSA in November to prepare our students for the entry test required by the Hong Kong Auxiliary Police.
- Outward Bound Corporate Challenge 2010 was held at CUHK on 14th November. CUHK was one of the 54 teams taking part in the event.
- Prof Chin Ming Kai, Visiting Professor of Shanghai University of Sport, China presented "From Silent to Active Screen: Combating the Childhood Obesity Epidemic through Technology" and shared with PEU colleagues on 18th November.
- Shenzhen Institute of Information Technology representatives visited PEU on 24th November.
- PEU welcomes Ms Li Sau Ying and Mr Tsui Chi Yin to join teaching in the Unit and Miss Yiu Yick Yu to assist the Unit in administration.
- To enrich college life of our students, PEU organized a variety of inter-collegiate sports competitions, individual and team open championships over the year.

