



Hong Kong Blind Sports Federation

Unit 713, 7/F., Tower II, Cheung Sha Wan Plaza, 833 Cheung Sha Wan Road,

Lai Chi Kok, Kowloon

Tel: 2789-3383 Fax: 3005-7110 Website: www.hkbsf.org.hk E-mail: info@hkbsf.org.hk

2014年6月29日

新聞稿

賽馬會視障體育計劃啟動儀式

香港盲人體育總會今日於石硤尾公園草地球場隆重舉行賽馬會視障體育計劃啟動儀式。

這項視障體育計劃是由香港賽馬會慈善信託基金撥款 260 萬予香港盲人體育總會，支持該會推動盲人馬拉松、盲人高爾夫球及盲人足球 3 個視障體育項目的發展，預計在 2 年內培訓 100 名長跑運動員、30 名高球手、70 名盲人足球隊員及 180 名義務導向員，目的是通過培訓提升香港視障人士的體育運動水平，讓優秀視障運動員有機會參加本地比賽及代表香港參加海外賽事，爭取摘金奪銀，為港增光。

香港盲人體育總會在成立 6 年多時間內，為大量視障運動員提供了專業的正規訓練，其中部分優秀運動員更是屢創佳績。該會馬拉松跑手全馬最好成績為 3 小時 13 分，半馬及 10 公里賽最好成績分別是 1 小時 38 分 26 秒和 42 分 51 秒；該會高爾夫球手曾多次奪得香港比賽的冠軍；盲人足球隊亦曾獲邀前往泰國參加國際盲人足球公開賽，豐富了參加國際比賽的經驗。

為更好的宣傳及推廣這項計劃，該會特別舉辦啟動儀式，並特邀民政事務局副局長許曉暉女士、香港賽馬會慈善項目主管陳淑慧女士、中國香港體育會暨奧林匹克委員會副會長余國樑太平紳士、香港殘疾人奧委會暨傷殘人士體育協會行政總監馮秀娟女士作為是次活動主禮嘉賓。出席啟動儀式的嘉賓還有香港盲人體育總會主席周德煒先生、香港盲人體育總會常務副主席顏志永先生及香港盲人體育總會行政總裁陳梁悅明太平紳士。

許副局長稱讚香港盲人體育總會自成立以來，一直致力為視障朋友提供體育培訓，發掘視障運動員潛質，鼓勵參與競賽，推動傷健共融，成績令人鼓舞，亦覺得今日的啟動儀式意義重大，同時對賽馬會視障體育計劃未來的成效充滿信心。

香港賽馬會慈善項目主管陳淑慧女士表示，馬會致力推廣傷健共融，改善殘障人士的生活質素。「希望透過培訓視障長跑運動員、高球手、足球員及義務導向員，讓香港的視障人士有平等機會參與體育訓練和比賽。」

啟動儀式後還舉行了盲人足球邀請賽，由傑志球隊對陣香港盲人體育總會盲人足球隊，比賽期間傑志球員亦戴上盲人足球比賽專用眼罩，雙方進行了一場別開生面，緊張刺激的比賽。結果是 1:0，香港盲人體育總會盲人足球隊勝出。

香港盲人體育總會簡介

香港盲人體育總會是由一群熱心盲人事業的社會精英及專業人士發起，於 2008 年 4 月 14 日成立，是香港首間專為視障人士而設的體育會。成立目的是為香港視障人士提供正規體育訓練，並選拔有潛質和能力的視障運動員參加本地及海外賽事，為港爭光。

本會現有超過 600 名個人及機構會員，有逾二百名視障運動員參與各項體育訓練，包括：馬拉松、保齡球、高爾夫球、盲人足球、龍舟及游泳、射箭、盲人門球及雙人單車等。同時亦有逾百名體育天使擔任領跑員及導向員等。

過去六年，本會曾參與及舉辦了逾 150 場本地及地區性的體育比賽和活動。取得的成就讓社會人士了解到視障人士的能力和潛質。亦證明了一點，就是：只要給予視障人士平等參與體育訓練及比賽的機會，他們同樣可以創出佳績。

本會期望上述計劃完成後能選拔出一批有潛質運動員，參加本地、區域性及國際性賽事，為港爭光。亦期望在不久將來本會可獲得國際盲人體育總會 (IBSA) 香港會藉及成為 NSA，獲得香港特區政府恆常資助，讓香港盲人體育事業可長久持續向前發展及讓更多香港視障人士可參加國際賽事並站上領獎台上領獎！

如有任何查詢請致電：2789 3383 傳真：3005 7110 電郵：wennie@hkbsf.org.hk 網址：www.hkbsf.org.hk

賽馬會視障體育計劃

盲人馬拉松

視力退減無阻人生競賽 - 梁小偉

若有一天看不見，只能分出光和暗，是否等於失去一切？馬拉松視障選手梁小偉證明兩者之間不是等號。

今年帶傷上陣，仍以 3 小時 13 分佳績完成香港馬拉松的全馬賽事，45 歲的小偉是香港盲人體育總會的冠軍健兒。該項賽事前兩個月，小偉才於美國加州參加國際馬拉松賽，抵禦攝氏三度又下冷雨的天氣，無懼下機翌日即比賽的時差影響，他與其領跑員獲得該全馬賽事視障組的亞軍，成為首位在國際賽上獲殊榮的視障選手。

香港賽事前幾天，小偉割傷了腳掌，但他堅持盡力比賽。他說：「其實隨隨便便跑都會出汗，何不努力認真比賽？我不想辜負教練和領跑員的付出。」

的確，對於小偉，跑步不單是他與跑鞋的故事，還有領跑繩、領跑員和教練的感情和聯繫。小偉因視網膜色素病變，小時已受夜盲困擾，09 年底視力更衰退至只能分開光和暗，一度意志消沉，對自己上落樓梯也失去信心。他形容自己當時「仿佛失去將來，失去目標」。

最初加入盲人體育總會馬拉松團隊，小偉只抱著「好過留在家」的心態，不過他被教練和領跑員感動。「人家收工趕來給我帶跑，我感謝他們的付出，便想到自己要做好一點。」他解釋。於是他由「跑幾步便喘氣」，到嘗試十公里賽，一步步提升自己。他更發現自己可以容讓別人協助，做出成績。

「我只是借了別人的眼睛，但跑起來不比健視選手差，視障組也要跑畢約 42 公里，沒有少跑的呢。」他自豪的說。另外，他也享受自己跟領跑員之間建立的信任。「只要對方提示我放心跑，我便放心。」他說。「人沒有信任便變成機械呢。」

當天小偉只分出光和暗，但踏上跑道，他贏得榮譽，找到人與人的情誼，尋回活下去的信心，還有天天進步的目標。他希望繼續鍛練，做到每跑一公里多快十來秒，2016 年挑戰巴西殘奧運。

視障人士高爾夫

運動打開隱蔽心靈 - 黃美玲

高爾夫球手黃美玲愛笑。她笑的時候，臉上淡淡的雀斑像跳躍的音符。廿二歲的小妮子個性活躍，可說是香港盲人體育總會的中堅運動員，除了高爾夫球，從馬拉松至游泳、甚至足球都可見她的芳蹤。訪問當天，她還親手造了曲奇餅，叫人難以想像她曾有過隱蔽的歲月。

從前，好動的美玲受制於不足兩成的視力，很多運動也未能參與。

「我在普通學校念中學，我不能跟別人對打羽毛球，老師讓我獨自開球，我已非常高興；但有時同學能參與卻選擇放棄，我看見會不甘心。」美玲漸漸什麼也不想接觸，縱使自知喜歡運動，也有爭勝的熱心，她都把自己圍封起來，甚至想過死。

直至前年，她透過友人認識盲人體育總會，參加該會按「體育共享」理念舉辦的各項運動。

「我什麼都想試，嚮往游泳時旁人為我打氣，感覺很溫暖；我玩龍舟，甚至足球，六月在球場受訓很辛苦，但我喜歡陽光的感覺。」美玲憶述她曾瘦得像「飢民」，唯有運動讓她慢慢健康過來。

美玲後來成為體育總會的兼職員工，去年七月帶盲人高爾夫球隊去接受訓練。期間，跳躍的細胞慫恿美玲，於是她自己也在旁揮起杆來，教練發現她姿勢正確柔軟，便鼓勵她加入球隊。

「最初我感到無聊，因為揮杆之後，我看不見球打到哪裡，後來才領略自己也可以聽球，原來球打得好，聲音也清脆。」她說。

去年十一月美玲正式受訓，不到兩週，她參加了體育總會於惠州舉行的首屆香港國際盲人高球邀請賽暨國際傷健共融高球賽。首天賽事，美玲揮杆竟打著旁邊一輛車，事後她想過放棄。

「幸而導向員熱心地鼓勵我，說難得到此，要享受過程。」她說。「我就讓義工帶領，他告訴我場地多大、環境怎樣，我看不清楚，但義工的描述引領我幻想。」

美玲有很多高球計劃，她堅持練習，希望提升技術，獲取海外參賽的資格。「運動幫我看見這個世界。」她佻皮說。

盲人足球踢出廣闊世界 - 林榮順

林榮順在廣東出世，四歲時因發燒入醫院，但因為醫生打錯了一支針導致他於五日後完全失去視力。九歲時他隨家人來港生活，入讀心光學校，小學時被驗出有脊柱側彎的情況，多年來他由側彎 20 度惡化到 70 度，在 08 年動手術，休養一段時間後他重投學業，並於中三畢業後成功考入一所主流的英文中學。雖然因視力的關係，學習比一般人困難，但他努力不懈，完成中六後接受公開試，及後被城市大學人文社會科學院取錄，並已完成第一年的課程。

在中三那年他對運動開始產生興趣，並參加由香港盲人體育總會舉辦之馬拉松及盲人足球訓練班。在此期間，他曾參與過十公里及半馬的比賽，以及大連國際馬拉松 2012，雖然沒有獲得任何獎項，但他覺得運動對身心都有很大的裨益。

盲人足球是他目前最喜愛的運動，和其他視障球員切磋球技是他生活一部份。盲人踢足球要全神貫注，小心聆聽發球的方向，守門員的入球方向提示，才可將足球往正確方向傳遞，對榮順來說，這項運動很有挑戰性及成功感。還記得去年八月在泰國參加國際五人足球比賽時與印度對壘，射入一球，這成功及快樂感覺至今難忘。