

上壘 RUN

免費
贈閱



香港棒球總會季刊 HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION QUARTERLY

香港男子棒球隊

HK Men's Baseball Team

Flag Presentation for
the 17th Asian Games Incheon

2014



優秀技術 崇高品格

Issue
Fourth Quarter
2014/15

80

www.hkbaseball.org



BFA Executive Committee Meeting

Incheon, Korea – September 29 2014



BFA Executive Committee Meeting

Incheon, Korea – 29th September 2014



我們的歷史

香港棒球總會由一批熱愛棒球運動的人士創立，於1992年10月依據香港公司法註冊為一非牟利的有限公司；並於1993年3月26日舉行成立典禮。香港棒球總會發展快速，先後成為國際棒球協會 International Baseball Federation (簡稱IBAF)、亞洲棒球總會(簡稱BFA)、中國香港體育協會暨奧林匹克委員會(港協暨奧委會)和美國小馬聯盟(PONY)的會員。

香港男子代表隊於2006年首次取得《亞洲盃》亞軍，於2005年及2009年分別打入中國第十屆和第十一屆全國運動會決賽周；2007年打入第二十四屆亞洲棒球錦標賽(2008北京奧運資格賽)；並以亞洲八強排名參加2010年廣州第十六屆亞運會及洲際盃棒球錦標賽。2013年首次參加在中國天津舉行的東亞運動會等重要國際及全國賽事。

香港女子代表隊自2006年起獲邀參加兩年一度的IBAF世界盃女子棒球錦標賽。

香港青少年代表隊於2002年首次參加在台北舉行的亞洲青少年棒球錦標賽(BFA "AA" Championship)；2009年首次參加第十四屆世界青少年棒球錦標賽，及於2012年參加首屆世界青少年棒球錦標賽 (IBAF 15U Baseball World Cup)；2013年獲選派參加在加拿大舉行的沙雅斯郡第47屆國際兒童運動會。

香港少年棒球代表隊於2000年首次參加在日本福岡舉行的亞洲少年棒球錦標賽 (BFA "A" Championship) 及於2011年首次參加在台北舉行的世界少年棒球錦標賽 (IBAF 12U Baseball World Cup)。

我們的宗旨

推動講求健康、智慧、紀律、力和美的棒球運動；培養具有優秀技術、良好品格的運動員、教練員、裁判員；促進與各地的棒球活動交流；衝出香港，走向世界。

我們的會歌

《棒球之歌》
詞：譚展輝
曲：Sandy

♩
Con Spirit (♩ = 126)

|| : 3 4 5 6 5 4 | 5 - 3 - | 6 - 4 6 | 5 - 3 - |
望向遠方——希望 將世間阻撓
在競賽中展現的汗 衝動加盼望

4 5 6 1 7 - | 3 4 5 7 6 - | 2 3 4 1 6 4 | 3 - 2 - ||
鬥志可衝天 自信更高昂 無懼對手爭鋒 力強
為博你欣賞 為博你鼓掌

2 3 4 5 6 1 2 - 5 - || : 3 - 1 3 | 2 - 5 - |
全 壘打發射 光芒 比遠方燦陽
爭 勝心激昂

1 - 6 1 | 7 - 5 - | 6 7 1 6 2 - 5 6 7 5 1 - |
更 熱更 自 強 遇合作共開 遇體力同往
信念永 未 忘 永沒洩於心

3 2 1 3 | 2 - - - - || 5 6 7 2 1 - | 4 5 6 1
爭取每分 光 成就奇蹟開 前行是每

4/4
3 3 2 2 | 1 - - - - | 1 - 0 0 ||
開心比火 燙

3 - 3 - 2 | 2 - 2 - | 1 - - - - | 1 - - - - ||
開心 都 比火 燙

我們的聯繫

香港棒球總會
Hong Kong Baseball Association
香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓一樓1003室
Room 1003, 1/F., Olympic House, 1 Stadium Path,
So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong
電話 Tel: (852) 2504 8330
傳真 Fax: (852) 2504 4663
電郵 E-mail: hkbsa@hkolympic.org
網址 Website: www.hkbaseball.org

顧問團

名譽會長：姚祖輝先生，太平紳士
名譽副會長：成龍先生，SBS
議事顧問：李錦泉先生
名譽顧問：黃宏發先生，OBE，太平紳士
陳智文先生
邱何恩德博士
許宗盛先生，MH，太平紳士
傅浩堅教授，太平紳士
區月晶女士，MH
石鏡泉先生
趙耀靈先生
義務法律顧問：李詠賢律師 陳廷光律師
核數師：張耀鴻會計師事務所
義務醫事顧問：符少娥博士 李家明先生

董事局

會長：李永權先生
主席：葉偉光博士
副主席：區潔儀小姐 三好正記先生 楊杰玲小姐
秘書長：麥年豐先生
司庫：鄭素文先生
財務總監：范家和先生
董事：區學良先生 區穎良先生 卓莞爾小姐
張安橋先生 梁國業先生 梁得光先生
黃期先生

執行委員會

- 1 教練培訓與項目—楊杰玲小姐
 - 1.1 教練培訓總監—梁國業先生
 - 1.2 項目主任—杜佩綺小姐
 - 1.2.1 季刊《上壘》編輯委員會
 - 1.2.2 Facebook網站管理小組
 - 1.2.3 場地及器材組
 - 1.2.4 項目支援組—趙金英女士
- 2 精英培訓—區潔儀小姐
 - 2.1 男子組總監—區學良先生
 - 2.1.1 男子組
 - 2.1.2 青少棒組
 - 2.2 女子組總監—卓莞爾小姐
- 3 賽事與推廣—三好正記先生
 - 3.1 賽事組總監—張安橋先生
 - 3.1.1 男子組—吳光遠先生
 - 3.1.2 女子組—張慧怡小姐
 - 3.1.3 軟式—盧美恩小姐
 - 3.2 推廣組總監—梁得光先生
 - 推廣組主任—謝兆佳先生
 - 3.2.1 學校推廣
 - 3.2.2 區域與兒棒推廣組
 - 3.2.3 社區體育會組
- 4 裁判學院—黃期先生
 - 4.1 裁判組
 - 4.1.1 裁判長—黃期先生
 - 4.1.2 副裁判長—郭伯瑋先生
 - 4.1.3 秘書—鄭貽仁先生
 - 4.2 記錄員組

秘書處

體育事務經理：杜佩綺
行政助理：王茜如
黎志豪
謝兆彰
黃嘉麗
任智榮

C Contents

新任會長的話	03
香港棒球總會名譽會長 姚祖輝 太平紳士 萬順昌集團有限公司 (香港聯交所股票代號：1001) 主席	04
2013 - 2014 年度周年會員大會 - 主席報告 Annual General Meeting for the Year of 2013 - 2014 Chairman's Report	05
2013 - 2014 年度周年會員大會 - 財務報告 Audited Financial Report for the Year of 2013 - 2014	14
香港棒球總會 2014 - 2016年度董事名單	20
The 17th Incheon Asian Games 2014 第十七屆仁川亞運會2014	22
Women's Baseball World Cup 2014 2014 女子棒球世界盃賽	24
香港15U棒球代表隊完成世界盃賽事返港	28
香港12U棒球代表隊 海峽盃賽事排名第4名	32
2014年世界盃女子棒球錦標賽 香港代表隊授旗禮	36
棒球同樂日	37
香港女子棒球隊成員接受〈好出奇〉訪問	37
一級(初級)棒球教練證書課程完滿結束 本地教練反應熱烈	38
Samsung第57屆體育節棒球錦標賽完滿謝幕	40
2014 - 2015年度香港棒球總會教練週年大會暨ICAC講座完滿舉行	42
NDC棒球夢	43
韓國棒球交流團 - 聖母書院	46
我們的屬會	48
2014 - 2015年度香港棒球總會活動概覽	50
棒球知多少 - 雅篤	52

新任會長的話

李永權



香港棒球總會在本年10月17日召開了全體會員大會，從19位董事候選人中選出15位進入2014至2016年度董事局。在10月25日，15位董事互選職位。按照章程細則 (Articles of Association)，本人擔任主席8年後必須退位，但可擔任其他職位。經過董事互選，本人榮幸被選作會長，接替本人主席一職是前祕書長葉偉光博士。

會長的職能包括那幾方面？與主席如何分工？解答這兩條問題原來並不太容易。

在美資公司，會長(President)常與總裁(Chief Executive)或首席執行官(Chief Executive Officer)相等，是公司日常運作最高指揮官。主席(Chairman)則是董事會會議最高領導者，在董事會中主持審議公司的業務、財政及議案。良好的公司管治運作，應把兩職位分開由不同的人擔任，以加強內部監控和起到制衡作用。

在公營機構及非政府社會機構中，如果同時有會長和主席的職位，會長的職能可比擬美資公司主席，而主席的職能有如公司總裁。二者的職能或因不同機構訂立的會章有些差異，但是在加強內控和制衡作用的概念上是一致的。

香港棒球總會的架構，以會員全體大會具最高權力，董事局向全體大會負責，然後順序向下排列是，會長、主席、副主席、祕書長及其他董事。會長在一般情況下不參與日常會務工作，主要負責制定政策、以及出席一些大型活動。如有需要，可領導個別專項工

作。主席則負責所有日常工作和活動項目，召開董事執委會月會、參與工作會議、籌辦本地賽事、訓練和推廣活動、出隊參加國際賽、監控財務運作、參加國際會議，以及與本地和海外有關機構溝通和合作。一個良好的管治機構在同一事務上不會有兩個對等的權力中心。所以，棒球總會的會長和主席的權力分配力求清晰，互相合作但又互相制衡。

這一屆董事局精簡了及年輕化了。本人對董事的工作能力和服務熱誠充滿信心。香港棒球運動在新一屆董事的推動下將愈來愈普及，水平日見提升，盡把體育運動的價值表現出來。

除了董事局換屆外，香港棒球總會顧問團成員也有改變。在今年9月，加入一重量級人士姚祖輝先生，他接替陳智思先生出任名譽會長一位。姚先生是陳先生的好朋友，二人都擁有一顆服務社會的熱心。姚先生特別關心青年人的成長和發展，在國內和香港為青年人做了大量工作，成績斐然。我深信香港棒球運動在姚先生的鼓勵和支持下，將會取得更深更廣的佳績。

我在此感謝陳智思先生過去九年給予香港棒球總會的支持和愛護。他的卸任只應是技術性離開，我深信他仍然會繼續支持香港棒球運動的發展，仍然關心香港棒球運動員的成長。謝謝你，陳智思先生。



香港棒球總會名譽會長

姚祖輝 太平紳士

萬順昌集團有限公司 (香港聯交所股票代號：1001) 主席

姚祖輝，男，漢族，浙江寧波人，研究生學歷，碩士學位。姚先生于美國加州大學柏克萊學院學習，獲財務學士學位。1992年畢業于美國哈佛大學商學院，獲工商管理學碩士學位。姚先生是萬順昌集團有限公司董事會主席，並於2012年12月當選港區全國人大代表。

姚先生關心社會，積極參與公益活動並擔任多個社會職務。他現任全國青聯常委、上海市工商聯副主席、香港青聯顧問、滬港經濟發展協會會長、滬港青年交流促進會創會及榮譽會長、復旦大學校董、上海包玉剛實驗學校校董、香港嶺南大學校董、中國香港(地區)商會-上海名譽會長、上海海外聯誼會理事、香港上海總會常務理事、香港特區教育局薪火相傳國民教育活動系列常務委員會執行主席及香港-臺灣商貿合作委員會委員等。

姚先生曾任上海市政協常委、上海市青聯副主席、中央企業青聯副主席、香港特區政府中央政策組顧問、香港青年聯會2007-08年度主席、2004年於上海舉辦的哈佛國際校友高峰會議主席、國際青年總裁協會上海分會創辦人、香港大學校董等。

姚先生于2004年榮獲“2004年香港青年工業家獎”，2008年被香港特區政府授予太平紳士，肯定其對社會的承擔和貢獻。2010及2011年度分別獲頒“上海市青年聯合會年度貢獻大獎”。





香港棒球總會有限公司 2014年周年會員大會 主席報告

香港棒球總會渡過一個繁忙和鼓舞的一年。

(一) 二十周年誌慶

本會在2014年1月11日於南華體育會喜運星酒家舉行本會成立二十周年晚宴。邀請到民政事務局副局長許曉暉女士出席主禮，與各嘉賓及會員一同慶祝。為誌其事，本會出版了香港棒球總會成立二十周年特刊《上壘不忘風送爽》，選錄了過往77期本會季刊《上壘》的文章及活動照片。

宴會上，李錦泉會長、麥年豐先生、范家和先生、趙耀靈先生、鄭素文先生及本人獲頒發「香港棒球總會20年長期貢獻致敬牌」；前體育事務經理梁國業和現任體育事務經理杜佩錡獲頒發「長期服務牌」。

(二) 蒼長棒球運動教育基金

本會“蒼長基金”以資助有志為香港棒球發展的教練員、運動員、技術人員及行政人員持續參加專業培訓。蒼長基金已於本年2月註冊為有限公司，正向稅務局申請為善慈團體。首個籌款活動在李一強先生牽頭下於2014年8月舉行，為香港女子棒球代表隊參加世界盃女子棒球錦標賽及女子棒球運動在港發展籌募儲備經費，活動包括棒球同樂日、授旗禮及名人明星棒球慈善賽。

(三) 賽事

• 國際賽事及海外訓練活動

香港棒球總會派出各級別年齡的代表隊，參加各項國際大型賽事，包括：香港女子棒球代表隊得藝術及體育發展基金大力支持，積極備戰參加了9月1日至7日在日本宮崎舉行的世界盃女子棒球錦標賽；香港男子棒球代表隊參加了9月中旬在韓國仁川舉行的第十七屆亞運會。香港15U青少棒代表隊遠赴墨西哥錫那羅亞參加7月31日至8月10日舉行的世界青少棒錦標賽。以上各項參與，將有助提升香港棒球在世界及亞洲的排名。

為使球員積累實戰經驗，本會安排了男子18U發展隊於8月22日至24日參加在關島舉行的西太平洋棒球賽，更招募了少年棒球員參加8月13日至17日在台中舉行的第4屆海峽兩岸棒球對抗賽(少年組)賽事。同時推薦屬會於暑假期間參加各海外交流賽事，包括：推薦何文田棒球會青少棒隊及少年隊分別參加了中山東昇鎮舉行的熊貓杯少年棒球錦標賽及在台灣澎湖縣舉行菊島盃國際少年棒球錦標賽；深水埗棒球會的少年隊及青少棒隊參加8月6日至10日在意大利羅馬省聶圖諾市舉行的第十屆 Mundial Hit；香港教育學院棒球隊於Samsung第57屆體育節—全港大學生棒球對抗賽中奪冠取得資格代表香港參加了7月21日至29日在江蘇無錫舉行的第十全國大學生棒球聯賽總決賽。

• 本地國際及地區賽事

2013年12日，本會繼續舉辦香港國際棒球公開賽(男子)，賽事獲得國際棒球協會認可，賽事正名為「IBAF 香港國際棒球公開賽」。下輪比賽將於在2014年12月19日至



22日舉行，已有俄羅斯、新加坡、韓國、台灣等8個國家或地區共約10支隊伍報名參加。

獲亞洲保險繼續冠名贊助及國際棒協（IBAF）支持的《鳳凰盃》IBAF香港國際女子棒球錦標賽於2014年2月連續7年成功舉辦。下一次比賽日期為2015年2月6日至9日舉行，預計有8隊參賽，除香港外，有來自澳洲、韓國、新加坡及台灣等國家或地區的隊伍。冠軍隊伍的名字將刻在由IBAF贈予的“挑戰盃”上，光輝永留。

• 本地聯賽

2013-2014年度內，本地各項聯賽總參賽隊數比去年增加了6隊共96隊；包括公開賽男子甲組6隊、男子乙組7隊、男子丙組（由前男子乙組中分拆）17隊、女子組11隊、年度內新設軟式聯賽（前丙組，男女混合）14隊；新秀賽含青成組、女子組及少年組共12隊；青少棒及少棒資格賽共7隊；Samsung第57屆體育節校際棒球賽的參賽隊伍共22隊（賽事分大專、中學、中學女子組及小學四組進行）。

（四） 國際會議

1. 本年1月秘書長葉偉光博士代表香港參加了在越南舉行的小馬聯盟亞太區會議，與來自11個國家或地區的30名代表聚首一堂，會議成功地舉行。
2. 世界棒壘球聯盟於本年5月在突尼西亞舉行了首屆世界棒壘球聯盟會員大會，本人代表香港出席會議，與全球一百多個會員國包括非洲、美洲、亞洲、歐洲及大洋洲代表交流。
3. 亞洲棒球總會執行委員會分別於2013年4月日本東京、7月台北、2014年1月台北及9月韓國仁川舉行；執行委員會成員之一的麥年豐董事出席會議。

（五） 訓練

1. 精英培訓
為讓精英運動員增強體能及提升技術水平，本會除舉行全年制男子港隊及青年隊訓練計劃、女子港隊及發展隊訓練計劃、分齡訓練計劃及男女子優化培育系統外，還特聘體適能教練為代表隊運動員設計加強及調適活動。
2. 區域及學校推廣
 - 區域推廣
分區舉辦的棒球訓練班全年三期分別有初級班及中級班，親子組、兒童組、青成組及女子組，年度內共開47班，參加人次超過1,300。
 - 學校推廣
年度內透過康文署資助的「學校體育推廣計劃」，共開辦了64項棒球活動，包括：運動示範、簡易棒球運動、外展教練校隊及非校隊訓練計劃。參與學校包括中、小學及特殊學校。本會將繼續致力將棒球運動本地普及化。

（六） 技術人員培訓

為配合香港舉辦國際棒球比賽的計劃，本會致力提升技術人員的能力達致國際水平。本年1月本會與中華職業棒球聯盟裁判組合辦了首屆亞洲裁判訓練營並於4月及5月期間分別與國際棒球協會合辦了裁判訓練營、技術官員講習及記錄員研習認識棒球記錄法電腦系統。三項活動均由國際棒協指派國際導師任教包括裁判長Mr. Gustavo Rodriguez、裁判組委員Mr. Marco Screti、日職裁判Mr. Takeshi Hirabayashi、賽事組主委Mr. Jim Baba及記錄長Ms Anna Maria Paini，除



本地參加者外，亦吸引了海外參加者前來香港一同學習，接近50人參與。

年度內本會成立了「教練督導委員會」檢討教練培訓情況、代表隊教練成績、制定教練操守、評估發展所需。本年1月，獲亞洲棒球總會邀請選派兩位精英培訓教練赴台參加B級教練工作坊，教練張安橋及曾健忠在工作坊中有機會與MLB導師學習。本年10月上旬，本會透過國際棒協引薦前美國隊教練Mr. Peter Caliendo來港指導，開辦一級(初級)棒球教練證書課程。

本會裁判鄭貽仁、毛綺華及黃期分別獲國際棒協及亞洲棒球總會委任於世界青少年棒球錦標賽、世界盃女子棒球錦標賽及亞運會棒球賽中執法；本會體育事務經理杜佩錡獲國際棒協委任於世界盃女子棒球錦標賽中擔任技術官員；記錄員黃柏華及陳蒨誼獲國際棒協推薦參加11月上旬在台中舉行的世界21U棒球錦標賽中接受記錄法實務培訓，各人積累的經驗將裨益於本地棒球比賽。

本年度有99名註冊教練，任教於社區、學校、聯賽球隊及各級香港代表隊的球員訓練；註冊裁判員及記錄員共64位，在本地聯賽及大型賽事中提供專業執法服務。

(七) 會員及屬會

除季刊《上壘》外，本會不斷更新網上消息並透過在線社交網絡Facebook發放活動即時消息；讓會員及至海外人士貼近本地棒球活動消息。會員對本會的關心和對棒球的熱愛從他們的熱烈參與和互動得到確證。年度內共有23個屬會註冊，其中17個註冊屬會舉辦的「社區體育會計劃」活動共有46項。

(八) 行政及出版

每月定期舉行執行委員會會議；董事會每季召開，辦公室每月舉行職員會議，以確保工作進度及根據規定程序執行，各工作小組則按需要而不定時召開。

為達到最好的公司管治標準，本會加強會計的工作和財務的監控，除將香港代表隊的遴選及上訴機制上載本會網站，本會正檢視體育總會負責人員和職員的行為守則，確保本會以公開、公平及大公無私的方式處理各項會務；並重申教練守則的重要，以確保教練的專業水平。

本會《上壘》季刊免費送予本會會員、中、小學、大學、資助機構、政府部門和公共圖書館及海外棒球組織。內容包括本會活動、球員心聲、屬會活動、棒球知識、國際棒球活動。

(九) 棒球場地

期望香港特區政府即將推出的《活化已修復堆填區資助計劃》提供撥款予興建康樂設施供公眾使用能惠及棒球運動的愛好者。本地球隊數目及參加人數不斷攀升，如果按每年4.5%的增長，現時場地不足的情況更形見拙。希望的曙光漸露，棒球場的數目將有增加。

(十) 服務

麥年豐董事獲選連任亞洲棒球總會執委會委員並擔任亞洲棒球總期刊"亞棒風采"總編輯。



葉偉光董事獲國際棒球協會委任為發展委員會委員，協助推動國際棒球運動的發展。

本人感謝能繼續獲委任在社區體育事務委員會、學生體育活動統籌小組及香港體育節籌備委員會擔任委員服務社群，更榮幸獲香港特區政府中央政策組特邀為顧問。

(十一) 致謝

陳智思先生(行政會議成員)服務本會九年，於本年八月退任名譽會長一職。感謝陳先生多年的貢獻及指導。經陳先生引見，本會榮幸地邀得姚祖輝先生接任名譽會長一職。

本人謹代表董事會在此感謝陳智思先生、名譽副會長成龍先生及所有名譽顧問長期給予金錢上的支持和指導；感謝民政事務局、康樂及文化事務署給予的贊助和協助；感謝環保署、中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、香港體育學院及各區區議會的支持和指導；感謝各界人士的捐助，特別感謝會長李錦泉先生捐贈二十萬元成立蒼長基金作訓練教練、裁判和球員；感謝各董事、委員及義務工作人員的無私奉獻，及感謝本會的職員的勤奮工作。

香港棒球總會主席
李永權

二零一四年十月



THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION LIMITED

Annual General Meeting 2014

Chairman's Report

The Hong Kong Baseball Association went through a busy and encouraging year of 2013-2014.

I. The 20th Anniversary Ceremony

We held a banquet at the Fortune Star Restaurant in South China Sports Association to celebrate the Association's 20th Anniversary on 11 January 2014. Ms. Florence Hui, Under Secretary for Home Affairs kindly came to officiate at the ceremony.

To commemorate the 20th Anniversary of the Association, we published a commemorate book in January 2014, compiling articles and photos selected from the past 77 issues of the Association's quarterly magazine, the "RUN".

At the ceremony, the Association's President, Mr. Laurence Lee; Directors, Mr. Allan Mak, Mr. Fang Ka Wor, Mr. Chao Yao Lin Irving, Mr. Cheng So Man and me were awarded the honor of "Award for HKBA's 20 Years of Contribution". The former Sports Manager, Mr. Leung Kwok Yip and current Sports Manageress Ms. Nicky To were honoured with the "Long Service Award".

II. Growing Together Baseball Sport Education Fund

The Association started to establish its long planned fund to financially assist coaches, athletes, umpires, scorers, and administrative staff in pursuing their knowledge and skills relating to baseball. The fund is named "Growing Together Baseball Sport Education Fund" which is in the process of application to Inland Revenue Department for charity status.

The first fundraising event for the Fund was led by Mr. Adam Lee by holding the Fun Day of Baseball, Flag Presentation for the Hong Kong Women's Team to the World Cup 2014 and baseball fun games for teams of celebrities.

III. Baseball Games

On the International Front

The Association sent the teams to play the international and regional tournaments. The Association received subvention from Arts and Sport Development Fund for the Hong Kong Women's Team to play the IBAF Women's Baseball World Cup held in 1-7 September 2014 in Miyazaki, Japan; The Hong Kong Men Team and Hong Kong 15U Team played the Incheon 17th Asian Games and IBAF 15U Baseball World Cup in Sinaloa, Mexico from 31 July to 10 August 2014.



The 18U development team participated in the Western Pacific Series in Guam in 22 - 24 August, the 12U baseball players played the 4th Cross-Strait 12U Baseball Tournament in Taichung in August. We also recommended our affiliated clubs to play the overseas invitation games this summer that Ho Man Tin Baseball Club sent teams to play the Zhongshan Panda Junior International Baseball Tournament and Penghu International "A" Nankyu Baseball Championship; Sham Shui Po Baseball Club played the X MUNDIAL HIT, Juvenile Baseball Team and Cadet Baseball Team, in Nettuno, Rome, Italy. HKIEd baseball team was qualified in the Samsung 57th Festival of Sport – Hong Kong University Baseball Tournament 2014 and represented Hong Kong to play the 10th All China University Baseball League Final.

In the International and Local Games

• International Games

The IBAF Hong Kong International Baseball Open was sanctioned by the International Baseball Federation (IBAF) in December 2013. The next tournament will be held in 19-22 December 2014. It is expected 10 teams from different countries and regions such as Russia, Singapore, Korea, Taiwan will come to play the Tournament.

The Asia Insurance Phoenix Cup 2014 IBAF Hong Kong International Women's Baseball Tournament was successfully held its seventh time in February 2014. The next tournament will be held in 6-9 February 2015. It is expected 8 teams from Australia, Korea, Singapore, Taiwan, Japan etc. will come to play the Game. The champion team whose name will be carved on the "Defender Cup" donated by IBAF.

• Local Leagues

For the reporting period of 2013/2014, a total number of 96 teams was recorded which exceeded the number of the previous reporting period by 6. The Association held local leagues in different levels. In the open leagues, there were 6 teams in Men A Grade, 7 teams in Men B Grade, 17 teams in Men C Grade (new teams and grouped with the Men B Grade teams in previous year), 11 teams in Women Group, 14 teams in Kenko league (former known as C Grade, mixed), 12 teams in the beginners groups, 7 teams in Qualifying Group; and in the Samsung 57th Festival of Sport, 22 teams from the universities, secondary schools and primary schools played the baseball tournaments organized by the Association.

IV. International Meetings and Conferences

- (i) Dr. Felix Yip, Secretary General of the Association, attended the PONY Asia Pacific Zone Meeting held in Vietnam in January 2014.
- (ii) I attended the debut congress of the World Baseball Softball Confederation held in May in Tunisia, Africa.
- (iii) The Association's director, Mr. Allan Mak also member-at-large of the Baseball Federation of Asia (BFA), attended the respective BFA Executive Committee meeting held in April 2013 Tokyo, July 2013 Taipei, January 2014 Taipei and September 2014 Incheon Korea.



V. Training

(i) Squad Training

To improve the physical fitness and skill level, whole year training programs were organized for men, youth, women, youth and feeder system players by qualified physical trainers.

(ii) District & School Promotion

• District Promotion

The development Programme was structured in three stages with elementary level and intermediate level. We also organized baseball for all age groups who were new to baseball Over 1,300 enrollment applications in 47 classes.

• School Promotion

Through the introduction of Joint Schools Sports Training Programme in the School Sports Programme with 64 LCSD subvented training programmes HKBA was successfully raising the popularity of baseball to the local primary, secondary schools and special schools.

VI. Coach, Umpire and Scorer Training

To meet the standard in organizing international events in Hong Kong, we established plans to train up our officials. We organized the Asia Umpire Camp with the Chinese Professional Baseball League (CPBL) in January; IBAF Umpire Camp, IBAF Technical Commissioner Clinics in April and introducing computer scoring system in the IBAF Scoring Clinic in May, the IBAF clinics were delivered by the international instructors including Mr. Gustavo Rodriguez, Chair of Umpiring Commission, Mr. Marco Screti, member of Umpiring Commission, Mr. Takeshi Hirabayashi, professional umpire in Nippon Professional Baseball, Mr. Jim Baba, Chair of Tournament Commission, Ms Anna Maria Paini, Chair of Scoring Commission. Over 50 participants with locals and overseas attended the above clinics.

The Association set up the Coach Steering Committee to review the coach education progress, the performance of Hong Kong team coaching, set out the code of conduct, assess the development. The HKBA recommended two elite coaches, Cheung On Kiu and Tsang Kin Chung, to attend the BFA B-Class Coach Clinic in Taiwan, had an opportunities to learn from MLB coaches. The first ever Level 1 (Elementary) Baseball Coach Certification Program with IBAF to be delivered by Mr. Peter Caliendo, former Team USA Coach.

The Association's umpires Mr. John Cheng, Ms Eva Moo and Mr. Jonathan Wong were appointed by IBAF and BFA to take part in umpiring at the IBAF 15U Baseball World Cup, IBAF Women's Baseball World Cup and Incheon 17th Asian Games. Ms Nicky To, Sports Manageress was appointed as Technical Commissioner to the IBAF Women's Baseball World Cup 2014. Mr. Wong Pak Wah and Ms Cindy Chan were recommended to attend the on-job training in the IBAF 21U Baseball World Cup in early November 2014 in Taichung.



For the reporting period, there were 99 coaches actively to give training classes for players of local leagues and school teams in different levels; more than 64 umpires and scorers provided their professional services in the local competitions.

VII. Membership and Affiliated Clubs

In addition to the publication of quarterly "RUN", HKBA updated its website and posts news in its Facebook pages. Members' pro-active suggestions and comments demonstrated their enthusiasm in promoting baseball together with HKBA. As at end of the reported period, there were 17 clubs out of 23 registered affiliated clubs organized 46 Community Sports Club Projects.

VIII. Administration and Publication

The Association holds monthly executive directors' meeting, quarterly directors' meeting and monthly staff meeting to ensure progress of activities and monitor the administrative system. Respective executive committee meeting is held on a need basis.

To promote the best practice in corporate governance and in response to the advice by LCSD to all National Sports Associations, HKBA has reviewed its Hong Kong team selection and appeal mechanism and uploaded it to the Association's website, enhanced its system of accounting and internal control. To dealt with the business and activities in an open, fair and impartial manner, we set out the basic standard of Code of Conduct for Officials and Staff for National Sports Associations as guidelines

HKBA has never stopped publishing its quarterly magazine, "RUN" which has earned a high reputation here and abroad. The "RUN" publishes reports and news of the local and overseas activities organized by the HKBA, at the same time it also provides a platform for players and baseball lovers to voice out their opinions and comments. For those baseball lovers who do not have the opportunity or time to play baseball, the "RUN" is another kind of baseball field for them to participate in the sport.

IX. Baseball Fields

Looking forward the launching of the "Restored Landfill Revitalization Funding Scheme" by the HKSAR Government encourages us to build baseball field on the landfills. The increasing number of baseball teams in Hong Kong by 4-5% a year presses the Association to look for more venues to place baseball.

X. International and local community service by directors

Mr. Allan Mak was re-elected as Member-at-Large of BFA Committee and the chief editor for the BFA Newsletter "Asian Baseball Cheers".

Dr. Felix Yip, Secretary General was appointed by IBAF as member of the IBAF Development Commission.

And I feel graceful for having the chance to continue my service as a member at the Community Sports Committee, a member of Student Sport Preparatory Working Group and a member of the Bank of China (Hong Kong) Festival of Sport. It is a honor to be invited to join the Central Policy Unit of the HKSAR Government.



XI. Appreciations

After 9 years with the Association, Mr. Bernard Chan (Member of the Executive Council) retired from the position of Hon. President in August 2014. We are thankful for and in debt of Mr. Chan's contributions and advice to us throughout the past nine years. Through Mr. Chan's introduction we are honored to have Mr. Andrew Yao to assume the Hon. President position of our Association.

On behalf of the Board of Directors, I would like to thank Mr. Bernard Chan, Mr. Jackie Chan, Hon. Vice President and all Hon. Advisers for their financial support and guidance; grateful for Home Affairs Bureau, Leisure and Cultural Services Department for their subvention and support; thankful to Environmental Protection Department, Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China, Hong Kong Sports Institute and the relevant District Councils for their advice and support. I would also like to thank the donors and sponsors for their generosity, our special thanks go to our President Laurence Lee, for his donation of \$200,000 to set up the Growing Together Baseball Sport Education Fund.

Philip Li Chairman The Hong Kong Baseball Association Limited

October 2014



Y. H. CHEUNG & COMPANY

CERTIFIED PUBLIC ACCOUNTANTS

7/F., TERN CENTRE, TOWER 2,

251 QUEEN'S ROAD CENTRAL,

HONG KONG.

TEL: 2541 5838

FAX: 2851 2802

張耀鴻會計師行
香港皇后大道中二五一號
太興中心二期七樓
電話：二五四一五八三八
傳真：二八五一二八〇二

INDEPENDENT AUDITORS' REPORT

TO THE MEMBERS OF THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION LIMITED (incorporated in Hong Kong with limited liability)

We have audited the annexed financial statements of The Hong Kong Baseball Association Limited which comprise the statement of financial position as at 31 March 2014, the statement of comprehensive income, the statement of changes in equity and the statement of cash flows for the year then ended, and a summary of significant accounting policies and other explanatory notes.

Directors' Responsibility For The Financial Statements

The Directors are responsible for the preparation and the true and fair presentation of these financial statements in accordance with Hong Kong Financial Reporting Standards For Private Entities issued by the Hong Kong Institute of Certified Public Accountants and the Hong Kong Companies Ordinance. This responsibility includes designing, implementing and maintaining internal control relevant to the preparation and the true and fair presentation of financial statements that are free from material misstatement, whether due to fraud or error; selecting and applying appropriate accounting policies; and making accounting estimates that are reasonable in the circumstances.

Auditors' Responsibility

Our responsibility is to express an opinion on these financial statements based on our audit. We conducted our audit in accordance with Hong Kong Standards on Auditing issued by the Hong Kong Institute of Certified Public Accountants. Those standards require that we comply with ethical requirements and plan and perform the audit to obtain reasonable assurance as to whether the financial statements are free from material misstatement.

An audit involves performing procedures to obtain audit evidence about the amounts and disclosures in the financial statements. The procedures selected depend on the auditors' judgment, including the assessment of the risks of material misstatement of the financial statements, whether due to fraud or error. In making those risk assessments, the auditors consider internal control relevant to the entity's preparation and true and fair presentation of the financial statements in order to design audit procedures that are appropriate in the circumstances, but not for the purpose of expressing an opinion on the effectiveness of the entity's internal control. An audit also includes evaluating the appropriateness of accounting policies used and the reasonableness of accounting estimates made by the entity's Directors, as well as evaluating the overall presentation of the financial statements.

We believe that the audit evidence we have obtained is sufficient and appropriate to provide a basis for our audit opinion.

Opinion

In our opinion, the financial statements give a true and fair view, in all material respects, of the state of the Association's affairs as at 31 March 2014 and of its deficit and cash flows for the year then ended in accordance with Hong Kong Financial Reporting Standards For Private Entities and have been properly prepared in accordance with the Companies Ordinance.

Y. H. Cheung & Company
Certified Public Accountants
Hong Kong
19 September 2014

香港棒球總會有限公司
 THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION LIMITED
 資產負債表
 STATEMENT OF FINANCIAL POSITION
 2014 年 3 月 31 日
 AS AT 31 MARCH 2014

		2014 HK\$	2013 HK\$
<u>流動資產</u>	<u>CURRENT ASSETS</u>		
按金	Deposits	44,000	44,000
應收及預付	Accounts receivable and prepayments	330,306	778,143
定期存款	Fixed deposit at bank	1,331,395	1,331,263
銀行存款	Cash at bank	3,142,597	3,135,593
現金	Cash in hand	3,000	2,000
		4,851,298	5,290,999
<u>減：流動負債</u>	<u>LESS: CURRENT LIABILITIES</u>		
預收	Receipts in advance	(679,081)	(704,750)
應付款項	Accounts payable	(3,524,526)	(3,658,243)
		647,691	928,006
資金來源	Represented by:		
<u>經常費儲備金</u>	<u>GENERAL FUND</u>	647,691	928,006

The attached notes form a part of these financial statements.
 Approved by the Board of Directors on 19 September 2014.
 附註乃財務報表之一部份
 於 2014 年 9 月 19 日經董事們通過接納


 Director
 董事


 Director
 董事



香港棒球總會有限公司
THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION LIMITED
收支表
STATEMENT OF COMPREHENSIVE INCOME
2013/2014 年度
FOR THE YEAR ENDED 31 MARCH 2014

		2014 HK\$	2013 HK\$
<u>主要收入</u>	<u>PRINCIPAL INCOME</u>		
會員費收入	Membership fees	75,520	80,550
訓練及賽事費	Training and events fees	1,219,542	1,706,086
本年收資助及捐款	Subsidies and donations received for the year	6,185,179	4,691,833
調整上年資助收入	Adjustment of prior year subventions	(332)	(98,069)
		<u>7,479,909</u>	<u>6,380,400</u>
<u>其他收入</u>	<u>OTHER REVENUES</u>		
管理服務費	Management services fees	62,810	236,863
出售棒球及制服等	Sale of baseballs, uniforms etc.		
什項收益	and sundry income	125,342	273,711
存款利息	Bank interest	479	479
		<u>7,668,540</u>	<u>6,891,453</u>
減：	LESS:		
訓練、出賽及	<u>TRAINING, CHAMPIONSHIP AND</u>		
聯賽費用	<u>TOURNAMENTS EXPENSES</u>	<u>(6,123,604)</u>	<u>(5,658,877)</u>
<u>未計會務支出之</u>	<u>OPERATING INCOME BEFORE</u>		
<u>淨收入</u>	<u>GENERAL EXPENSES</u>	<u>1,544,936</u>	<u>1,232,576</u>
<u>會務支出</u>	<u>GENERAL EXPENSES</u>		
職員薪金及津貼	Staff salaries and allowance	1,094,202	896,198
強積金供款	MPF contribution	49,462	41,287
職員福利	Staff welfare	8,664	1,851
辦公室及貨倉租金	Office and storage rental	107,531	104,807
印刷、文具及郵費	Printing, stationery and postage	34,147	34,432
電話及傳真費	Telephone and fax	3,809	14,281
保險費	Insurance	1,745	1,540
商業登記	Business registration	250	450
會費	Membership subscription	633	3,156
交際費	Entertainment	12,380	11,849
周年晚宴	Annual banquet	77,983	---
20 周年會刊	Twentieth anniversary bulletin	105,463	---
推廣費	Propagation	194,958	194,133
交通及運輸費	Travelling and transportation	30,958	7,339
辦公室傢具器材	Office furniture and equipment	42,130	788
核數費	Audit fee	33,000	33,000
捐款	Donation	3,584	---
維修保養	Repairs and maintenance	6,161	7,200
什費	Sundry expenses	18,191	11,998
		<u>1,825,251</u>	<u>1,364,309</u>
<u>本年度虧損</u>	<u>LOSS FOR THE YEAR</u>	<u>(280,315)</u>	<u>(131,733)</u>

香港棒球總會有限公司
 THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION LIMITED
 權益變動表
 STATEMENT OF CHANGES IN EQUITY
 截至 2014 年 3 月 31 日
 FOR THE YEAR ENDED 31 MARCH 2014

	2014 HK\$	2013 HK\$
Balance of General Fund at beginning of year 經常費儲備金年初結餘	928,006	1,059,739
Add: Deficit for the year 本年虧損	(280,315)	(131,733)
Balance of General Fund at end of year 經常費儲備金年終結餘	<u>647,691</u>	<u>928,006</u>

現金流量表
 STATEMENT OF CASH FLOWS
 截至 2014 年 3 月 31 日
 FOR THE YEAR ENDED 31 MARCH 2014

	2014 HK\$	2013 HK\$
Cash From Operating Activities: 活動所得款項：		
Loss for the year 本年虧損	(280,315)	(131,733)
Adjustments for: 調整：		
Increase in deposit 增加按金	---	(600)
Decrease in accounts receivable and prepayments 減少應收及預付	447,837	809,213
Decrease in receipts in advance and accounts payable 減少預收及應付	(159,386)	(338,193)
Net Cash From Operating Activities 活動淨收款	<u>8,136</u>	<u>338,687</u>
Cash Used in Investing Activity 投資所用款		
Increase in fixed deposit at bank 增加定期存款	(132)	(1,000,195)
Net Increase/(Decrease) in Cash at Bank and in Hand 淨增加/(減少)銀行存款及手存現金	8,004	(661,508)
Cash at Bank and in Hand at Beginning of Year 年初銀行存款及手存現金	<u>3,137,593</u>	<u>3,799,101</u>
Cash at Bank and in Hand at End of Year 年終銀行存款及手存現金	<u>3,145,597</u>	<u>3,137,593</u>



香港棒球總會有限公司
THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION LIMITED
賬項附註
NOTES TO ACCOUNTS
2014 年度
FOR THE YEAR ENDED 31 MARCH 2014

1. ORGANISATION 組織

The Association is incorporated on 27 October 1992 in Hong Kong and the registered office is in Hong Kong. The liability of the individual member is limited by guarantee. 本會於 1992 年 10 月 27 日在香港成立及註冊地址在香港。會員責任有限。

The principal activities of the Association are to promote and develop baseball sports in Hong Kong. 本會主要目的是推廣及發展香港棒球運動。

2. PRINCIPAL ACCOUNTING POLICIES 主要會計政策

The financial statements have been prepared in accordance with the Hong Kong Financial Reporting Standards For Private Entities including Hong Kong Accounting Standards and Interpretations, which are accounting principles generally accepted in Hong Kong, and the requirements of the Companies Ordinance.

本財務報表是根據香港私營機構財務報表會計原則及公司法例規定編製。

The principal accounting policies adopted by the Association are as follows:
本會主要會計政策如下：

Measurement Basis 入數準則

The accounts have been prepared on the historical cost basis.
賬項以支出成本入數。

Revenue 收入

Membership fees and donations are recorded on the cash received basis. Government subsidies and event fees are recorded as income when designated activities are performed and expenses are incurred.

所有會費及捐款皆於收到現金時入賬。政府補助金及賽事收費以開始有活動及支出時才作收入。

Fixed Assets / Baseballs and Equipment 固定資產 / 棒球及器材

Fixed assets are stated at cost less depreciation.
固定資產以成本減折舊入賬。

Sundry office furniture and equipment purchased of small value are fully depreciated in the year of acquisition. Baseballs, uniform and sports equipment and accessories are written off as training, championship and tournament expenses.

一切新購入之低值傢俱器材之成本將於同年全部折舊。棒球、制服及體育器材等則作為訓練、出賽及比賽費用。

3. TAXATION 稅項

No taxation is provided as the Association has not been carrying on business and the income of the Association is mainly derived from the members and from Government subsidies. 因本會非做生意及主要收入來自會員及政府補助，故本會沒有準備稅項。



香港棒球總會有限公司
THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION LIMITED
賬項附註(續)
NOTES TO ACCOUNTS (Continued)
2014 年度
FOR THE YEAR ENDED 31 MARCH 2014

4. FINANCIAL COMMITMENTS 財務承諾

There is no significant capital commitments at the balance sheet date.
本會於結賬日沒有於資本性財務支出上有重大承諾。

The total future minimum lease payments under the non-cancellable operating leases are also not significant.

根據已簽之不可取消的租約，將來最少應付租金數目也是不大。

5. FINANCIAL RISK MANAGEMENT 管理財務風險

The major financial assets of the Association are short term deposits at bank. The amounts should cover all known liabilities of the Association. The directors consider that the Association should have no liquidity risk. In respect of credit risk, as the deposits are placed at leading bank in Hong Kong, credit risk is reduced.

本會主要財務資產為短期銀行存款，該等款項應足夠償還所有已知債務。故董事認為本會沒有流動資產短缺之風險。於存款風險方面，存款皆存於香港之一主要銀行，故應會減低收不回之風險。

6. CAPITAL MANAGEMENT 管理資本財產

The General Fund represents the capital of the Association. The objectives of the Association is to maintain the sufficient capital to enable the Association to carry out its activities in developing baseball sport in Hong Kong.

本會之經常費儲備金代表本會之資本財產。本會之目標是保存足夠資本額以便發展香港棒球運動。

H KBA Election Result

New Board of Directors 2014 - 2016



The Annual General Meeting of the Hong Kong Baseball Association Limited took place on Friday, 17 October 2014 at the Olympic House, Causeway Bay, Hong Kong. During the meeting, The meeting concluded with the announcement of the Board of Directors 2014-2016 election results. The following persons were elected to the 15 vacant posts:



AU Hok Leung, AU Kit Yi Kitty, AU Wing Leung, CHENG So Man, CHEUK Woon Yee Sinney, CHEUNG On Kiu, FANG Ka Wor, LEUNG Kwok Yip, LEUNG Tak Kwong, LI Wing Kuen Philip, MAK Nin Fung, MIYOSHI Masanori, WONG Ki Jonathan, YEUNG Kit Ling, YIP Wai Kwong Felix.

The Board of Directors 2012-2014 keeps taking up its function until the new Board Management and Functional Committee to be established in its mutual-election meeting on Saturday, 25 October 2014.



- 五. 選舉2014至2016年度本會董事局之董事
- 六. 2013-14年度周年頒獎禮
- 七. 宣布2014至2016年度本會董事局當選名單
- 八. 其他事項
- 九. 會議完畢



香港棒球總會 2014 - 2016年度董事名單



本會於2014年10月17日晚上舉行的2014年會員大會中順利選出15位正式會員出任2014-2016年度香港棒球總會有限公司董事會董事，名單如下：

區學良、區潔儀、區穎良、鄭素文、卓莞爾、張安橋、范家和、梁國業、梁得光、李永權、麥年豐、三好正記、黃期、楊杰玲、葉偉光。

獲選董事之職能於10月25日舉行的董事會互選中產生，名單如下：

會長：李永權先生；主席：葉偉光博士；副主席：楊杰玲小姐(教練培訓與項目)、區潔儀小姐(精英培訓)、三好正記先生(賽事與推廣)；秘書長：麥年豐先生；司庫：鄭素文先生；財務總監：范家和先生





17th Asian Games Incheon 2014 - Men's Baseball

Gold
Silver
Bronze

Republic of Korea
Chinese Taipei
Japan







2014 Women's Baseball World Cup

Champion
1st Runner Up
2nd Runner Up

Japan
U.S.A.
Australia

卓堯爾

回來了一段時間，一執起筆很多事情再次湧出來，由知道有機會參賽，再確定有得參賽，再一連串的籌備工作，這就出發過了我們夢幻的兩星期……

出發前的一次訓練中，教練在briefing時竟突然宣佈要我當大家的“蛇頭”，我當時真的不知該如何反應，感覺是……哈哈呆呆笑

總之教練有咩吩咐就做那就對了！

頭四天先在埼玉加須市作些練習和練習賽，先說說作為蛇頭的感受，好似好忙咁樣，要得到大家認同真的是最難的事情，所以我一直也抱著盡量照顧大家需要之餘又要顧全大局的心去努力，不過現在回想起，感覺到大家那份包容關懷互相幫忙……是窩心的(不會忘記這感覺)

會記著大家一起在校巴內嘻嘻哈哈，一起坐到咁晒，一起睡覺。還有成隊波一起看職棒，一起吃雪糕，一起買紀念品。還有一起拖場，一起coin laundry……

那幾天的賽前訓練，除了最重要的備戰之外，另一樣想隊友們感受到的是日本的棒球文化，那份態度，執著，堅持，尊重！希望大家能親身感受到，我地唔係要學足別人，但希望能就這次體驗，讓大家反思自己對待棒球的態度，希望大家會有得著啦。

好！係時候講下比賽啦，第一場是委內瑞拉，再一次在世界盃留下遺憾，這場比賽對我來說，比我後尾對荷蘭果場受傷又打不完更遺憾……因為又是一場我們能拿下的比賽，那不甘心又湧晒d眼淚出黎，不過有遺憾才有更大動力下次做好！

對日本，我們做到一半目標，但仍不能拿下分數，被強隊那股氣壓著的感覺，令我地放不開去打，這是我地嘅心態問題，對著這些強隊我地暫時不能贏她，但千祈唔可以輸自己，要謹記！

對澳洲，想不到會輸那麼多，無法止住對方的打擊，還讓Josephine的姐姐受傷，妳要快d好番呀！！

對荷蘭，我地終於等到啦，痛快的勝了，我也很痛的受傷離場……現在回想只想#&&##%#@%！！不過一勝到手唔覺痛！！(夜晚先知死：p)

又對荷蘭，前一天的比賽整體表現其實都有d亂，大家把剩下的力量都嚟呢場必埋出黎，要發揮得最好，要有勝者風範！做到了！！妳地真的太棒了！！愛死妳地！！！！

嘅呢度，我一定要多謝好多人成就了我們，沒有你們，沒有我們！

李永權會長：因為你的帶領，女子隊才能強大起來，你是我們女子隊發展的盲公竹，有你在大家很有安全感。雖然我成日比你笑，但我知你都係想我成才，我會努力買棟national flat 比你睇！！

李一強團長：謝謝你的支持和在日本的照顧，你令我們廣闊了眼光，令我們更團結去為棒球努力！

Au Sir：無言感激，謝謝你的信任，在心中。(我本自傳你負責寫序……wakaka)

聰sir：雖然你仍未看得出我骨子裡的投手潛質，不過唔緊要，我會再減d瘦d等妳易d睇到！我未係投手，又唔係外野，所以可以親近你的機會相對較少，但真的很謝謝你來女子隊教我們，令投手群嘅實力越黎越強大！

Onkyo sir：你的執著和認真令我很有共鳴，對球員嘅著緊，很想球員進步，這份熱誠真唔講得笑，謝謝有你在，請繼續常在我們當中。

Tomo Coach：辛苦晒你啦地頭蟲，無左你真係“呢咁hea”，你令我地今次呢個世界盃行程變得豐富充實，還有你嘅專業體師的舒緩治療！感激！（妹妹幫我翻譯比tomo coach)

劉家敏

這篇感想剛好是比賽後一個月寫下，回港後不停想著比賽片段，好的壞的有笑有淚一起經歷所有。世事真巧合，四年後第一場比賽就是對委內瑞拉，帶著遺憾回來的地方，首戰整場賽事打得緊，但我們捉不緊，為什麼總是把握不到，做得不好呢？除了教練說沒有放鬆發揮基本做好自己，我更認同Tomo Coach說的，我們做不好“絆”這精神！就算最後戰勝荷蘭拿下首勝，再在排名賽壓倒對方以第七名完成賽事，感覺亦沒有預期那樣開心興奮，原因是深深體會到沒有“絆”的棒球，只能原地踏步打著本土文化棒球！年長的……一起拼了那麼久，終於拿下第一勝，但我知道大家未想停下腳步，打波可以去到有幾盡是你們教懂我!!! 年輕的……我們未有做好榜樣，反而你們“隆重登場”的表現令我感到很自豪!!! 未來我會更珍惜一起打球和追夢的機會，希望可繼續結“絆”同行，謝謝隊友們!!!

劉芷芊

從四月走到九月，好不容易。一星期三天的體能課，很悶很累，尤其是四五月時，空氣很差，跑到暈跑到想嘔跑到呼吸困難，肌肉和脂肪在節拍強勁的音樂下不斷燃燒。逢星期二、四早上的獅子山，日曬雨淋，我們通通都捱過了。

比賽的結果已不重要，有很多很多感受。喜是看見整個團隊在進步；怒是對自己EQ非常失望；哀是有隊友受傷了；樂是我們的世界盃首勝；悲是對委內瑞拉時未能拿下的那一仗；痛是腳真的很痛；快樂是有你們；感恩是有很好的教練（特別是區sir認真時說的一席話往往勝千言萬語）很專業的Tomo Coach和王牌physio阿餅，謝謝您們！

狀態是運動員的最大敵人，一球一棒足以令自信心大增/跌落谷底。如果歸咎於不專業，究竟專業是甚麼？與其說專業，我希望我是一個敬業樂業的球員。

梁芷茵

第一次感受到一大班人一齊去拼命拿到好成績的感覺，很爽！多謝你們給我如似難忘的爽！由準備飛去日本就已經開始緊張“姨媽到未？”非常擔心世界盃那時才到，可能情緒，狀態突變，肯定會影響成隊的表現：（所以我自己非常介意我何時姨媽到……雖然我不選擇吃藥，但我上網看了很多偏方，飲大量火麻仁，吃大量西瓜！有幾寒涼，吃幾寒涼。原來，這非常奏效！第一晚，去到酒店房間就發現姨媽到了！心情突然變得輕鬆，非常期待比賽來臨：D 完成了兩場友誼賽後，我覺得自己仍未完全準備好去作戰，還是差點決心和信心。這兩個心，靠我一個人未必能夠有力量去支持自己，是你們的眼神，說話，表情，給我力量去比賽！雖然世界盃的期間，我們表現有好有差，但我們有互補的精神。



張丹莉

很感激教練團對我的信任及給予我參與世界盃的機會！
很感激各隊友對我的關懷及鼓勵，一字一句也很給力！
很感激打氣團風雨不改的到場為我們吶喊，說不出的感動！
很感激一直以來陪伴我們和為我們付出的人，謝謝你們每一位！

四年前，代表香港棒球隊出賽，因發生一點意外，很不甘心地提前從委內瑞拉回港，大家心中也帶著一點遺憾！

兩年前，加拿大舉辦的世界盃，明知香港不被邀請參賽，到最後收到消息以為還有一點希望時，大家都瘋了般準備一切，焦急地等待奇蹟出現，但可惜，事與願違！

苦等了四年，2014年春，終於收到主辦單位的邀請，香港隊可以參加九月在日本舉行的世界盃！大家都表現得異常興奮及團結，希望可以把四年前的一勝拿回來！

在訓練的過程中，大家都積極參與，盡顯拼勁。教練們也特別編排訓練內容以應付世界盃的比賽需要。初段重點提升大家的體能，中段請來日本教練 Tomo Coach 指導技巧，後期以打擊訓練及戰術運用的訓練為中心，還有一些理論課，分享課及心理課等，都是為了準備我們的世界盃！

賽前一星期，我們提早到達日本東京進行集訓，還跟當地的高校隊及大學隊進行練習賽，希望我們可以盡早適應當地環境，把日本變成我們的球場！

到達宮崎後，我們先後到過主場及室內場練習，準備迎接比賽！

對委內瑞拉一戰，我們是絕對有能力取下來的，可惜大家未能穩定表現，只差一點點，跟第一勝擦身而過，很可惜也很痛心！日本隊很全面，投打跑接也技勝一籌，投手變化球路多，我們在打擊方面難以發揮，甚至連打擊節奏也被破壞了！澳洲隊的打擊能力很強，很多時都是擊出強而有力的平飛安打！台灣隊以穩定打擊取勝，球風跟我們比較相近，相信是我隊未來要取下勝仗的另一目標！

第一勝贏荷蘭雖然高興，但雙方也打得混亂，我們是可以表現得更好的！第二勝再贏荷蘭奪第七名，興奮極了！這場才是真正正高水平的比賽，家姐的控球很細膩，變化球也得心應手的，是取勝的關鍵！大家的防守打擊也發揮如常，是漂亮的一仗，也是對得起對手、對得起觀眾、對得起對我們有期望的人！總結六場比賽，四負兩勝，排名第七，世界的總排名也升了四位排第九！這是個開始，相信未來我們可以走得更更高更遠！

這次世界盃賽事中，看到我們投手群之不足，除了最基本的直線控球能力外，變化球的控球能力也是非常重要的一環！另一方面，我們必須加強臨場的打擊能力！直線球未能高效地確實地被擊中球心，變化球更加擾亂我們的打擊節奏及揮棒動作，說到底還是基本功不夠穩健，也缺乏跟變化球對戰的經驗！

絆，未來的日子一起再下點苦功，鳳凰盃冠軍，世界盃四強，指日可待，加油！



勝利的一刻 - 楊杰玲

一球，兩球，三球……家姐不斷投出漂亮的球，荷蘭隊的球員總是無法踏上本壘。

在緊張又期待的氛圍之中，家姐繼續氣定神閒地投球。荷蘭隊打者大棒一揮，球有節奏地彈到三壘手前。女皇小心翼翼地接好球，然後再仔細地踏步、傳球。

我看著球從睇庭的手上傳出，慢慢地，慢慢地向我飛來，時間彷彿停頓了，「啪！」我把右手高舉，然後衝向那神奇的小山丘。

辦到了！我們辦到了！

4:0，完美的勝利，四年前的遺憾，圓滿了。

夢想達成的一刻，確實非常美好，那感覺就像在雲上飛翔，踏上了仙境。

終於等到了。

是的，我們等到了。

其實，昨天的比賽，已經達成夢想了吧？一勝嘛，一勝而已，昨日的比賽不是拿下了嗎？勝利的香檳也喝了幾口……我想，大家也明白，昨日的比賽，雙方均保留了實力。昨天贏了，而今天輸了，那一勝，是沒有意義的。

我們決心要拿下這一勝！無論如何，我們都要拿下這一勝！

十年前，我們騎著飛龍，登上了富山，踏上了世界征途。

八年前，我們共度如夢似幻的十天九夜，堅定了心志。

六年前，我們拿到了美妙的一分，但失望而回。

四年前，我們用血與淚，換來了一顆子彈。

兩年前，我們瘋狂地，痴心了十幾天。

一切一切，就是為了這一刻。

為了這一刻，我們甚麼也願意。

今年，是很特別的。籌款、籌款、籌款！同樂日、授旗禮、慈善賽、紀念刊、聯歡宴，換來了兩星期特別指導、第一次海外集訓、體能訓練員、特級指導員與隨隊物理治療師。當然，籌款可能是政府資助金的錦上添花，但無可否認，那是極具價值的。

上天是公平的。你付出了多少，換來了多少。

別人總看到表面的風光，但背後的努力，誰在意？誰認同？誰欣賞？誰敬重？

為了這一刻，我們在球場內、外，盡力而為。十年的灌漑，換來了政府的支持，等到了有心人的慷慨。我們感激；我們感動。

風來了，風起了，我們是時候出發了。這一次，我們真的踏上了實現夢想之路。

或許有一刻，大家的腦海中，也閃過了這麼一個念頭：難道一勝的夢想，竟會如此快速地達成？

面對世界女棒排名第五的委內瑞拉，我們出乎意料地，旗鼓相當了。我們打得不算很好，但對手打得很糟。一分、兩分、三分、四分，互有攻守，形成拉鋸。

七局下，兩出局，滿壘。首局至今，家姐一直堅持、奮戰，我們一直堅持、奮戰。可惜，可憐的女皇，承擔了敗者的悔恨。我們輸了。

勝利仍然很遙遠。勝利是，你一直拿不到，就一直很遙遠。

真的很遙遠呀！19:0，29:1，19:4，一如預期，關鍵的對手，仍然是荷蘭！三局下半的荷蘭，四年前的荷蘭，久違了的荷蘭。

19:11，勝利了呢。沒想到，這樣子就勝利了呢。握手時，對方教練忿忿不平地說，明天見！

好！明天見！今天贏了，明天也要贏！儘管容易受傷的女人又受傷了，我們明天還是會贏的！

結果，我們真的贏了。兩勝四敗，第七名，比賽結束了。

我用力握緊手套裡的白球，我要緊緊握著這勝利之球，緊握著這多麼珍貴的一球！

我們把完封勝利的家姐拋起，我們把盡心竭力的教練拋起，我們把十年之夢拋上高空，在天際盤旋起舞，灑下閃閃金光，為眼角的珍珠點染色彩。

這一刻，我們終於等到了。

女棒十年，十年好棒！我們會繼續做夢的。

區潔儀

記得2013年尾某個星期天的早上收到email，知道我地有機會參加2014女子世界盃，我開心到流下眼淚。“2010未完的世界盃”一直留在心裡，2012年雖然以Technical Commissioner的身份參加世界盃，但那份“心痛”仍在。知道消息後，我第一件事就是想著如何能令我們變得強大去參加比賽，想著的只是“一勝”，而是要有好表現令其他人知道我們是值得的，要為香港女子棒球“贏掌聲”。跟著一連串的籌備活動，簡直令自己透不過氣，有苦有樂。當中體驗到很多做人的道理，這也當是一種磨練，可以見識到唔同層面的機會，也讓自己上了寶貴的一課。

比賽前的受傷確實令自己再度進入情緒不穩的狀態，一方面要積極進行康復，另一方面又要跟進所有關於出隊的行政事項，每當做到一些吃力不討好的事項時就會覺得很累，很想停下來，但理性的我知道有些堅持是不容易放下的。

到了宣佈入選名單，知道自己入選，有喜有驚。喜當然是可以再次以球員身份參加世界盃，驚是自己的傷仍未完全治癒。但我也要本著做好自己的心態來準備及應付比賽，不想辜負教練們對我的期望及信任。我知道自己的康復進度比預期慢，有人會對我信心不足，但我選擇用自己的表現去說明一切。心裡是難受，但我不會後退！

記得去到日本集訓期間，受傷後首次比賽，表現不佳。但我沒有失去信心，心裡面不斷自我調整，想想怎樣克服心理障礙。恐怕痛的我每次也要做好心理生理準備上場，的確比人慢。但我漸漸發覺只要上了投手丘，我那些“缺陷”感覺好像消失了。世界盃比賽期間，心情比預期平靜，每天比賽完只是想著如何做好明天，如何發揮“絆”的精神，正如教練說，我們要去ENJOY！

每次比賽完，總會覺得可以做得更好，今次也不例外。如何把握機會盡情去發揮仍然是我們要好好學習的課題。路仍是很長很艱難，我們要贏的不單是比賽，還有態度、信心、尊重、團結！

在此我想對幾位對我們成長有很大幫助和貢獻的人說聲感激和多謝。

李永權會長：Philip，從你身上，我學會了什麼是運動管理，更重要的是如何以正身去策劃及參與。你對我們的支持是十分重要的，給我們方向及意見如何發展，亦令大家明白在資源缺乏下，我們要更加努力，以我們的熱誠走下去。

李一強團長：一強，多謝你對我們的支持，對我們的承擔。正如你常常對我們說，我們要發展棒球精神，不論勝敗，只要全力以赴，問心無愧。謝謝你的鼓勵及出錢力出的無私奉獻。

AU SIR：教練，多謝你多年來不離不棄，我相信教我們對你的忍耐力一定提升不少(HAHA)。平時訓練時我地好少對話，但我想話比你知，每次比賽在投手丘上，我一定聽到你對我的打氣，很窩心喎！（希望我無聽錯）

聰SIR：自問唔係一個技術型的投手，但是從你身上學到做投手最緊要自信心，最緊要“型”，我唯有喺呢方面下苦功。仲有，我堅信你係鍾意教我地所以教我地嘅！感激！

ONKYO SIR：見到你為我地花了很多心思，有時我地表現卻令你嘔心瀝血，我知你對我地嘅著緊同你的聲線是成正比的。謝謝你對我們的認真。

Tomo coach：お疲れ様でした！在日本期間，你每天也為著我們的事張羅，就算你有多累，都一定先安頓好我們，照顧好我們的需要才休息。從你身上我學會了什麼是真正對棒球的熱誠、認真及信念。多謝你一路以來對我們的著緊和教導。

潘凱琳

轉眼就四年，轉眼就練完，轉眼就出隊，轉眼就完結……
我們的第一勝！
時間真的過得很快，喜與悲都會留在大家的心中，這就是我們的經歷。

兩星期的賽程，大家只有棒球，不用想其他的事情，真的好極了，這就是出外比賽的一大樂事，可以和大家早午晚都在一起，得來不易，我們的大家庭太好了。

賽前練習賽令大家可以接觸及了解其他地方的人是怎樣對待她們喜歡的運動，不論是場地、用具、對手以致是態度，都是正面、尊重和開心的。我們都需要學習所見到的。

區旗升起，國歌奏起，還可以在球場的白線上站立，心裡總是酸酸的，我們真的等了四年。我還可以和四年前的隊友一起作戰，真的太感動了！而且還多了一班年輕人，大家都變得更青春。

等得太久，人就更緊，越有機會，越到勝利，勝利就越離開我們。第一場的敗仗，大家都傷心透了，大家還需要學習放鬆心情，發揮自己的實力。

兩場比賽過後，大家都發揮普通。第三場比賽，等了又等，比賽初段，我受傷了，而且聽到物理治療師說需休息，剩下的賽事都不能上場，太傷心了！我再無機會在今屆的剩下賽事上場，機會也離我而去，只好在其他地方上幫助隊友作賽。這場比賽又看著對手的強攻，我們還是未做到放鬆心情，發揮自己。

去到最後兩場比賽，同一對手——荷蘭，第一場給觀眾的感覺是我們比她們好彩，但第二場我們確確實實的擊敗了她們，而且能守零，證明我們是有實力的，大家都進步了，值得高興，今屆兩連勝。

世界賽好好的打完了，大家都做到，而且取得第一勝，大家應該高興的，比賽就是這麼簡單，大家繼續努力，為我們的大家庭發光發亮。



黃楚曦

好榮幸可以同大家一起在棒球的世界盃打拼，這是我第一次代表香港女子棒球隊出國比賽，老土地說句，真是既興奮又緊張。我守的位置是捕手，可說是全隊的指揮員和最後一個防線，是一個很重要的位置，在此我吸收到很多比賽經驗，和有先發的覺悟，更學會如何面對失敗，「上場之後，沒有怕。因為：怕，也是要面對；不怕，也是要面對。」以前的我一直都是後備，很多謝教練和隊友對我的支持和包容，在場上的發揮，都是你們給予我的信心。

很開心可以跟大家一起拼，當中的過程好辛苦好辛苦，但人生有幾多個世界盃，再辛苦也值得。我真的很享受大家能夠互相信任著，互相勉勵著，一同為比賽而努力！球是圓的，只要大家努力去拼每一球，其實都還有機會，香港女子棒球隊要繼續加油！

林依韻

或許四年前個粒子彈係個天要俾我地聽，我地球隊仲未夠成熟未夠班去攞世界盃第一勝！到四年後，當我地對完委內瑞拉輪咗後多謝觀眾時嘅掌聲，我深信觀眾係衷心給香港隊既肯定同鼓勵！球隊的確比四年前進步咗，紮實咗，成熟咗，緊密咗，團結咗……雖然還未真正做到 Tomo Coach 所講既「絆」，希望將來大家可以確實地做出嚟啦！

大家以兩勝完成今屆賽事，到真正得到勝利時我反而沒有太大感覺！對荷蘭時，第一場有點亂，第二場就比較似樣！得到兩勝當然有開心，但第一場波對委內瑞拉輸4:5，到現在每次想起仍覺得有點不甘心很遺憾，就只差一點點！每人做好多一點點，結果可能就會好唔同！

今屆以投手身分打成個賽事，6場比賽上陣過4次。起初我以為我上到投手丘會怯，但竟然半點怯半點腳軟都有！還在對澳洲前留意到自己控球的小問題，後來幾場比賽大部份時間都有提醒自己如何調整！真正感覺自己進步咗！唔只係球速方面，係個人心態同埋嘅投手丘上嘅調整……！嚟緊要盡快攞攞隻手肘膊頭！手肘膊頭痛就咁都練唔到！

還要感激教練們咁耐以嚟嘅用心教導！多謝 Au Sir 成日不厭其煩咁同我講叫我俾信心要認同自己！多謝聰Sir 分享嘅投手丘時應有既心態及我應有既想法！多謝安橋Sir 會提醒我要多思考唔好盲目有重點咁死練波！多謝 Tomo Coach 越洋嚟香港教導我地同埋嚟咁須悉心安排同照顧！另外，亦想多謝阿餅:)，很高興有個可以咁融入同我地一齊玩既 physio 跟隊，多謝你呢十幾日嚟既照顧，希望呢十幾日我地可以令你由唔識棒球到開始鍾意棒球！

最後，感謝各位隊友既付出，相信大家都會覺得呢十幾日既旅程係高興同畢生難忘！所以嚟緊要更加努力練習，投手群要加油投出更穩定的變化球，打棒要加強臨場與投手既對戰能力，努力實踐真正的絆字精神！期待下次同大家一齊再創造更好既成績，更美好更難忘既回憶！

Hong Kong 15U Baseball Team

Returned from 15U Baseball World Cup

香港15U棒球代表隊完成世界盃賽事返港



The II 15U Baseball World Cup recently concluded in Mexico and Hong Kong finished the tournament in the 17th position amongst 18 competing teams, with only 1 win from 9 matches.

Although the final position seems discouraging, Mr. Allan Mak, Hong Kong 15U Team Manager, urges the public to look further than merely the final ranking. "We came across the eventual champion (Cuba) and the third-place team (Venezuela) in the group stage and it is no shame to come up short against these quality opponents," said the Hong Kong baseball veteran. "The players demonstrated great fighting spirit throughout the tournament and I am proud of what they have shown."

"While the team might have ranked in the bottom half of the tournament, let us not forget that several players have conjured up some respectable statistics in the tournament, such as pitcher Fong Tsz-hei," Mr. Mak continued. "At the end, after playing consecutively for more than a week, the players simply ran out of gas and I could not fault them for that."

Hong Kong 15U pitcher Fong Tsz-hei, who recorded Hong Kong's lone win in the tournament against Lithuania, downplayed his own heroics. "It was definitely an eye opening experience and there were a lot of great competitors in the other teams," Fong said. "It sure made me realize I have a lot of room for improvement down the road."

Although he was the official winning pitcher in Hong Kong's lone victory in the tournament, the humble Fong listed the epic loss against Argentina as the most memorable game in the tournament. "It was a pretty tight game and the score was tied after 8 innings. We were all hoping for a win and we poured all our hearts into the game. Unfortunately, it was just not meant to be," Fong recalled. "We were naturally a bit disappointed but at the end of the day, we have definitely learnt a lot from this tournament."





第二屆15歲以下棒球世界盃賽早前已經在墨西哥圓滿結束。香港15U棒球代表隊在強手林立的环境下，以9戰1勝8負的成績名列第17位完成本屆賽事。

香港15U棒球代表隊領隊麥年豐先生，寄語球員及球迷不應太過著眼於香港隊的最終名次：「我們在賽事中碰上不少強隊，好像賽事的最終冠軍古巴，以及季軍委內瑞拉。球員在整個賽事中展現了強橫的拼搏精神，而我亦為他們奮戰不懈的表現而感到非常自豪。」

麥年豐先生亦指出，其實不少香港隊球員在是次賽事中亦有不俗的發揮：「雖然我們最後只能排名在下游完成賽事，但個別球員如方子熙的演出亦可算令人欣喜。無奈經過連續數天的高強度比賽之後，球員體能開始下滑，最終影響到最後數場比賽的發揮。」

在對立陶宛一役中，替香港隊取得勝利的投手方子熙，表示能夠參與本屆賽事可謂眼界大開：「我非常高興能夠有機會參與這次的棒球世界盃賽事。這裡的比賽實在高手如雲，令我知道自己尚有很多不足的地方，鞭策我在將來繼續力求進步。」

儘管替球隊錄得本屆棒球世界盃的唯一一場勝利，方子熙卻覺得對戰阿根廷的一場比賽更加叫人難忘：「兩支球隊在該場比賽中互有攻守，在8局完成後更是打成平手。我們當時已經決意放手一拼，但可惜最終事與願違。對於落敗我們當然感到失望，但我卻堅信我們會從這次的失望中堅強起來，在棒球路上繼續成長。」



盧高彥：

In the past week, I represented Hong Kong in the 15U baseball world cup. I have learnt many things in this tournament and noticed that I have many things to improve on. I think that we could have played better and achieved a better result in the tournament.

When we first arrived in Mexico, we were not used to the different time zone and we could not concentrate in our first practice before the games. However, we slowly managed to adapt to the different time zone and we started improving as a team.

In our first game against Venezuela, we made many mistakes and could not play very well. As we played more games throughout the tournament, we started improving in our defense and batting and managed to win a game against Lithuania. We also played a close game against Argentina but unfortunately, we lost in the bottom of the 9th inning. We played well against both of those teams (Argentina and Lithuania). Unfortunately we also lost badly to other teams including Venezuela. Although we failed in improving Hong Kong's placing in this tournament, I hope we can learn from this experience and play better in the future.

劉雋傑：

Today, we have our last game with South Africa, we have a quite pretty good starting, we play many wonderful defense play, but unfortunately, we can't get some point and let the wonderful defense game lose. But I got two double plays and made our team lose fewer points. I am not satisfied with my batting. I didn't hit the ball well. But in at the game conclusion, I think I have done my job quite well. I catch and throw the ball well and have very less error. Also, I get on the base in almost every game. I think that I do well in both offense and defense. After all these game, I love baseball better. I think that I am more confident than before. I have thought that I can be more confident in hitting the baseball. I also, learn some interesting play in the games. I hope that I can bring this knowledge back to Hong Kong and share with others. If I have a same chance again, I will definitely join these. Also, I am very glad about playing with these strong teams. These chances are very valuable. Thank you!



林澄謙：

今天，除了整個賽事，但我只是參與其中兩場比賽。第一場比賽對手是上屆的冠軍隊-委內瑞拉。比數是17:0，我們連一支安打也沒有。但之後，我因為出水痘，沒有參與其中7場比賽，但最後的一場賽事，我可以參與了。

在個人方面，我在4個打席中，擊出2支安打。在投球方面，三振了幾個打者。

在整個比賽完結後，我認識了很多來自不同球會的隊友，而且學會了其他戰術。總結而言，我在這個旅程十分開心和學會了很多事情。

方子熙：

經過這大約兩個星期，九場比賽後，當中我們學到和得到很多東西，我們有悲，有喜，有怒，百感交雜。雖然在這九場比賽內可能有幾場比賽做得比較好，但我們沒被做得不好的比賽動搖，我們還越戰越強，希望可以替香港增加知名度和提高排名。可惜的是我們做不到，得到的是我們可以互相幫助，看到世界上我們只是很少，其他國家比我們還要強，希望回港後可以增強自己，長大後一定要擊敗曾經擊敗過香港的國家，再為香港增光。唯一一樣我覺得感恩的東西是第四場比賽對手是阿根廷，我們打得相當緊湊，見到大家心中有一團火，誓要打贏阿根廷，可惜最後不能取勝，大家都落淚了，大家都打得非常棒，我們成長了，學到輸了應該立即收拾心情，反而要反省，整個賽事不只這場球賽。最後，我真心多謝小明Sir、Benny Sir。得知總會突然間將工作交給他們，短時間內教練不熟悉大家，不知道大家狀況，雖然大家實力不是太好，都仍然為我們部署和給我們一些訓話。

屈守正：

今次係我第一次參加15U的比賽，打了9場比賽，雖然輸了8場，但我覺得我們今次嘅比賽係學到嘢，我們本來希望可以有平常的表現，發揮得最好，希望能發揮平常水準，但最後結果都不如我們的期望，雖然有些對手和我們的水平相差不多，但可惜我們時常都有集中，導致有很多場球賽都不能取下。但其實我們整個比賽中有很多不足之處，例如跑壘和打擊，跑壘方面，我們的跑壘意識不足，所以經常在壘包上面出局，而打擊方面開始時我們不放開打，不常出棒所以有多次都是被三振，但到了後段的比賽我們主動出棒消耗對方投手體力，希望下屆能有所改善，經過這次U15的比賽比賽我覺得自己心態和心理上都有進步，希望大家可以享受比賽，希望可以在練波時和下屆都可以見到你嘞。

吳泓樂：

在這十日的旅程中，我們要比賽九場。而在這九場球賽內，我們經歷過勝利，感受過失敗，面對過強大，明白到自己雖然在香港表現很出色，入到香港隊，但一放眼去看一些棒球強國的真正實力，便會知道自己在世界水平上原來這麼渺小。

最令我深刻難忘的經驗是對阿根廷的球賽。賽前教練已經說明我們實力相若，這是一場五五波，只要大家拼命去打，心裡有團想勝利的火，便能取下這一場。在比賽中，每一位球員都十分盡力，為球隊而付出，增長勝利，但最後我們都是11:12。畢竟，我們的實力始終比人弱，而且對方亦有取勝的決心。賽後，大家哭了！大家成長了！大家哭不是因為輸了比賽，我們技不如人，輸得心甘命低，而是哭為何沒有再拼一些，再拼一分回來，減少一個失誤，封殺敵隊的安打。

經歷過失敗，一定會有經驗，認真反省後，總會有成功的一天！我亦相信，我們這隊每一位球員，都有成功的一天。

溫爵鑫：

經過這數十天的墨西哥旅程，我們十天裡一共比賽9場，香港訓練時間平均每星期只有兩至三日如果以這個的訓練量，時間，質量，資源，我們想要在這次15U達到好的水平，比較困難，更何況體力必定消耗得很快，在比賽中我們都拼命過，哭過，敗過，不過我們沒有因為一點的挫折而害怕，最記得是阿根廷的球賽，雙方都不斷落方，到第8局上對方因為不斷失誤關係我們領先它們3分，但因為防守鬆懈，被人接連打安打，最後因為自己失誤而落敗，我們都非常不甘，但只好怪我們不比人努力，但不要緊，這就是為了變強的推動力。見識了世界不同各地的實力後，我認為我們打擊方面不比人主動，我們只會不斷追壞球打，選球能力要再努力，經過今次的經驗我們應該好好學習別人的，想想自己有什麼不足，抽時間增強，這些努力，汗水不會白流，總會有一天我們會成功。

魏仲軒：

完成了整個15U世界賽，當中的九場比賽，每一場都令我十分深刻及獲益良多，以當中有幾場比賽，令我不得不分享。當中來到墨西哥的第一場比賽，面對傳統棒球強國委內瑞拉，簡直是給了我一課震撼教育，經過這場比賽後，我終於發現了自己的渺小，在南美的豪邁打擊下，我們慘敗十五比零，當中委內瑞拉隊實在有太多優點值得我們借鏡。

另外一場令我印象深刻的比賽是面對阿根廷隊，賽前大家都認為對手的實力稍勝一籌，但比賽中段我們發揮超水準，雖然最後以十二比十一落敗，但這場比賽令明白球隊團結一致的重要性。

總括而言，這次旅程令我明白到幾個問題。第一，我認為自己投手的控球未如理想，問題的結晶可能是自己的抗壓力不足。第二，我認為球隊必須團結一致，否則在關鍵時候則會變成一盤散沙。第三，我認為自己的選球能力不足，這方面我希望向隊友及其他國家的球隊多多學習。最後，我希望回到香港後能好好改善以上問題以及與其他人分享是次旅程的得著，我認為這次旅程實在難得，盼望大家能好好珍惜是次比賽獲得的經驗和得著，在往後的棒球路上銘記於心，好好分享及運用。



Boris梁銘賢：

最後第二場的比賽，我們的對手是危地馬拉我們知道他們不是一場強隊所以我們有很強的信心可以打贏他們但就是因為我們太放鬆所導致我們在第七局被別人打了九分所當時的比賽的分數是11比9但因為我們已經沒有信心所以我們最後都因為沒有信心而打輸，回到酒店後大家都非常不開心因為我們本來很容易拿下來的比賽都會打得那麼辛苦過了那日後就是我們的最後一場比賽了，大家都因為昨天的比賽而感都不開心所以我們知道今天是最後一場比賽大家都非常盡力，我們在開始時我們都守得很好但我們在進攻方面我們都因為常常打高飛球而被接殺得不到分我們之後開始小失誤最後我們都輸了，晚上教練做了最後的總結教練跟我說我臂力不好所以我回到香港一定要練好。經過這9場比賽後我感到很開心因為可以跟一些強隊比賽和可以認識到很多朋友。我希望我們日後可以繼續打棒球。

劉雋傑：

經過這一次的15U賽事，我發覺香港隊和其他國家的實力差別十分大。首先第一場對委內瑞拉和最後一場分組賽對古巴對我們的影響最為深遠。他們的實力很強，我們連想完成一局回去休息也十分困難。可是，我卻能在這兩場辛苦的比賽中學習到對方的打擊和跑壘知識。第二，我認為對阿根廷和危地馬拉這兩場比賽最值得我深深咀嚼，首先，對阿根廷的比賽，我們在開賽的時候表現得不太好，可是，到比賽的後段，我們越戰越勇，到最後，我們甚至領先，只可惜對方比我們穩定，保住勝利。另外對危地馬拉的比賽，我們從比賽開始帶領到第七局，只可惜我們沒有對比賽勝負的執著，被對方一下子拿了九分而逆轉勝。總括來說，我認為我的防守表現不錯，但是我覺得我在打擊方面需要再加強。而且，在比賽關鍵的時刻，我們要團結一致和在重要的關頭需要有人帶領球隊走出困局。

盧悅熙：

經過這次15U的比賽後，我覺得有幾場比賽一定要跟大家分享。首先是在初賽的第一場及最後一場對手分別是委內瑞拉及古巴。他們的實力跟我們香港隊的實力相差很遠。我個人認為在投手的實力已經相差很遠因為他們可以以球速壓制對手但我們不能，我們只可以把球投進好球區讓對方打出來然後爭取出局數。除此之外他們跑壘的知識和打擊也是我從這兩場比賽中可以學到的東西。第二就是我們對上阿根廷比賽。比賽之前大家都認為對手的實力比我們強，但是我們沒有放棄。在比賽中我們發揮出水準，所以在比賽的7、8局我滿領先三分但是在最後因為一次的失誤導致我們輸了這場比賽。這場比賽令我學會了的就是你肯去努力、肯去拼你就有機會成功。最後就是對上危地馬拉的比賽。這場比賽到第7局為止我們都是以9比2的分數領先，但可能因為我們的心情太過放鬆所以我們在一局比對手取下9分以11比2的分數反超前，最後落敗。我認為這場輸掉的原因是因為我們的心理素質不太好，而不是因為能力問題而輸了。回到香港之後，應該更加努力訓練。跑壘的意識要加強，打擊的動作要調整以及安打處理方面再加強。只要我們繼續努力就可以成為懂得打棒球的國家。



何柏浩：

經過這十日15U旅程，經歷過成功和很多次失敗，在這9場世界賽事裡，我們對過好似古巴隊的強敵，與我們實力相若的紐西蘭，面對這些對手，大家都有正常發揮，只是某幾場我們未能即時適應場地，天氣，令到我們不可以完全發揮到真正既實力。

當初我們面對委內瑞拉隊的投手，幾乎完全打唔到分數，因為對手是上屆冠軍，而我們都被緊張沖昏頭腦，球進來就亂揮，每局都連續被三振。在第二場對澳洲，大家都開始適應到世界級投手的球速，嘗試揮棒加上配合跑壘戰術，我們終於在世界盃的賽事中得到首2分。讓我最難忘的是對阿根廷的那一場，每一個球員都好盡力，每局都打得很緊湊。當日我坐在後備席，見到場上既隊友很努力比賽，每一個都想贏阿根廷，但最後都守不住，12:11落敗，大家都落淚，因此想贏的心漸漸消失，之後既賽事都好似因阿根廷把我們的信心和士氣都打沉，結果失誤一個一個出現，開局大量失分，後來又沒有辦法把局勢扭轉，最後我們面對危地馬拉和南非，開局沒有問題，沒有失分，之後我們的心態好似以為自己可以很輕易贏，結果與前幾場比賽一樣對手完全沒有放棄的念頭還不斷進攻，而我們就不斷給機會人得分。那一刻我明白在香港的聯賽打得那麼遠跑得那麼快，出到去世界賽事，只懂得傳接打跑是不足夠，要懂得運用和應變，才叫做懂得打棒球。

每一個位置都有它的使命，做好每一球出局，把握每一球機會打擊，就算敗仗都已經無憾。

希望有機會我可以再與這15個球員一齊打比賽，回去一定要好好鍛鍊，改正自己的失誤，在之後既球季，做回一個好球員。

趙樂衍：

我們完成了最後的比賽，總共完成了九場比賽，最後我們輸了八場，贏了一場比賽，從世界盃中看到了我們和其它國家的水平真的差太遠了。首場比賽對手就是上屆冠軍委內瑞拉，這場比賽對我們很重要，因為我們從這場比賽中得到了太多，第一次面接了棒球強國，委內瑞拉的球員真的有太多東西給我們借鏡，雖然是上屆的冠軍，但從中可以看到他們是十分謙虛，務實，認真，這是成為世界冠軍的本色。面對阿根廷才是真正的考驗，看到他們無論身型，技術，經驗都比他們差，但憑着團結成功和阿根廷完成了九局賽事，到最後輸了比賽卻贏了經驗。對古巴的比賽也令我們上了一課，因為我終於感受到與棒球強國的差距，我們要他們讓我們才可以完局。過了這幾場比賽之後，我覺得我們不能在最後四場比賽勝出是因為不能把傳接打跑結合，雖然我們球隊在技術方面不比他們差，但他們比我們更懂得棒球。我覺得我要回香港好好鍛鍊我的力量和提升精神狀態，希望大家能將這些比賽的經驗帶回香港分享給師弟們。



Hong Kong 12U Baseball Team

Returns from 2014 Cross Strait Baseball Tournament with Respectable Results

香港12U棒球代表隊 海峽盃賽事排名第4名



The Hong Kong 12-Under Baseball Representative Team recently returned from the 2014 Cross Strait Baseball Tournament in Taiwan. Hong Kong's young baseball prospects showed great competitiveness throughout the tournament and came out with a respectable 4th place finish after recording 2 wins and 3 losses from 5 games.

Hong Kong 12U head coach Tsang Kin-chung spoke about his delight on the performances of his young troops to the Taiwanese media during the tournament. "I told the players there might be a gap between our team and the opponents and it would be difficult for us to pick up any wins. However, since we were already here, we should just go out and play to our best," revealed the Hong Kong skipper. "We only practiced once a week in Hong Kong and had to handle four matches in four days, yet still demonstrated superb mental toughness while collected two victories. It was a tough grind but a wonderful experience all at the same time."

Conrad Kwok, one of the promising pitching prospects in the Hong Kong team, showed flashes of brilliance on the pitching mound as the youngster recorded 2 wins and 1 loss for Hong Kong. "It was really a team effort and I could not have done it without my teammates," said the young pitcher. "I was not pitching particularly well in certain games but they always had my back and got me through the games. Collectively, the team showed great fighting spirit and I am very proud of that."

Kwok continued to talk about the support he and his teammates received throughout the tournament. "I knew about people's support back in Hong Kong and as a player, it was a great feeling to have that kind of support behind you," Kwok reflected. "That certainly motivated me to strive for the best every time I stepped on the field."



香港12歲以下棒球代表隊早前出征台灣，參加2014年第4屆海峽盃棒球對抗賽(少棒組)賽事。港隊陣中一眾潛力新秀憑著穩定的整體演出，以5戰2勝3敗成績完成本屆比賽，在6支參賽球隊中排名第4。

香港隊教練曾健忠在海峽盃賽事期間，向台灣傳媒剖析了球隊在本屆比賽的整體表現：「我曾經提醒球員，我們和其他隊伍的實力可能是有點差距，要爭取勝利的難度其實是非常之高。但既然有比賽可以參加，我們就應當好好把握。球隊在香港每週只練習一天，來到台灣雖然要面對接連四天的四場賽事，卻仍能展現高昂的鬥志，最後還贏得兩場比賽，過程其實真的很辛苦，但感覺亦實在非常奇妙！」

在本屆海峽盃賽事中錄得2勝1敗的年青港隊投手郭禹，則指出球隊所取得的兩場勝利，全屬隊友上下一心的成果：「如果沒有全隊一同奮戰的團結精神，我相信球隊亦未必有機會取得兩場勝仗。坦白地說，我自覺在賽事中投得並不出色，能夠以投手身份取得2勝的成績，實在要歸功於其他隊友在攻守上的不斷支援。」

郭禹其後亦談到球隊在是次賽事中所獲得的正面支持：「我知道有很多棒球迷、家長及朋友一直在香港默默地支持我們，這種支持實在令人非常窩心，亦令我每次踏足棒球場上更加投入，繼續全力以赴。」

伊藤永希

今次是我人生第二次出國打棒球，代表香港出戰海峽兩岸對抗賽，我心情非常興奮。

第一場比賽，我們是對今屆亞軍大仁國小，比數是12比3敗北。

第二場比賽，我們是對今屆冠軍一忠孝國小，我們12比0戰敗。

我們的第一場勝仗是對北京理工附小，我們的打擊表現出色，結果我們以17比3大勝。

我們的第二場勝仗是對中山同樂小學，非常精彩，起初我們在第1和第2局落後5分，不過我們成功第2局追回五分，結果最後以18比9險勝。但我們在最後一場對力行國小太不集中了，所以大敗17比1。

總結，今次比賽令我大開眼界，希望以後可以繼續打棒球。

郭諾晞

16/8今日對手中山熊貓，比數9:8險勝。我是先發投手，但因某種原因我在第二局被換出，之後就幫大家打氣。我自己沒什麼好說了。大家打得被自己想像中好。隊員表現很好，大家能把握機會，將一個以為輸的比賽轉成一個逆轉勝的比賽。明天是最後一場，贏了拿季軍，希望可出場做正選。

17/8今天是最後一場的2014年海峽兩岸對抗賽(少棒)。我做後備，在第3局代入小蜜蜂。我們今天第一局輸10分，可能因不夠休息或太放鬆，水準沒有發揮。今天的比數是少棒對抗賽比數差得遠，17比1。我在後備時，看見球隊失誤多次非常失望。這個行程贏2輸3，與理工附小比賽時，自己雖4安，不但不能驕傲，自己其實太早擊中。終於回家了，經過兩星期的出國比賽，學到不少棒球知識。我念家，但這裏也不錯，再見了台中和意大利。

總結來說，雖然我出場次數沒有想像中多，不過做投手時較穩定，非常開心。

黃雪鋒

今次的海峽兩岸對抗賽(2014)，這是我第一次代表香港打比賽。

第一場比賽，我們的對手是大仁國小，這一場比賽我做捕手，也是我人生第一次做捕手，我也成功擋了幾球。投手是郭禹，他的ball很快，我也接到，最終我們以12:3敗北。

第二場比賽，我們的對手是今屆冠軍忠孝國小，我繼續做捕手，最後以12:0輸了。

第三場比賽，我們的對手是理工附小，今場比賽我們打擊非常好，我打了一支犧牲高飛球，入了一分，其餘分數是靠安打、盜壘入分，最終我們贏17比3。

第四場比賽，我們的對手是和我們實力差不多的同樂小學棒球隊。它們打bat也非常厲害，也打了幾支安打，防守也很好，我們不停進攻，最後我們贏了同樂小學9比8。

第五場比賽，我們對手是力行國小，我們第一局已經被人拿下十分，最終敗1:17。
希望兩年後的海峽兩岸再努力。

David Leung

In this baseball tournament, I learned that teamwork was important.

I helped left and right field pick up the balls after missing them. I should improve by not be scared of the ball.

Game 1 — HK vs 大仁國小

As this was only our 1st game, we lost the first game because they were much stronger. I encouraged the pitcher to throw better.

Game 2 — HK vs 忠孝國小

We played quite good but 忠孝 was better. We lost to them quite a lot of points HK 0, 忠孝 12. I was able to bat in this game.

Game 3 — HK vs 理工附小. As usual, I play as substituted, 理工 lost to us HK 17, 理工 3.

司徒迪楊

經過了七天的比賽後，第四屆海峽兩岸棒球對抗賽終於圓滿結束了。

總結七天的比賽，第一場先以3:12敗給了大仁國小，其實那天全隊也不在狀態。以後備身份上場，接球機會不多，但總算把球接回了。

第二場以0:12不敵忠孝。忠孝不愧是本屆冠軍，只用四局就完封了對方。當我們大量失分時，大家已經好像是洩了氣一般。攻擊也完全被對方壓制著。

第三場，我們出乎意料以17:3大勝理工附小，賽前教練也預料我們會近分落敗，沒想到我隊打線全開，連轟八分，一時成為新聞主題。

第四場，我們在一直被挨打的情況下反勝9:8同樂小學。那場比賽十分緊湊，在落後三分下力追之下反勝。那場比賽贏得十分緊張！

第五場，以1:17大敗予力行國小，本場大敗的原因是傲吧！總之，我們要吸取這次的經驗。
今次是我第一次出外比賽，但已是很棒了！

麥浩謙

在這次的海峽兩岸比賽，我們香港隊獲益良多。最令我難忘的比賽就是香港對同樂小學，我們在開局失了1分，之後我們進攻得0分。第二局，我們失了5分。變成6比0。當時我們士氣低落。因為對手連續失誤。所以我們一口氣追了5分。最後我們憑着堅定的意志反勝同學小學9比8。在今次的比賽裏，我認識到來自不同球會的球員。亦認定到不會再一起打棒球的隊友。希望我能夠參加第五屆海峽兩岸棒球對抗賽！

陳樂賢

今天我們險勝同樂。在防守no error，因少球接。打棒上，今天我令到球隊追和，一棒將壘所有人回本壘，我很有滿足感。

在整體上，對方投手球速不快，但各位球員都很早揮棒，擊球點太前。幸運地，我們在後局開始掌握。防守上只是對方大棒，打Hit導致失分，當然亦有少量失誤。士氣上今天比昨天差少許，希望能進行。

最後，這球賽中，突破了香港的慣例一連勝兩場比賽。經過這幾天的比賽，使我到十分難忘。在幾場比賽中，我認為最驚險及深刻的比賽是對中山同樂的比賽。因為一開始我們隊就落後，每個人都十分緊張。突然我滿壘時，打了一支安打，再加上對方傳球的失誤，入了三分。我很有滿足感和感到高興。

但是在後局又被追上，使到人人都心驚膽跳。幸好最後都給我們搶回分數。這場比賽我學回了棒球多麼有挑戰性。在這五場球賽中，令到我的跑壘技術有所提升，特別是跑壘的意識，還有離壘的技巧。

我亦都認識到好幾位新隊友及台灣的朋友。我與那些新認識的隊友也挺合拍，在場外亦有講有笑。多麼開笑。當然，我要感謝兩位教練。因為他們在技術上及棒球以外的東西也教了我們很多。

另外，我也要多謝各位家長。他們在場外為我們打氣支持我們。我們在低落的時候，他們都從旁鼓勵，真的十分感謝。最後，希望能夠和各位隊友再次重聚，一起打比賽。希望大家經歷此比賽後，技術上有進步，繼續努力加油。

Nathan Leung

I think the team did really well this time because we won two matches. I think I did good because I remembered to cover 3rd base when somebody threw the ball there.

When hitting, sometimes I hit balls I shouldn't hit like high balls. I also have to start listening to what the coach says. I think the team did really good because we didn't really know and work with the team. The most unforgettable moment is when we won 9:8 against 中山 in the last inning. The games: In the first game, I didn't go on field. We lost the first game 12:3.

In the second game we were against 中孝. We lost 12:0. I was frustrated because we lost. In the third game, I played as right fielder, sometimes I forgot to cover 1st base, we finally won our first game. We won 17:3.

In the fourth game against 中山. We won again, we won 9:8. We lost again. This time, we lost 17:1. In this trip, I learned that teamwork is important.



郭禹

我覺得今次這個賽事，是我預料之外，因為我沒有想到我們能贏下兩場比賽，因為我們在練習或在其他時間也不像是來打球的。但很幸運地被我們大炒北京及對同樂隊得勝利。我相信對方比我們強，我們還能夠取得勝利是因為我們有那顆想贏的心。不過最後一場被打爆了17:1，我相信輸的原因是因為大家覺得贏兩場已經夠，但明明再贏一場就能夠拿到第三名，加上野手們不信任今次的投手才會輸那麼多。我們輸了這場不但沒有了個第三名，還會對外界非常失望，因為上一場記者寫到香港隊好像很強的樣子，但當觀眾來看他們看了一場無聊的比賽。我個人認為我在今次比賽的表現有好好有壞，例如我做投手的時候，每一次開始時都會失控不斷壞投，不過當我的心情穩定時就會出現極少壞球及為香港贏下兩場球賽，不過也要多謝隊友把我失了的分給打回來。

何文鏞

經過五天比賽，我有很收獲及經驗。當中贏了兩場，算是超額完成，令我自豪，難忘時刻多得很。讓我好好回顧！

總結表現，2 Hit，幾個error，守P，LF，2B，當然最重要做C，是在「大場面」擔任。還做足全場，是寶貴經驗，我在第一次vs同樂打出逆轉打點。

最記得的play該是對同樂，二局，1 out，3B有人，一記在1B，2B手中的波，我撈得中，play1，1B play home，形成double play，唯一的double play。還有上述的打點，皆為我在這比賽刻下記憶。也學懂很多棒球應有的態度，我牢牢记住。

值得一提的是兩場勝仗，對北京理工，我們大炒，是意料之外。至於同樂，更是膽顫心驚，9對8，最後一out是我做的。今次比賽，我覺得已經心滿意足，希望我能在棒球方進步，加強技術。

麥有晟

現在我總結7天做了甚麼。

第一天我們抵達台中。第二天，開幕典禮後，我們到金龍棒球場打我們第一場比賽，我們(香港vs大仁)，比賽雖然輸了，是因為我們還沒比賽。

第二場比賽，我們(香港)vs忠孝國小，雖然我又輸了，是因為對手太強了。

第三場比賽，我們(香港)vs理工附小(3:17) win了，這是我win了第一場球。

第四場比賽我們(香港)vs同樂小學，我們反敗為勝同樂小學(9:8)。

第五場比對我們(香港)vs力行國小，我們輸(1:17)比力行國小。

球隊裡我覺得1號陳樂賢是做得最好是因為第三四場比他打很多支安打今我們Win了。我覺得我做得最好的地方是打氣，我叫後備球員一起幫球隊打氣。我覺得臺中忠孝國小是在多隊中做得最好，是因為他們的士氣，技術，打擊和跑壘是最好的。總結：我十分感謝兩位教練和領隊。

呂宏博

經過這寶貴的一星期，我們都獲益良多。不論在投、打、跑、接，都有很大的進步，最後我們的士氣有很大的躍進，由不出聲到最出聲中間都經歷了許多難關的我們靠着我們的意志有視氣壓過，所以我們取得兩連勝。

個人表現：在跑壘當中我覺得自己做得挺好，因為跑壘時都很積極而且對自己有信心。

John

What I did good :

I think I did good in fielding because I remembered to cover 1st / 3rd base when somebody threw there. Also in the HK vs 中山, in the last inning, I helped the team by catching a fly ball.

What I didn't do so good :

I swing at balls that are high which I have to change. Also, I have to listen to what the coach has to say about my swing so I can try to get on base.

The team :

The team changed a lot from the first day because before we didn't know each other very well but now we work really well as a team.

Most unforgettable moment :

My most unforgettable moment is when HK vs 中山 in the last inning when I caught the fly ball. I felt really proud of myself at that moment!

The games:

1st Game — HK vs 大仁

In the 1st game, I played as left fielder, I didn't get any hits. We lost the first game. HK- 0, 大仁12.

2nd game — HK vs 忠孝

In the 2nd game, I also played as left fielder. When hitting, I got really frustrated because I kept hitting fly balls. The last at bat, I advanced someone to third. We lost HK-0, 忠孝-12.

3rd Game — HK vs 理工

In the 3rd game, I played as right fielder, sometimes I forgot to cover 1st base. We won our first game! we won HK-17 理工- 3

4th Game — HK vs 中山

In this game, I played as right fielder. We fought really hard and won HK-9 中山- 8

5th Game — HK vs 力行

In this game I played as left fielder, I will not forget I saw a pile of dog poop in left field. We lost HK -1 力行-17.



龐敬芝

我在這幾天學會了很多不同的東西，一方面在棒球，另一方面在生活上，我們在頭幾天經常把帽子、球員證，電話……留在餐廳，車子，球場……教練經常提點我們，幫助我們，保護我們，而我們隊媽CINDY姨姨都非常照顧我們。我在第一場比賽至第三場比賽連一支安打都沒有，我十分洩氣。在第四場比賽，面對着同樂小學的投手(11號)，他的球速十分快，但我鼓起勇氣，終於打到一支安打，我十分之開心，而且更令我增加了信心，從而令到第五場比賽再次擊出安打，雖然隊友不能送我回本壘，我們最終輸了，但從中學到了「比賽未完，都不能放棄」。

陳浩賢

要點：

禮貌 — 見到其他隊教練要打招呼

時間 — 在不同場合都要準時到達例如：酒店吃飯和搭車的時候要準時到達。

生活 — 做事要快點解決不要在最後一刻，不要常常跟別人玩和傳球應該要休息一下為下一場比賽作準備。



Flag Presentation Ceremony for Hong Kong Women's Baseball National Team prior to the Women's Baseball World Cup 2014 2014年世界盃女子棒球錦標賽 香港代表隊授旗禮



Baseball Fun Day

棒球同樂日

The Hong Kong Baseball Association organized a Baseball Fun Day in mid-August for the general public to sample the fun of playing baseball. It turned out to be a great day for adults and children alike. The event also helped boosting morale for the Hong Kong Women's Baseball Team prior to its trip to the Women's Baseball World Cup in Japan.

香港棒球總會在八月中旬舉行了《棒球同樂日》，除了讓市民大眾親身體驗棒球運動的樂趣之外，亦為即將出發參加女子棒球世界盃的香港女子棒球隊打氣。



Hong Kong Women's Baseball Team

Talks with 90.3 FM

香港女子棒球隊成員接受〈好出奇〉訪問

Lau Tsz-chin, member of the Hong Kong Women's Baseball Team, spoke with several DJs from 90.3 FM of Commercial Radio Hong Kong. The gang talked about Hong Kong Women's Baseball Team's chances prior to its trip for the Women's Baseball World Cup.

香港女子棒球隊成員劉芷芊，早前接受叱咤903商業二台節目〈好出奇〉訪問，宣傳香港女子棒球隊有份參與的女子棒球世界盃。



5-Day Coaching Program Warmly Received by the Hong Kong Baseball Coaches

一級(初級)棒球教練證書課程完滿結束 本地教練反應熱烈



Hong Kong Baseball Association recently organized a Level 1 (Elementary) Baseball Coach Certification Program with the International Baseball Federation. The 5-day course covered classroom theory as well as on-field practices, attracting more than thirty aspiring baseball coaches to sign up for the event. (Gallery)

This program is designed for people who are currently coaching baseball teams in the community, or have an interest in baseball coaching, to develop their knowledge with basic sports theory, team management skills, local rules and guidelines.

Lecturer for the program is baseball veteran Peter Caliendo, who has extensive baseball experience around the globe. Caliendo explained the thought process of having such coaching program. "This is a Level 1 course and we are here to identify potential coaches and give them a starting point on the path of coaching," revealed the IBAF Technical Commissioner. "As we all know, better education leads to better coaching and that further leads to better players. The turnout has been great and it is nice to see thirty-plus students attending the course."

"We have been focusing on the fundamental skills over the past few days such as catching and throwing, fielding, hitting and eventually hitting," Caliendo continued. "I understand the teams here in Hong Kong usually gets five to six practice sessions, two hours

each time, before the season starts. Hence, we talked about how to make the best of these two-hour sessions, what skills to practice and how to execute those drills. Given the make-up of the league and the team, we really want to keep it simple and let these aspiring coaches have an ideal on what they want to teach to their players."

The visiting lecturer also offered his view on the coaching development in Hong Kong baseball. "It is important to set up a solid baseball foundation with proper courses while having qualified people to oversee them," the baseball veteran offered. "It is important to identify the different levels of these young coaches, as they might vary in their knowledge and skills of the game. Once you have a solid foundation, then you can start to educate your coaches properly. This is the approach taken by some of the well-developed baseball countries such as the United States, Canada and Australia. I think it is something that Hong Kong can take a chapter from."



香港棒球總會早前與國際棒球總會合辦的，一級(初級)棒球教練證書課程已經完滿結束。是次課程報名反應甚為熱烈，超過三十名學員於為期五日的課程中，獲得資深導師於球場內、外親自指導，可謂獲益良多。

是次課程主要是為在職棒球教練，或有意投身教練行列的人仕而設，向他們提供一個吸收基本體育理論、球隊管理技巧、基本球例或指引的機會。

負責主持這次教練證書課程的導師，是由國際棒球總會指派的 Peter Caliendo。該名棒球資歷甚豐的導師，在課堂休息時間向筆者解釋了這次課程的舉辦目的：「這是一個初階的課程，因此我們的目標是希望可以向有志投身教練行列的人仕，提供一個適合的起步點及平台。因為良好的棒球教練培訓可以孕育出具有水準的棒球教練，而具水準的棒球教練則可以培養出更多優秀的球員。從過去數日所見，出席課堂的人數有差不多三十多人，對於一個初階的課程來說，這可是一個非常不俗的人數。」

Peter Caliendo 續說：「我們根據本地的棒球發展將課程化繁為簡，所以我們把重點放在基本的棒球技術上，如傳、接、投、守及打擊。根據我的了解，香港球隊大多在球季開始前只能操練五至六課，每一課大約為兩小時。所以我們會教導他們如何去善用寶貴的操練時間，應該協助球隊練習甚麼棒球技術，以及怎樣訓練球員這些技術。」

對於本地棒球教練的培訓，Peter Caliendo 則有以下的見解，他說：「成立一個鞏固的棒球根基，以及適當的棒球課程是非常重要的。當然，我們亦需要合資格的人力資源去監察這些課程。其實重點是必須要評估不同學員的水平，從而作出適當的培訓，因為他們在棒球知識或技術方面可能不盡相同。當一個鞏固的棒球根基已經被確立，優秀的棒球教練便會相應產生。其實好些棒球強國亦是運用這種方式去培育人材，如美國、加拿大及澳洲等地，這些國家都有很多值得香港借鏡的地方。」



Samsung 57th Festival of Sport

(Baseball Tournament)

A Resounding Success

Samsung第57屆體育節棒球錦標賽完滿謝幕



With all the highly-competitive and entertaining baseball games happening across baseball fields all over Hong Kong in the past two months, the Samsung 57th Festival of Sport Baseball Tournament has finally drawn to a close with worthy winners emerging for different titles.

Close to twenty schools took part in this year's various baseball tournaments under the Samsung 57th Festival of Sport. Their participation resulted in some tremendous baseball games, as the players displayed their wonderful talents around the baseball diamond while showing a burning passion for the game of baseball.

Allan Mak, Director of the Hong Kong Baseball Association (HKBA), took part in the awards ceremony for the Primary School and voiced his pleasure on this year's event. "I am very pleased to see so many participants, especially young players, in this year's baseball tournaments under the Sport Festival," said the HKBA Director. "Seeing all these ball players taking part in our sport is a very encouraging sight, as they represent the future of Hong Kong baseball."

隨著一場接一場的精彩棒球賽事，在過去兩個多月於香港各個棒球場馬不停蹄地舉行，Samsung第57屆體育節棒球錦標賽於上週正式完滿結束，而各個組別的冠軍球隊亦已經相繼出爐。

本屆體育節棒球錦標賽成功吸引接近二十支球隊報名角逐。各支參賽隊球及其球員在棒球場上除了展現出優秀的棒球技術，亦每每散發出對棒球運動的無限熱誠，實在為本屆賽事生色不少。

香港棒球總會董事麥年豐先生，在小學組別的頒獎禮上稱：「我非常高興看見如此多的棒球員，尤其是年輕的棒球選手，參加了本屆體育節的棒球錦標賽。看見這些棒球員積極地參加本地賽事實令我感到非常鼓舞，因為這些棒球員正好代表了香港棒球運動的將來。」



Samsung第57屆體育節各組別排名

全港中學棒球精英賽

中學組

學校	排名
觀塘瑪利諾A隊	冠軍
聖母院書院	亞軍
順德聯誼總會翁祐中學	季軍
觀塘瑪利諾B隊	殿軍

女子組總排名

學校	總排名
九龍真光中學	總冠軍
舊色園主辦可風中學	總亞軍
聖母院書院	總季軍
賽馬會體藝中學	總殿軍

全港大學生棒球對抗賽

學校	排名
香港教育學院 (HKIED)	冠軍
香港科技大學 (HKUST)	亞軍
香港浸會大學 (HKBU)	季軍

女子初級組

學校	排名
賽馬會體藝中學	冠軍
聖母院書院	亞軍
舊色園主辦可風中學 (白隊)	季軍

女子高級組

學校	排名
九龍真光中學	冠軍
舊色園主辦可風中學	亞軍
聖母院書院	季軍

全港小學棒球錦標賽

學校	排名
聖公會仁立紀念小學	冠軍
沙田圍胡素貞博士紀念學校	亞軍
香港道教聯合會純陽小學	季軍

全港中學棒球精英賽 — 各隊最有價值球員

中學組

學校	最有價值球員
聖母院書院	禰嘉賢
聖母院書院	謝忠成
觀塘瑪利諾A隊	劉浚康
觀塘瑪利諾B隊	莊偉杰
拔萃男書院	林翹敦
順德聯誼總會翁祐中學	胡朗星
仁濟醫院王華湘中學	吳亞娣

女子初級組

學校	最有價值球員
聖母院書院	陳慶玲
賽馬會體藝中學	區可盈
九龍真光中學	李思澄
可風中學(舊色園主辦)	王曉珍
可風中學(舊色園主辦)	黃映彤
德愛中學	余劭晴

女子高級組

學校	最有價值球員
聖母院書院	盧淑玲
可風中學(舊色園主辦)	許絡珩
九龍真光中學	李靖濤





Beneficial and Informative

Annual Coaches Meeting cum

ICAC Seminar Took Place in Olympic House

2014-2015年度香港棒球總會教練週年大會暨ICAC講座完滿舉行

The Annual Coaches Meeting cum Independent Commission Against Corruption (ICAC) Seminar took place in the Olympic House on Monday evening. The event received great support from coaches and members of the Hong Kong Baseball Association, making it a very informative and beneficial event for those who attended.

The evening started off with Miss Margaret Chan and Mr. Kenny Fok, both Principal Corruption Prevention Officers from the ICAC, presenting to the attending coaches and members. The ICAC officers touched on the definition of corruption, preventative measures and also utilized actual case studies to bring their messages across to the attended coaches and members on hand.

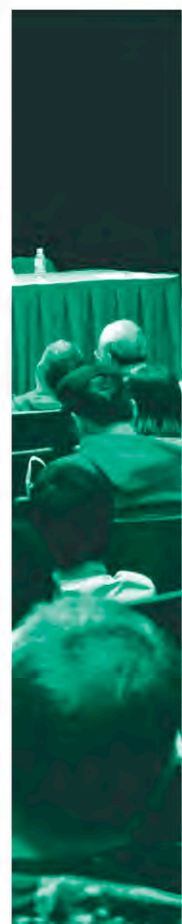
Later in the evening, the focus shifted towards the Annual Coaches Meeting. During the session, Mr. Au Hok-leung (Vice-Chairman and Head of Coach and Player Development) and Miss Yeung Kit-ling (Director, Coach Development) went on stage to introduce the latest coaching developments of the Hong Kong Baseball Association to all attending coaches and members.

The fifty attending coaches on the evening also demonstrated great initiative by providing a lot of valuable feedbacks to the organization during the Question and Answer session, making the meeting a very interactive and beneficial one for all parties concerned.

2014-2015年度香港棒球總會教練週年大會暨ICAC講座於週一晚上在奧運大樓隆重舉行。當晚活動獲得眾多本會教練及會員出席支持，令到是次大會及講座得以完滿舉行。

大會當晚首先由香港廉政公署防止貪污處成員 Margaret Chan 小姐及 Kenny Fok 先生講解本會教練在日常執教之中，可能會遇到有關貪污的情況。兩名香港廉政公署的成員繼而利用深入淺出的方法，再加上過往案例，令到列席教練及會員更加明白防貪的重要性。

在教練週年大會的環節當中，本會副主席區學良先生及董事楊杰玲小姐則向五十名參與大會的教練及會員簡介了本會在教練培訓的最新發展方向。一眾列席的教練及會員亦趁機提問以及發表意見，大大促進本會和所屬教練、會員之間的溝通及交流。



N_{DC} 棒球夢



“No Mind...No Mind...”棒球場那班十來歲，穿著整齊棒球制服的小伙子在呼喊著，他們也都面帶笑容，神情自若，充滿自信，在隊友的互相支持和鼓勵下，失誤似乎並沒有為他們帶來太大的影響，依然故我地享受著棒球比賽的樂趣。眼前這群對棒球充滿熱誠的小伙子並不是著名棒球隊的隊員，也不是來自什麼名校，而是一群熱愛棒球，來自聖母院書院的學生。

五年前，「棒球」這兩個字，或者應該說這項運動在聖母院書院是從不存在的。這間人數只有七百人的男女校，學生共用一個籃球場作籃球、排球、田徑等「大路」運動的練習。直至09-10年度的學期，在一位體育老師的倡議下，學校首次在體育課堂中加入了棒球這個「新元素」，從此「棒球」出現在學校的歷史之中。雖說是踏前了一步，但說實在棒球只屬初推階段，試問學校豈會投放大量資源添置足夠的設備呢？學生們只能輪流使用手套、球棒，甚至棒球，但對初次接觸這項運動的他們來說已經是很好的體驗，也成功吸引了部份同學對棒球的興趣，組成了「棒球小組」，於放學後進行更深入的練習，成了球隊的初形。說是小組，全因人數不多，皆因新推的棒球，始終不及籃球、排球等普及，對於一般的學生來說，「棒球」絕對是一項陌生的運動，因而害怕去接觸、怯於參與。

2010-11年學期開始，除了舊有的體育課外，棒球被納入中二級特有的專項訓練項目之中，讓學生在全年的體育課堂中，以已選的項目作訓練。從此，選了棒球作專項訓練項目的二十人對棒球這項運動有更深入的了解。同時，他們經常拿著球棒和手套在校園內練習，使棒球對其他學生來說不再那麼陌生。再者棒球

給人「型」的感覺，或許是基於「型」這個字，參加「棒球小組」的學生人數有所增加，終於可以組成一支真正的棒球隊，聖母院書院棒球隊正式成立。

由於比賽是最佳的訓練方法，球隊即使剛剛才組成，也毫不畏懼、不怕輸地參加了該年度的全港中學棒球聯賽，對於從未正式參加過棒球比賽的他們來說，球場就像刑場一樣，本來總愛吵吵鬧鬧的他們，變得沉默，緊張的心情相信旁人亦不難察覺。賽果如大家所料，連場敗戰，也許是對這群初生之犢的最佳試煉。能從失敗中從新振作的人才可稱得上是強者，一連串的慘敗並沒有把這班小伙子擊倒，相反，因為那份不甘心，不想再被對手看不起的心，激發起他們的鬥志，促使他們更加努力去練習。





努力從來是不會白費的，暑假過去，新學年開始，棒球隊亦重整旗鼓，再次踏上棒球場，同一個中學棒球聯賽，同一個球場，不同的

是這班小伙子已經不再膽怯，面對去年他們眼中的強隊，他們絲毫沒有退縮，把過去一年來努力的成果毫無保留地發揮出來，成功為球隊打開了勝利之門，為聖母院書院棒球隊取下歷史上第一場勝仗，初嘗勝利的滋味。

球隊最後雖然未能晉級，但球員們的進步是有目共睹的。努力的成果亦得到校方的認同，為加深球員們對棒球的興趣和認識，學校決定他們衝出校園，衝出香港，於2012年復活節期間舉辦了以棒球為主題的台灣交流團，亦為全港首間讓棒球隊到台灣進行交流的中學。整個交流團為期四日三夜，行程除了參觀故宮博物館和忠烈祠等觀光勝地，讓球員能了解當地的文化外，重頭戲當然離不開棒球。由於大部分隊員也是一次踏足台灣，更莫說觀看台灣職棒，行程便安排了觀看兄弟象對桃猿的職棒賽事，職棒球員精湛的技術令他們無不拍案叫絕，令他們眼界大開。行程第二天，到了興福國民中學作交流，除了安排他們和該校學生一起上體育課外，也讓他們有機會嘗試利用發球機作打擊訓練，並且和該校學生進行了一場棒球友誼賽。然而，整個交流團行程中，絕對不能不提的是到兄弟象棒球村進行兩日一夜訓練，訓練項目包括傳接、打擊和防守訓練，在富經驗且專業的教練們悉心指導之下，小伙子們確實獲益良多，而整個訓練營最後以與兄弟象少棒隊的友誼賽作結尾，雖然未能取勝，但比勝利更重要的是球員們在整個比賽過程中也有所領悟，他們明白到要成功必須要更努力的去磨練自己，並深深體會到世界的大。讓他們體會到要打棒球除了技術層面外，心理質素也非常重要，是次台灣之行，令這班小伙子心中那團火，燒得更旺、更熱！

2012-13年度，棒球隊正式成立的第三年，經過上學年的台灣交流團所啟發，與及三年來的訓練，小伙子們的技術開始變得成熟，但由於大部分同學亦已升上了中四，部分同學為了專注學業而被迫放棄了自己喜歡的棒球，球員人數減少了不少，幸運地亦能勉強再一次參加中學棒球聯賽。然言，雖然大家盡了最大努力，球隊最終於四強止步，但這已經取得球隊成立以來最佳的成績了。

凡事總會有到最後一次的時候，說是最後一次並非指今次之後再沒有機會打棒球，而是說今將會是這班小伙子最後一次以聖母院書院棒球隊身分參加棒球比賽了。踏入2013-14學年，他們升上了中五，如無意外，下一學年便是中六，而學校規定，中六學生是不能參加任何活動，換句話說，這將會是他們最後一次參加中學棒球聯賽了。

畢竟年青人做事總是充滿熱誠，他們也不例外，年少氣盛的他們怎會沒有爭勝之心？！這班小伙子熱愛棒球，也希望能在最後一年留下一個美好回憶。為了能夠爭取好表現，他們努力不懈練習，可是，今年康文署嚴格執行禁止使用學校附近的足球場作棒球訓練，使球隊失去了練習的場地。但他們沒有因此作為取消練習的藉口，而是改為在學校的籃球場作傳接球等等的練習，利用自制的拋打網作打擊的訓練。也許練波不一定要有特定模式，只要用心去做，任何練習方式也能令他們有所進步。

2014年4月，中學棒球聯賽正式開始，初賽賽制以分組單循環進行，和聖母院同組的分別有仁濟醫院王華湘中學和觀塘瑪利諾A隊，而初賽的兩場比賽中，球員亦發揮水準，球隊順利晉身四強。在四強的首兩場比賽，球隊先後面對翁祐中學和觀塘瑪利諾B隊，分別取得一勝一負成績，令爭入決賽席位的情況變得不明朗，而四強餘下對觀塘瑪利諾A隊的一場更是許勝不許敗。

5月16日下午，下著滂沱大雨，獅子山公園棒球場上的這班小伙子已經準備就緒。為了能夠進入翌日的決賽，縱使大雨把球場變成泥沼，在賽前熱身時他們已



經弄得滿面泥濘，球衣、波鞋也全濕透，他們也毫不理會，一心為比賽作準備。開賽初段，他們成功地把對手全面封殺，箝制對手得分，而進攻上亦能積極進攻上壘。濕滑的泥濘，令不少球員滑倒，但他們並不畏懼，相反更利用這「地利條件」滑壘，雖然弄得全身是泥，但他們亦滿面笑容。可見他們為了爭勝，已經豁了出去，不禁讓人想起《KANO》的一幕。爛泥似的球場上，隊友們互相支持和鼓勵，球隊士氣比過去任何一場都要好，縱使球賽中後段被對手追和了，但他們亦不像過往般因被對手得分超前而變得沉默，而是互相激勵著。比賽有時間限制，就在球隊逆轉的一刻，球証突然宣佈比賽結束，球員們無不呆立當場，因為壘上有人，他們還有機會取得更多分數。可是現在宣佈比賽結束，他們只能僅以一分取勝，由於四強中有兩隊成績比較接近，球隊的得失分對能否進入決賽影響很大。現在只勝一分，球隊能晉身決賽的機會變得渺茫，小伙子們無不深感不憤，但他們可以做的就只有等待棒球總會計算結果。雖然心有不甘，但打敗了中學棒球聯賽中，觀塘瑪利諾A隊這隊長勝軍，已足以令他們樂透半邊天。眼前這遍爛透的泥地，自然成了他們的遊樂場，他們互相追逐、推撞，在泥沼上滑翔，弄得滿身泥漿。一時之間，球場充滿了歡樂的笑聲，在旁人眼中看似太瘋癲，但背後他們那份團結，那份友誼，又有多少球隊能及得上。

這一夜是漫長的，雖知球隊出線的機會不大，但那管只有一絲希望，他們仍不想言敗。可是由於計分複雜，以致遲遲還未公佈成績，小伙子們忐忑的心情絕對不難理解。晚上十一時多，終於有結果，冠軍戰將會由聖母院書院對觀塘瑪利諾A隊。收到消息後，球員們無不歡喜若狂，得不來的決賽資格，球員們自會好好珍惜。

決賽在晒草灣棒球場上舉行，雖不是什麼棒球聖地，但對這班小伙子來說意義卻很重大，平時總愛吵吵鬧鬧的他們一如以往，看上去很輕鬆似的，但誰會不在乎勝負？熱身過後，球員們抖擻精神，比賽正式開始。「NDC加油」除了球員外，其它同學也前來為他們打氣，畢竟是冠軍戰，緊張實在是所難免，但以往會因為緊張而變得沉默的他們改變了。「加油呀！」、「精神呀！」的聲音此起彼落，進攻上，他們充滿信心的踏入打擊區，看準來球，沒有半點猶豫，雖然不是每一球也能擊出安打，成功上壘，但那積極進取的表現已令場內場外歎為觀止。至於防守上，由投手投球開始，他們已經作出一切的準備，誓要把每一球也擋下來，他們互相補位，互相提點，拼盡全力的去防守，縱使偶有失誤，但在隊友和場外同學的打氣下，很快便能振作過來，鬥志比任何人都要旺盛。雖然是冠軍賽，比賽氣氛緊張，但他們卻沒有崩緊著臉，而是面帶笑容，看來很享受比賽帶來的樂趣。

比賽總有勝負，冠軍也只得一個。聖母院書院棒球隊始終與冠軍獎盃擦身而過，只能夠屈居第二，雖然贏不了冠軍，但這班小伙子卻贏了觀眾的心，裁判的心，也贏了彼此之間的友誼。比賽雖然是輸了，但他們沒有輸掉禮貌，輸掉球品，大方的向對手、裁判、老師、觀眾，甚至是攝影的道謝。

五年時間，聖母院書院由寂寂無名的棒球小組，變成今天中學棒球聯賽的亞軍隊實在不容易，他們沒有專業的器材，也沒有聘請教練，而他們所擁有的是一顆對棒球熱熾的心、一顆爭勝心，永不放棄、永不言敗的心。

小伙子們……未來還有很長的路等著你們，不管怎樣，只要懷著你們所擁有的心，就算再遠大的理想也定能一一實現！

球隊剛組成的一年，敗仗也沒有減退他們對棒球的熱誠

球隊組成的第二年，除了技術，亦學會了棒球的禮儀

球隊組成的第三年，獲學校資助到台灣交流

球隊組成的第四年，技術漸漸成熟，取得中學棒球聯賽第四名

球隊組成的第五年，歷盡艱澀辛，最終取得中學棒球聯賽第二名



球員們總愛吵吵鬧鬧，但一落場便認真作賽

滂沱大雨、滿地泥濘也不阻球員爭入決賽的心

球員們比賽過後在濕漉漉的球場上滑翔，雖然能否入決賽仍是未知之數，但最重要是享受棒球的樂趣

棒球就是「型」，這種魅力吸引了這班小伙子

韓國棒球交流團

27/6/2014 — 1/7/2014

聖母院書院

領隊兼教練 - 馮潔怡

「聖母院書院棒球隊」，相信大家兩年前有看《上壘》的話，也知道這隊校隊兩年前曾到台灣進行了四日三夜的棒球交流。這一隊成立了五年的球隊，由我入職的第一年在體育課加入棒球的單元，自此慢慢在學校建立棒球風氣，吸引學生參與這項運動，並訓練出男子及女子隊參加棒總各項的比賽。今年第五年，男、女子隊也有幸能在全港中學棒球精英賽取得亞軍的佳績。

在此多謝聖母院書院讓我有機會在校內推廣棒球運動，推出「棒、壘球精英培訓計劃」，並撥款資助隊員於考試後到韓國進行交流，擴闊隊員的視野和加深隊員對棒球的認識。

行程

27/6 (五)

今天由香港啟程向首爾進發。於中午抵達首爾後便到JUC棒球訓練中心進行棒球訓練，男女隊員分開進行了傳接球及打擊的技術訓練。

28/6 (六)

今天一早便前往N Tower，之後到了KBS演播廳參觀。下午跟韓國學生進行了兩場棒球友誼賽，女子隊跟韓國小學生對賽，而男子隊跟當地的中學生對戰。晚上到明洞購物區觀光。

29/6 (日)

今天早上到清溪川、景福宮和光華門廣場等名勝觀光。下午到了棒球用品店購物，並到市民安全體驗館參觀。晚上現場觀看耐克森英雄隊對斗山熊隊的職業棒球比賽。

30/6 (一)

今天一早到Cheong Ryang Middle School in Seoul學校交流，除了參觀校園，還跟該校的棒球隊進行了一場友誼賽。之後參觀梨花女子大學，然後到了韓國文化體驗館，試穿傳統韓服和製作泡菜。晚上到了新村體驗當地的棒球打擊場，然後到新村梨大觀光。

1/7 (二)

最後一日早上到了山湖水公園及高陽新韓流宣傳館，午飯後便起程回港，結束韓國棒球交流團五天的旅程。

是次交流得到Cheong Ryang Middle School in Seoul熱情的款待及JUC棒球訓練中心教練們的悉心指導，確實使各隊員獲益良多。即使他們的棒球技術未必能在短短五日內得到明顯的提升，但在整個交流的過程中，韓國球員對棒球的熱誠及刻苦的態度定必對他們有深遠的影響。希望學弟學妹們能感受到中五的學長對棒球的熱誠，延續聖母院書院獨有的棒球文化！

譚基業

經過這次五日四夜的韓國棒球交流團，讓我見識增進很多，同時都令我對自己的價值都有一些改觀。因為這是我最後一次參加學校的交流團，還是和我一起經歷五年的好朋友，好隊友一起去韓國交流棒球，想起當初初中那一年，不知不覺就接觸到這項冷門的運動，當初對這項運動完全不瞭解，由零開始。其實出到社會工作都是一樣什麼都是由零開始。

棒球在香港雖然是一項不太熱門的運動，但在其他國家列如：韓國，美國，日本，臺灣棒球都比較受歡迎，究竟是為什麼呢？只能說是政府給予的資助和宣傳太少，很少人知道香港有棒球這項運動，也很少人知道香港有一班對棒球充滿熱誠和為香港棒球界的運動員為香港棒球奮鬥。

棒球是一種好有魅力的一項球類，我發覺我慢慢地愛上它，深深地被棒球的魅力吸引，我由學校打球隊，到跟外面的球隊和教練只是想更深入瞭解棒球，好幸運中三年有機會參加學校的臺灣棒球交流團，到當地瞭解當地的棒球，事隔兩年，在中五今年，經過我們隊友幾年的努力，今年終於都獲得好成績，也沒有辜負我們的教練五年的辛苦教導，學校也表揚我們才有機會到韓國一睹當地的棒球，在跟韓國當地學生進行棒球比賽交流時，我學會的是團體合作，和信任，當隊友氣餒時，我們要給予他支持和打氣，士氣才不會低落，在看棒球職業比賽時令我學會到，不到最後也不知道輸贏，人生也是一樣不到最後也不知道結局，所以我們面對困難就不應甘快放棄，就像我們支持的球隊輸了，他們也贏了觀眾的掌聲。

棒球在香港不是一個夢，有一天棒球也會成為香港的主流。



周翰林

在去到韓國的第一天，我們便到第一個行程，就是去JUC棒球訓練。剛到步時我有些緊張，因為不知道韓國的教練是如何訓練球員的，幸好，韓國教練十分NICE，他們會用最基本的術語，來提醒我自己有什麼做得不對，例如投球時身體的力量沒有完全運用，基本的姿勢等。在這兩小時的訓練，讓我在他們身上學到更多棒球上的技巧，我還很高興地，被教練選為表現得最好的一位，希望他們教授的技術我能運用在球場上。

第二天，我們一早參觀KBS演播廳，瞭解當地的影視文化，例如3D電視，K POP 等，又親身成為主播播新聞，體驗主播的工作。到了下午，我們便去跟韓國學生進行棒球比賽交流，到了當地時，我完全被那球場吸引了，那人工造的草坪，計分牌，傳播員室，還有香港少之又少的投手丘，真的很羨慕韓國的學生，有一個屬於自己的球場，不用跟其他人共用。比賽開始了，首先是我們學弟學妹們，跟韓國的小學生進行比賽，韓國的小朋友穿起棒球服，大家一起追著同一個球時，非常可愛，他們除了可愛，球技還十分了得，還把我們完封。看到這裡我不禁擔心起來，接下來我們一軍要面對的是中學生，不知道實力會是如何，幸好我們拿出驚人的實力，面對著他們的先發投手，毫不留情地把他打爆，我也十分開心，因為我們的第一分，是我打下的，隊友們都不手下留情，緊接著進攻，最後我們以10：1大勝韓國。

第三天，我們首先去到景福宮，參觀以前皇帝居住的地方，然後就到市民安全體驗館體驗災難發生時，如何面對，例如地震、颱風、火災等等，同學們都表現得十分好。接著我們便到棒球用品店購物，大家都購買自己所須的棒球用品，裝備自己。

然後到了今天最後一個行程，就是觀看韓國職棒，我們今天支持的球隊是主場球隊斗山熊隊，他們球迷到落後時都不斷為自己喜歡的球員打氣，盡管最後比賽還是輸了，但現場的氣氛，球員的態度，已經超越了勝負了。

第四天，我們一早便參觀韓國中學，他們十分熱情，把我們當作貴賓一樣，還教導我們韓文。然後我們跟中學的棒球部進行了一場比賽，學生們都為我們打氣，不分主客。

最後我們去了韓國文化體驗館，體驗整泡菜和試穿韓服，然後就由香港了。

陳沛欣

6月27日到7月1日，我參加了學校棒球組所舉辦的韓國棒球交流團。經過這次交流團，令我學習到不少的知識。

在這短短的幾天內，令我獲益良多。不單讓我學習到更多有關棒球的知識，還令我看到韓國人對棒球的熱愛。還記得那天我們去觀看韓國的職業棒球賽，那種熱愛棒球，為棒球隊員打氣的氣氛，我相信在別處是看不到的。很多人都會穿著代表自己支持的那支球隊的衣服來到現場看比賽。當球員要準備打球的時候，球迷們就會為他們打氣，叫著球員的名字為他們加油。當球隊得分後，他們就會立刻歡呼，啦啦隊會出來跳舞。現場的氣氛是很讓人感到熱血，我在之前從沒有感受過這種氣氛。這次觀看比賽讓我大開眼界。

在這幾天裡面，司機每天都會比我們約定的時間，提早到酒店門口等我們，每當看見我們上車的時候，他總是和我們用韓語打招呼，後來，他更學會了中文的早安和你好，用中文和我們打招呼。

我們去韓國清涼中學交流那天，我與清涼中學的學生們一起上課，瞭解他們的生活和平時上課的情況。我和他們總共一起上了兩堂課。第一堂是射擊，他們用一對一的方式來教我們學習射擊。他們都很用心地教導我們每一位同學，即使有些同學的成績不太好，但他們還是會很用心地教導，鼓勵著我們。最後，我們進行了一場比賽，成績最高的同學就會得到他們學校送出的豐厚的禮品。接著，我上了一堂美術課，這次也是用一對一的方式，兩個人一起製作一個環保袋，用蠟筆畫上你想要的圖案，兩人同心協力完成一個環保袋，那個環保袋是他們送給我們的禮物。下課後，就是午飯的時間了，我們一起去飯堂裡吃飯。他們是的秩序非常好，一個一個排著隊，拿飯碗去盛飯，然後向分飯的阿姨道謝，最後一夥人坐在一起享用他們的午餐。飯後，他們會把餐具和吃剩的廚房餘分類，整個流程都很有秩序地進行，值得我們學習。

這幾天裡，不但讓我學習學習到更多的有關棒球的知識，看到外國的棒球和香港的有什麼不同的地方，還讓我見識到韓國人的好客之情、風俗和他們我民族傳統。同時，也鍛鍊了我們的自理能力和團體精神，也感謝這幾天照顧我們的老師，為我們勞心勞力。



我們的屬會

Our Affiliated Baseball Clubs



香港仔棒球會 Aberdeen Baseball Club
Email: Aberdeen_baseball@yahoo.com.hk



Baseball Team K9
Email: manlyjohn@outlook.com



長沙灣棒球會 Cheung Sha Wan Baseball Club
Email: info@sspbbaseballclub.org



鑽石山棒球會 Diamond Hill Baseball Club
<https://sites.google.com/site/dhbclub> Email: dhbc.info@gmail.com



蜻蜓棒球會 Dragonflies Baseball Club
www.dragonflies.hk Email: elite_wbc@yahoo.com.hk

東九龍棒球會 East Kowloon Baseball Club
<http://www.ninewesthk.com> Email: info@ninewesthk.com



菁英女子棒球會 Elite Women's Baseball Club
<http://ewbc.sinahappy.com/> Email: elite_wbc@yahoo.com.hk



野兔棒球會 Hare Baseball Club
<http://www.teamhare.org> Email: teamhare@gmail.com



英雄棒球會 Heroes Baseball Club
Email: admin@heroesbc.com



何文田棒球會 Ho Man Tin Baseball Club
<http://www.hmtc.hk> Email: hmtbaseball_club@hotmail.com



香港島棒球會 Hong Kong Island Baseball Club
www.kwungtongylbc.com Email: billy@epe.com.hk



香港道教聯合會純陽小學
Hong Kong Taoist Association Shun Yeung Primary School
www.syps.edu.hk Email: syps@syps.edu.hk



啓德棒球會 Kai Tak Baseball Club
<https://www.facebook.com/groups/367659836642645>
Email: kaitakbc@hotmail.com, raywwl@netvigator.com



葵青棒球會 Kwai Tsing Baseball Club
www.ktbc.hk Email: jacchui@yahoo.com.hk



觀塘(青少年) 棒球會 Kwun Tong (Youth League) Baseball Club
www.kwuntongylbc.com Email: tsedavis@netvigator.com

荔枝角棒球會 Lai Chi Kok Baseball Club
Email: lckbaseballclub@gmail.com



無限棒球會 Mugen Baseball Club
Email: mugenbaseball@gmail.com



Philippine Sluggers (Baseball Women, Philippine Team Hong Kong)
www.cavotec.com Email: john.rostagno@cavotec.com



深水埗棒球會 Sham Shui Po Baseball Club
www.sspbaseballclub.org Email: info@sspbaseballclub.org



沙田體育會棒球會 Tai Wo Baseball Club
http://www.stsa.org.hk Email: stsald@yahoo.com.hk

太和棒球會 Shatin Sports Association Baseball Club
Email: spt02809@hotmail.com



The Buffalos Baseball Team
Email: kmin1760@hotmail.com



荃灣棒球會 Tsuen Wan Baseball Club
Email: eaglesbaby.bb@gmail.com



Typhoons Baseball Club
www.facebook.com/typhoonsbaseball Email: ryanlandolt@gmail.com



西九龍棒球會 West Kowloon Baseball Club
www.ninewesthk.com Email: info@ninewesthk.com



黃大仙棒球會 Wong Tai Sin (Baseball) Sports Association
Email: wtsbaseball@yahoo.com.hk

2014-2015年度香港棒球總會活動概覽

日期	活動
2014. 1. 10 ~ 2014. 1. 12	1st Asia Umpire Camp with CPBL 2014
2014. 1. 11	香港棒球總會二十週年晚會
2014. 1. 17 ~ 2014. 1. 19	Baseball Coach Workshop with BFA
2014. 2. 14 ~ 2014. 2. 17	Asia Insurance Phoenix Cup 2014 IBAF Hong Kong International Women's Baseball Tournament
2014. 2 ~ 2014. 4	2013/2014年度全港棒球公開賽(新秀組)開鑼
2014. 4. 7	2014-2015年度香港棒球總會教練周年大會暨ICAC講座
2014. 4. 8 ~ 2014. 5. 12	2014/2015年度棒球三級裁判訓練班
2014. 4 ~ 2014. 5	2014/2015年度全港棒球公開賽(12U及15U資格賽)
2014. 4 ~ 2014. 5	Samsung第57屆體育節 - 全港中學棒球精英賽2014
2014. 4 ~ 2014. 6	2014/2015年度棒球推廣計劃(第一期) - 初級棒球訓練班
2014. 4 ~ 2014. 9	2014/2015年度香港男子棒球明日之星培訓計劃 “男子Feeder”
2014. 4 ~ 2014. 9	2014/2015年度香港女子棒球21U梯隊精英培訓計劃(第一期) “女子Feeder”
2014. 4 ~ 2015. 3	香港男子棒球精英持續培訓計劃
2014. 4 ~ 2015. 3	香港女子棒球精英持續培訓計劃(精英隊/種子隊)
2014. 4 ~ 2015. 3	社區體育會計劃
2014. 4 ~ 2015. 3	學校推廣計劃
2014. 4. 18 ~ 2014. 4. 20	IBAF Umpire Camp & Technical Commission Clinic in Hong Kong
2014. 5. 9 ~ 2014. 5. 11	1st World Baseball Softball Confederation Congress
2014. 5. 31	2013/2014年度香港棒球教練獎勵計劃頒獎禮 (Thanks Coach Scheme)
2014. 5. 31 ~ 2014. 6. 2	IBAF Scoring Training in Hong Kong
2014. 6	Samsung第57屆體育節 - 全港大學生棒球對抗賽2014
2014. 6	Samsung第57屆體育節 - 全港小學棒球錦標賽2014
2014. 7 ~ 2014. 9	2014/2015年度棒球推廣計劃(第二期) - 初級棒球訓練班
2014. 7. 27	2014/2015年度全港棒球公開賽(男子乙組) 開鑼
2014. 7. 27	2014/2015年度全港棒球公開賽(男子丙組) 開鑼
2014. 7. 21 ~ 2014. 7. 29	第十屆全國大學生棒球聯賽總決賽
2014. 7. 31 ~ 2014. 8. 10	IBAF 15U Baseball World Championship
2014. 8. 10	《棒球同樂日》
2014. 8. 15 ~ 2014. 8. 20	2014年菊島盃國際少年軟式棒球錦標賽
2014. 8. 13 ~ 2014. 8. 17	2014年海峽兩岸棒球對抗賽(少棒)
2014. 8. 17	2014年世界盃女子棒球錦標賽香港代表隊授旗禮 暨 名人明星棒球慈善賽
2014. 8. 22 ~ 2014. 8. 24	Western Pacific Series (18U Guam - Hong Kong)
2014. 9. 1 ~ 2014. 9. 7	IBAF Women's Baseball World Cup
2014. 9. 14	2014/2015年度全港棒球公開賽(男子甲組) 開鑼
2014. 9. 21 ~ 2014. 9. 29	Incheon 17th Asian Games
2014. 9. 28	2014/2015年度全港棒球公開賽(女子組) 開鑼
2014. 10 ~ 2014. 12	2014/2015年度棒球推廣計劃(第三期) - 中級棒球訓練班
2014. 10 ~ 2015. 3	2014/2015年度香港男子棒球明日之星培訓計劃(第二期) “男子Feeder”
2014. 10 ~ 2015. 3	2014/2015年度香港女子棒球21U梯隊精英培訓計劃(第二期) “女子Feeder”
2014. 10 ~ 2015. 3	2014/2015香港男子棒球精英持續培訓計劃(成棒及18U)
2014. 10. 1 ~ 2014. 10. 5	Level 1 (Elementary) Baseball Coach Certification Program with IBAF in Hong Kong
2014. 10. 8 ~	三級棒球記錄員訓練班(初級)
2014. 10. 12	2014/2015年度全港棒球公開賽(軟式聯賽) 開鑼
2014. 10. 17	2014年度香港棒球總會周年會員大會及2014-2016年董事局選舉
2014. 10. 17	2013/2014年度香港棒球總會周年頒獎典禮
2014. 10. 25	2014-2016年董事局互選
2014. 11. 7 ~ 2014. 11. 16	IBAF 21U Baseball World Championship
2014. 12. 19 ~ 2014. 12. 22	Hong Kong International Baseball Open 2014
2014. 12. 21 ~ 2014. 12. 26	Taipei International "AA" Baseball Invitational Tournament 2014
2015. 1. 2 ~ 2015. 1. 4	2nd Asia Umpire Camp with CPBL 2015
2015. 2. 6 ~ 2015. 2. 9	Phoenix Cup 2015 Hong Kong International Women's Baseball Tournament
2015. 3	Asia Cup
每月一次	香港棒球總會執行委員會會議
每兩個月一次	香港棒球總會與轄下屬會會議
每季一次	香港棒球總會董事會
每季一次	BFA Executive Committee Meeting
每季一次	裁判/記錄員延續訓練
每年一次	香港棒球總會與康樂及文化事務署周年會議

BFA = Baseball Federation of Asia

BFJ = Baseball Federation of Japan

CPBL = Chinese Professional Baseball League

CTBA = Chinese Taipei Baseball Association

GABA = Guam Amateur Baseball Association

HKBA = Hong Kong Baseball Association

HKIS = Hong Kong International School

IAGOC = Incheon Asian Games Organizing Committee

地點	主辦單位
Sai Tso Wan / Shun Yeung / Lion Rock	HKBA
銅鑼灣南華體育會喜運星酒家	HKBA
Sai Tso Wan / Olympic House	HKBA / BFA
Sai Tso Wan / Lion Rock	HKBA
康文署轄下場地	LCSD/HKBA
奧運大樓	HKBA
康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
康文署轄下場地	HKBA
獅子山/晒草灣	SF&OC / HKBA
康文署轄下場地	HKBA
晒草灣	HKBA
晒草灣	HKBA
晒草灣	HKBA
晒草灣	HKBA
按個別申請而定	HKBA轄下各屬會
按個別申請而定	全港中、小學
Sai Tso Wan	HKBA / IBAF
Hammamet, Tunisia	WBSC
紀律部隊人員體育及康樂會	HKBA / HKCC
Olympic House	HKBA
獅子山	SF&OC / HKBA
純陽小學	SF&OC / HKBA
康文署轄下場地	HKBA
康文署轄下場地	LCSD / HKBA
康文署轄下場地	LCSD / HKBA
江蘇無錫	中國大學生體育協會棒壘球分會
Sinaloa, Mexico	IBAF
晒草灣	HKBA / 耆長基金
台灣澎湖縣	澎湖縣政府
台北	CTBA
晒草灣	HKBA / 耆長基金
Guam	GABA
Miyazaki, Japan	IBAF
晒草灣	LCSD / HKBA
Incheon, Korea	OCA / IAGOC
康文署轄下場地	LCSD / HKBA
康文署轄下場地	HKBA
晒草灣	HKBA
晒草灣	HKBA
晒草灣	HKBA
Sai Tso Wan / Olympic House	HKBA / IBAF
康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
康文署轄下場地	HKBA
待定	HKBA
奧運大樓	HKBA
奧運大樓	HKBA
Taichung, Taiwan	IBAF
Sai Tso Wan / Lion Rock	HKBA
Taipei, Taiwan	TPE
Sai Tso Wan / Olympic House	HKBA
Sai Tso Wan / Lion Rock	HKBA
Philippines	BFA
奧運大樓	HKBA
奧運大樓	HKBA
奧運大樓	HKBA
待定	BFA
待定	HKBA
待定	LCSD



IBAF = International Baseball Federation
 LCSD = Leisure and Cultural Services Department
 OCA = Olympic Council of Asia
 PONY = PONY Baseball

SF&OC = Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China
 TPE = Taipei Baseball Committee
 WBSC = World Baseball Softball Confederation
 WCBF = World Children's Baseball Foundation

棒球知多少

1. 以下日職紀錄中由村田兆治保持的是：

- A) 生涯最多勝投
- B) 生涯最多暴投
- C) 單季最多暴投
- D) 單季最多奪三振
- E) 生涯最多奪三振

2. 村田兆治入職初期不愛練習，晚上更累次跑出宿舍打麻將。有一天清早村田打完通宵麻將回宿舍，剛巧碰上了一位大師兄去跑步，令村田大感尷尬，從此戒掉了陋習。這位大師兄是：

- A) 小山正明
- B) 金田正一
- C) 村山實
- D) 稻尾和久
- E) 秋山登

3. 村田兆治針對有對手看到村田的握法而識穿球種的對策是：

- A) 把手套加碼
- B) 改良投球動作
- C) 在投球動作途中改變握法
- D) 改變手套的顏色
- E) 向裁判投訴

4. 村田在1983年接受 Tommy John 手術，並成功在1984年球季尾段復出。其實村田是第2位日職投手接受該手術，第1位是：

- A) 木樽正明
- B) 金田留廣
- C) 成田文男
- D) 八木澤莊六
- E) 三井雅晴

5. 村田老當益壯，他現役最後一個球季還獲得10場勝投，他選擇退下來的原因是：

- A) 肩膀受傷
- B) 先發不能完投
- C) 球速不夠
- D) 指叉球落差不理想
- E) 對球隊高層不滿



2013香港優秀教練選舉頒獎典禮 2013 Hong Kong Coaching Awards Presentation



香港教練培訓委員會
Hong Kong Coaching Committee



使命
學院在提供完善的環境，策進，
真體育天賦的運動員，協助他們
在國際體壇爭取佳績。

Mission
The Sports Institute aims to provide
an environment in which sports talent can be
nurtured and developed to pursue
excellence in the international sporting arena.

www.hksi.org.hk



HONG KONG
SPORTS INSTITUTE
香港體育學院

<http://www.hksi.org.hk>

Congratulations to Our Baseball Coaches

Mr. Leung Tak-kwong and Mr. Tse Kwok-kuen of Kwun Tong (Youth League) Baseball Club received the Community Coach Recognition Awards handed out by the Hong Kong Coaching Committee during the 2013 Hong Kong Coaching Awards Presentation.

HONG KONG COACHING COMMITTEE

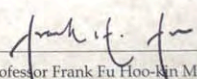
COMMUNITY COACH
RECOGNITION AWARDS

Presented to

Leung Tak-kwong

at the

2013 Hong Kong Coaching Awards


Professor Frank Fu Hoo-kin MH JP
Chairman (2013-2015)





Hong Kong International Baseball Open

19th – 22nd December, 2014

Sai Tso Wan Baseball Field and Lion Rock Park Baseball Field

