



香港棒球總會季刊

Issue 68 • First Quarter 2011

HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION QUARTERLY

# 上壘 RUN



Insurance Phoenix Cup 2011  
International Women's Baseball Tournament  
《亞洲保險鳳凰盃》香港國際女子棒球錦標賽

"Asia Insurance Phoenix Cup 2011"  
Hong Kong International Women's Baseball Tournament  
《亞洲保險鳳凰盃》香港國際女子棒球錦標賽



# 《亞洲保險鳳凰盃》2011 香港國際女子棒球錦標賽

"Asia Insurance Phoenix Cup 2011"  
Hong Kong International Women's Baseball Tournament  
《亞洲保險鳳凰盃》香港國際女子棒球錦標賽 2011

2011. 1. 21-24  
Sai Tso Wan Baseball Field  
晒草灣棒球場





亞洲棒球聯盟2011年第一次執行委員會及小馬聯盟亞太區會議



# 香港棒球總會季刊

第68期 · 2011年第一季

# HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION QUARTERLY

# 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月舉行成立典禮。香港棒球總會發展快速，先後成為國際棒球聯會(IBAF)、亞洲棒球聯會(BFA)、中國香港體育協會暨奧林匹克委員會(SF&OC)和世界小馬聯盟(PONY)的會員。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週；2007年香港代表隊打入第二十四屆亞洲棒球錦標賽(2008北京奧運資格賽)，晉身亞洲八強。

## 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、教練員和裁判員；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》

曲 譚展輝  
詞 Sandy

B<sup>b</sup>  
Con Spirit ( | = 126)

|| : 3.4 5.6 5 4 | 5 - 3 - | 6 - 4 6 | 5 - 3 - |  
望向遠方一串 希望 將世間照亮  
在競賽中灑我的汗 衝勁加盼望

4.5 6.1 7 - | 3.4 5.7 6 - | 2.3 4.1 6 4 | 3 - 2 - : ||

為博你欣賞 為博你鼓掌  
2.3 4.6 1 6 | 2 - 5 - || : 3 - 1 3 | 2 - 5 - |  
全壘打發射光芒 比遠方驕陽  
爭勝之渴望

1 - 6 1 | 7 - 5 - | 6.7 1.6 2 - 5.6 7.5 1 - |  
更 热 更 自 强 憑 合 作 共 開 憑 潛 力 同 往  
信 念 永 未 忘 求 沒 愧 處 於 心

2/4

3.2 1 3 | 2 - - - : || 5.6 7.2 1 | 4.5 6.1  
争取每分光 成敗亦開朗 前行是每

4/4

3.3 2 2 1 | 2 - - - | 1 - 0 0 ||

類心比火 燙

3 - 3.2 | 2 - 2 | 1 - - - | 1 - - - ||

類心比火 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, China.

電話 Tel: (852) 2504 8330  
傳真 Fax: (852) 2504 4663  
電郵 E-mail: hkbsa@hkollympic.org  
網址 Website: www.hkbaseball.org

顧問團

- |         |   |
|---------|---|
| 名譽會長：   | 陳智思先生, GBS, 太平紳士  |
| 名譽副會長：  | 龍成先生, SBS   |
| 議事顧問：   | 林建名先生   |
| 名譽顧問：   | 黃宏發先生, OBE, 太平紳士<br>陳智文先生<br>邱何恩德博士<br>許宗盛先生, MH, 太平紳士<br>傅浩堅教授, 太平紳士<br>區月晶女士<br>石鏡泉先生<br>徐守漁先生, 太平紳士<br>齊藤操先生 |
| 義務法律顧問： | 關文光律師 李詠賢律師 陳廷光律師   |
| 義數教師：   | 張耀鴻會計師事務所   |
| 義務事務顧問： | 李家明先生   |

董事局

- |       |                             |
|-------|-----------------------------|
| 會長：   | 李錦泉先生                       |
| 主席：   | *李永權先生                      |
| 副主席：  | *趙庭庭先生                      |
| 祕書長：  | *葉偉光博士                      |
| 司庫：   | *鄭素文先生                      |
| 財務總監： | *周衍平先生                      |
| 副祕書長： | #楊杰玲小姐                      |
| 董事：   | 區學良先生<br>趙耀靈先生              |
|       | #三好正記先生<br>*區潔儀小姐<br>*黃大維先生 |
|       | 區頴良先生<br>*黃期先生              |
|       | 陳耀雄先生<br>甄天龍先生              |

當期季報

- 1 精英培訓與賽事總監——麥年豐先生

1.1 精英培訓組主任——黃大維先生

1.1.1 少年發展組組長——胡雪岡先生

1.1.2 青年發展組組長——陳耀雄先生  
組員：戴于程先生 趙殷諾先生

1.1.3 培訓發展組組長——鄒志威先生

1.1.4 女子發展組組長——楊杰玲小姐  
組員：張慧怡小姐 張丹莉小姐

1.2 賽事組主任——三好正記先生

1.2.1 男子組組長——何子健先生

1.2.2 女子組組長——卓莞爾小姐

1.2.3 青少年組組長——梁得光先生

1.2.4 學校聯賽組組長——謝金文先生 曾佩雲女士

1.3 女棒國際發展組主任——區潔儀小姐

1.3.1 女棒國際賽事組組長——卓莞爾小姐

2 技術與推廣總監——范家和先生

2.1 教練培訓組主任——區學良先生

2.2 推廣組主任——范家和先生

2.2.1 區域推廣組組長——楊杰玲小姐

2.2.2 社區推廣組組長——區穎良先生

2.2.3 學校推廣組組長——甄天龍先生

3 行政與資源總監——趙端庭先生

3.1 行政事務組主任——三好正記先生

3.2 會籍與屬會事務組主任——周衍平先生

4 資訊科技及傳訊組主任——趙耀靈先生

4.1 資訊科技與美術設計組組長——曹子能先生  
組員：三好正記先生 梁震雄先生 馬國單先生

4.2 編輯委員會

4.2.1 季刊《上壘》

4.2.2 Facebook網站管理

5 裁判學院主任——黃期先生

5.1 裁判組

5.1.1 裁判長——黃期先生

5.1.2 副裁判長——郭伯璋先生 羅儒榮先生

5.2 記錄員組

5.2.1 記錄長——尹錦鈞先生

5.2.2 副記錄長——曾慧儀女士

我們的季刊

《上壘》編輯委員會  
顧問編輯：趙耀靈 李錦泉 李永權  
編輯：葉偉光 麥年豐 三好正記 黃期  
翻譯：楊杰玲 杜佩琦  
攝影：傅宏美 Jennifer Eagleton  
香港運動攝影協會(HKSPA) 梁錦洪 Michael Leong  
製作及承印：Roy Mark (Asia) Ltd.  
出版日期：2011年4月26日

# 第 68 期《上壘》

目次		頁碼
主席報告		3
<b>活動報告</b>		
《亞洲保險鳳凰盃》香港國際女子棒球錦標賽 2011	林依韻 馮笑平	4
中銀香港第五十四屆體育節 - 香港 2011 中學棒球聯賽		10
亞洲棒球聯盟 2011 年第一次執行委員會會議摘要	麥年豐	11
2010 年亞洲少年棒球錦標賽賽後感		12
第二十一屆世界少年棒球大會 — 少年棒球大使甄選		15
2010/2011 年度全港青少年棒球明日之星菁英培訓計劃		16
2010 年臺北國際城市青少年棒球錦標賽賽後感		17
<b>其他</b>		
棒球勇將 金融界擊出全壘打		20
亞運會棒球賽觀後感	梁友文	22
2009 年觀摩全國少棒錦標賽感言	梁友義	24
Bank of China Hong Kong Sports Stars Awards 2010 Presentation Ceremony cum Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC) Spring Dinner 2011		26
國際棒球協會動態		27
日本棒球動態	三好正記	28
裁判休息室	裁判學院	29
棒球知多少	雅篤	31
悼念名譽顧問賴汝榮先生		32
<b>屬會活動</b>		
何文田棒球會 — 2010 年諸羅山盃國際軟式少年棒球邀請賽		33
黃大仙（棒球）體育會		37
香港仔棒球會		38
深水埗棒球會 — 深水埗社區體育會（第三屆）棒球邀請賽		40
我們的屬會		42
2011-2012 年度香港棒球總會活動概覽		44

# 主席報告

李永權

## 向日本人民致以深切慰問

3月11日，日本福島發生9級大地震，引發海嘯吞噬大片日本本土及核電廠爆炸洩漏幅射。死亡和失蹤人數越2萬。日本這次千年一遇的大地震和海嘯，震驚世界。我代表香港棒球總會在地震發生後次天，向日本棒球協會發出慰問電郵。以下是我們與日本棒球協會執行董事田和一浩及會長八田英二的電郵通訊：

12 March 2011

Mr. Kazu Tawa  
Executive Director  
Baseball Federation of Japan

Dear Tawa-san,

I hope that this email finds you and your family well.

The outbreak of the massive earthquake and tsunami in your country shocked the whole world. On behalf of the Hong Kong Baseball Association, I am sending our heartiest condolences to the Japanese people who lost their lives in this natural disaster or suffered from it.

People of baseball are a one-world-people. We regard our Japanese baseball friends as sisters and brothers in our baseball family. If there is any help you want us to offer, please do feel free to let us know.

With our best wishes,  
Regards,

Philip Li  
Chairman  
Hong Kong Baseball Association

12 March 2011

Chairman Philip Li,

Many thanks for the expression of sympathy from our beloved friends of Hong Kong. We are also saddened to learn devastating damages in the North East Japan and are being reminded that Japan is prone to earthquakes.

I will convey your kind words to my colleagues of Baseball Federation of Japan.

Best regards,

Kazu TAWA  
Executive Director  
Baseball Federation of Japan



A Tsunami damaged baseball stadium in Soma City, Fukushima, Japan

13 March 2011

Dear Friends,

On behalf of Baseball Federation of Japan, I would like to thank the National Federations, Professional Leagues and Clubs for the expression of sympathy for disaster victims, following the massive earthquake and devastating Tsunami that struck northeastern and eastern regions of Japan on March 11, 2011.

Although it is a sad time for all of us, the generosity and support received from our overseas baseball friends during this difficult period is greatly appreciated.

Sincerely,

Eiji Hatta  
President  
Baseball Federation of Japan

面對如此巨大的自然災難，日本人民表現冷靜有序，優良的國民質素呈現世人眼前。我們早已從日本棒球員對棒球的熱愛、刻苦訓練、服從紀律看到日本人優良的國民質素。我們經常以此教導年輕香港棒球員。

香港沒有地震，沒有海嘯，沒有核電廠，也沒有災難性的自然災害。香港人是幸運的。願大家同勉，尊重自己喜愛的棒球，為棒球運動多出一分力。

# 《亞洲保險鳳凰盃》香港國際女子棒球錦標賽 2011

## “Asia Insurance Phoenix Cup 2011” Hong Kong International Women’s Baseball Tournament

2011.1.21-24 Sai Tso Wan Baseball Field

The “Asia Insurance Phoenix Cup 2011” was successfully completed and our Hong Kong Allies Team won the first runner-up that is the best result of our Hong Kong Allies has ever achieved since the inception of the “Phoenix Cup” in 2008.

The women athletes enjoyed very much the baseball games they played in the past four days and the prize presentation dinner was held on 24th January 2011.

The “Phoenix Cup” has proven itself a sport meet for players here and elsewhere. It is also an occasion for athletes to exchange cultures. We do hope that the “Phoenix Cup” will turn out to be a mega event in Hong Kong to attract broadly diversified nationalities of athletes.

Tournament highlights:  
<http://phoenix2011.tripleycom.net>

### 球員感想 Players' message

林依韻 Yvonne  
Allies, Hong Kong

去年在網上看到聰 sir 與一眾年輕男子隊成員在台灣洲際盃與中華台北對壘，雖然香港隊實力比中華台北明顯有差距，但香港隊亦打了一場令觀眾讚嘆及難忘的比賽。當時我真的覺得很慚愧，女子隊比起男子隊有更多機會與世界強隊對賽，但就是沒有打出這樣的比賽。女子隊面對拉鋸戰，往往會兵敗如山倒，ERROR 一浪接一浪，全無抗爭性！當時我心想，我們真的要好好向男子隊學習，做到守備幫忙，該殺要殺到，打棒要做好選球，投球時做好控球 etc…。

2011 鳳凰盃我們打了六場比賽，一場比一場打得好！大家真的能夠做到放鬆集中，守備幫忙，投手做好控球以及加強進攻能力。今屆雖然每個球員都不是做到 100 分，但每個球員都盡力做到最好，堅持到最後，令我們在比賽中能夠逆轉！我覺得我們真的比以前進步了，是真真正正互相合作，互補不足地打棒球！

今屆很高興有機會參與其中三場比賽，有機會投完整場比賽，有機會守二壘，有機會打棒。雖然今屆球隊有很好的成績，但在個人而言，仍有不足之處！我希望盡快固定正確投球動作，不會因為累而動作走樣。加快球速和控球能力，以及要加強打棒及防守時的心態。

另外，在此要多謝教練們悉心的教導，要多謝李主席一直以來對鳳凰盃的支持，要多謝總會職員和義工們盡心盡力的協助，要多謝 iTeam 各隊員（你們堅毅不屈打好每一場比賽的精神也值得我們學習）。

最後，要多謝各位隊友互相包容、支持及鼓勵，沒有大家就沒有我們 2011 鳳凰盃的美好回憶！希望各位年輕球員、老球員、資歷深的球員、資歷淺的球員、入選的球員、未能入選的球員一齊訂下自己要改善的地方，繼續努力，一步一步向我們能在世界盃取得一勝的目標前進！

馮笑平 Emily  
Allies, Hong Kong

鳳凰盃前，收到上一期上壘，睇到 PENNY 世界盃篇文章，好有共鳴。點解我地年長的球員咁落力練波、勤力出席，因為我地唔加倍努力，好難跟得上大隊，好難爭一席位。當然每次參加訓練都希望入選，但踏入退休年齡的我，更希望年輕球員珍惜你地擁有的“野”，你地係女子棒球的將來，好希望你地可以薪火相傳！

講番今屆鳳凰盃的賽事，頭一日比賽，大家未係好入到局，之後幾日都打得很好很好！我覺得大家心理質素比以前進步咗好多，真係可以集中比賽到最後一刻，就算落後都唔會放棄、領先亦唔會鬆懈，真係覺得比賽未完，要力拼到底，堅持到最後一刻。另外，投手們都真係進步咗好多，可以投完整場賽事，技術、體力、心態上都有明顯進步，相信教練的指導同投手自己的努力都係缺一不可，或者比賽期間都有信心動搖過的時刻，但我地真係做到「野手幫忙」，一兩球穩健的守備，就能令投手定番落黎，棒球就係咁，每人出一分力，互相扶持，互補不足，才能發揮團結的小宇宙。呢個亦係令大家今屆打得咁開心的主要原因，每人都盡力做好本份，少說話多做事，做一隻醒目有貢獻的棋子。

賽前教練一席話，賽後隊友一句話，都叫我畢生難忘。

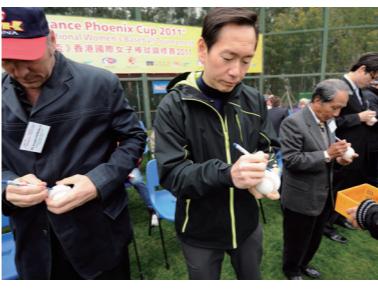
比賽前最後一次練波的晚上，教練話：「今年好似人腳唔同咁，但教練角度有關係，因為今年的你，唔等於上年的你！」呢句說話對我黎講真係好大的鼓勵作用，因為我就係其中一個唔同咁的人腳，我唔想做球隊的負擔，要為球隊出一分力。結果今年自己的表現一般，但心態上覺得自己改善咗，雖然未做到聰 SIR 講的放鬆集中，不過已經放鬆咗、投入咗好多，唔會再一路比賽一路驚自己會做得唔好，不足的地方仍有好多，我會繼續努力挑戰自己！

賽後隊友在 FACEBOOK 寫「能和妳們一起有多好，只有我們才知道！」無論發生乜野事，我仍相信這句說話…我地為比賽所付出的努力，我地一同的夢想和執著，都係好真切感受到，係無可置疑的！

「我們」一起繼續努力吧！

### 開幕禮剪影

攝影：香港運動攝影協會



# "Asia Insurance Phoenix Cup 2011" Hong Kong International Women's Baseball Tournament Prize Presentation Ceremony

2011.1.24 Metropark Hotel Kowloon

## Team Award

- + Champion Far East Bloomers, Japan
- + 1st Runner-up Allies, Hong Kong
- + 2nd Runner-up International Earth Stars
- + 4th Place Taipei Vanguard, Taiwan
- + 5th Place NineVics, Korea
- + 6th Place DDDBall, Korea
- + 7th Place iTeam, Hong Kong

## Individual Award

- + Best Coach Far East Bloomers, Japan : SUZUKI, Manabu
- + Best Pitcher Far East Bloomers, Japan : NIMI, Kazuho
- + Most Valuable Player iTeam, Hong Kong : VILLANUEVA, Reyzelyn
- DDDBall, Korea : NAM, Boyoung
- NineVics, Korea : SON, Yea Lim
- Taipei Vanguard, Taiwan : KUAN, Ling-Hui
- International Earth Stars : HEERES, Tessa
- Allies, Hong Kong : HUNG, Yik Shan
- Far East Bloomers, Japan : NAKAGOME, Namie
- NineVics, Korea : SON, Yea Lim

- + Most Hits



iTeam, Hong Kong



DDDBall, Korea



NineVics, Korea



Taipei Vanguard, Taiwan



International Earth Stars



Allies, Hong Kong



Champion, Far East Bloomers, Japan, prize presented by Mr. Philip Ho, Vice President of Asia Insurance (right); Defender Trophy donated by International Baseball Federation presented by Mr. Philip Li, Chairman of Hong Kong Baseball Association.



Players of Far East Bloomers



Dance performance by Taipei Vanguard



Wasabi game by Allies



Dance performance by DDDBall

攝影：梁錦洪



攝影：香港運動攝影協會  
Michael Leong

# 中銀香港第五十四屆體育節 - 香港 2011 中學棒球聯賽

## Bank of China (Hong Kong) 54th Festival of Sport – Hong Kong Secondary Schools Baseball League 2011

### 目標 Goal

積極發展及推動棒球運動予本地中學；  
Promote baseball to all secondary schools in Hong Kong;  
提升技術水平，弘揚團隊合作和體育精神，培養球員成為未來香港代表隊成員。  
Enhance player's skill, advocate team spirit and sportsmanship, equip them to be future HK Team players.

賽事於 2011 年 3 月 16 日開鑼，分別於石硤尾配水庫遊樂場及晒草灣遊樂場進行。有關賽程，詳見本會網頁 [www.hkbaseball.org](http://www.hkbaseball.org)。今屆參賽隊伍比去年幾乎倍增，甚具鼓舞。本會將更積極發展校際棒球活動，讓更多本地學生、老師、家長體驗及認識這項具特色的團體運動。

The first game day has been started on 16 March 2011; the games were held in Shek Kip Mei Service Reservoir Playground and Sai Tso Wan Recreation Ground respectively. Please visit our website [www.hkbaseball.org](http://www.hkbaseball.org) for the game schedule. It is a great encouragement that we have four more teams to join the league than last year. With an aim of providing opportunity for students, teachers and parents to experience our unique team sport; we will put more effort in developing schools baseball activities in the future.

### 參賽隊伍 Participating Teams

- |   |  |
|---|--|
| 1. 仁濟醫院王華湘中學<br>Yan Chai Hospital Wong Wha San Secondary School   | 6. 順德聯誼總會翁祐中學<br>Shun Tak Fraternal Association Yung Yau College |
| 2. 天水圍香島中學<br>Heung To Middle School (TSW)  | 7. 聖母院書院<br>Notre Dame College                                   |
| 3. 伊利沙伯中學舊生會湯國華中學<br>Queen Elizabeth School Old Students' Association<br>Tong Kwok Wah Secondary School | 8. 觀塘瑪利諾書院<br>Kwun Tong Maryknoll College                        |
| 4. 拔萃男書院<br>Diocesan Boys'School  | 9. 淹基書院（東九龍）<br>United Christian College (Kowloon East)          |
| 5. 基督教四方福音會深培中學<br>Semple Memorial Secondary School   |  |

In order to help the schools to facilitate for the varsity baseball league, we invited Mr. Rick Dell, MLB coach, to give us a two-day workshop with details as below:

Day 1 : 10 March 2011  
Time : 1pm to 4pm  
Location : Olympic House, Causeway Bay, Hong Kong  
Focus : A detailed explanation in the proper way of developing a high school level baseball program (mirrored to that of the US)

Items covered: Difference of Varsity and Junior Varsity Teams, Pitchers Development and Safety, Players Health and Science, Analysis, Tactics and Strategies, Proper Training Programs, tertiary education Opportunities, Definition of Student-Athlete and Criteria, etc.

Day 2 : 11 March 2011  
Time : 1pm to 4pm  
Location : Shek Kip Mei Reservoir Playground, Kowloon  
Focus : Provide the proper breakdown of the playing venue that is scheduled for the upcoming Secondary School Baseball League participating teams. Tips on what we can do to better run the program and how teams shall need to adhere to the CULTURE of baseball, especially in a time restraint to field allocation.



4月1日假晒草灣舉行的開幕禮大合照

# 亞洲棒球聯盟 2011 年 第一次執行委員會會議摘要

香港棒球總會副主席  
麥年豐

2011 年 2 月 23 日下午二時三十分抵達首爾機場，購了前往 Seoul Garden Hotel 的車票 (6015 路線)，一萬圓車資，下一班開 1453 (韓國時間，比香港快一小時)。相信三時五十分可抵第一站，即首爾花園酒店了。

是日中午，陽光普照，也有攝氏五、六度，並不算冷。

五時在二樓 Lily 廳開會，議程不少，到七時半才完結。

中國棒協申偉女士有公務在身，臨時不能出席，中華棒協陳太正會長也不能出席，由林宗成祕書長代表。

是次會議，討論事項摘要如下：

- 一、考慮尼泊爾和阿富汗申請加入亞棒；
- 二、審核 2010 的財務報告；
- 三、審議 2011 的賽事計劃和 2011 的財政預算；
- 四、審議和商討繳交會費的義務和會籍的關係；
- 五、審議和甄選新的會徽設計；
- 六「BFA 會長嘉許獎」。



第一項： 經討論後，議決有條件接受兩者的申請，待李祕書進一步觀察兩國是否有誠意推動棒球，於下次執委會才予以確認。

第二項： 通過 2010 的財務報告，上年度結算後的營運盈餘由年初的 21 萬 9 千美元降至 18 萬 2 千餘美元。

第三・一項： 經再三徵詢與會國意見後，原於菲律賓舉行的第 26 屆亞洲錦標賽因未能重新物色願意主辦的會員國，議決暫時延期，以便因應〈世界盃〉即將改制而訂定更適合的新賽期。

第三・二項： 經討論及爭取，香港將獲邀參加 8 月 28 日至 9 月 2 日在日本橫濱舉行的第 9 屆 BFA “AAA” (U18) 亞洲錦標賽。

第三・三項： 由於第 26 屆亞錦不會在本年度舉行，2011 的財政預算將會作出修訂並另行通傳各委員審核。

第四項： 由於去年支出遠遠超過收入，亦由於有 7 個會員國未依時繳交超過兩年的會費。一致同意發出催交會費信，三月底前仍未交會費者則不會發放出席周年大會的機票津貼。由於多個會員國亦未接 IBAF 的規定依時繳交會費，本年底召開的 IBAF 周年大會只有九個會員國／地區可以投票，包括中、日、韓、台、港、泰、印度、伊朗和蒙古。

第五項： 與會委員一致選出新的會徽設計，詳情再通傳全體執行委員確認。

第六項： 本年度起將設立 BFA 會長嘉許獎，歡迎各會員國／地區提名對亞洲及國際棒球有卓越貢獻的人士為候選人。

2011 年 2 月 28 日



# 2010 年亞洲少年棒球錦標賽賽後感

2010 BFA "A" Asian Baseball Championship in Kurashiki, Japan 2010. 12. 23-28

## 香港代表隊成員

領隊	: 楊杰玲
教練	: 林鎮基
訓練員	: 葉嘉亮
隨隊裁判	: 張瑞民
球員	: 區可盈 鄭鎧霆 朱沛衡 葉澤邦 葉恩曜 林澧謙 林韌敦 林浚騫 盧偉然 吳汶軒 鄧啟章 溫爵鑫 黃朗希 甄峻毅

## 吳汶軒

在這個聖誕節假期，我很高興能夠代表香港參加這次大賽。這次的大賽雖然有很多強隊，但是也令我的球技提升了。我學懂了很多東西，例如：投手的快投動作，外野手應如何觀察高飛球…等等。亦非常感謝翻譯和理事，因為他們協助我們很多事務。

這次的大賽令我見識到其他國家的實力，例如：日本堅固的防守；台灣強勁的打線。他們敏捷的身手，令我體會到他們平常是多麼的努力練習！

其中，最令我難忘的就是比賽前的一首國歌，真是感到非常光榮啊！希望以後還有機會代表香港出國比賽，除了增加自己的見識和經驗外，也希望能繼續為港爭光！

鄭鎧霆 Tommy



2010 年，是我最難忘的聖誕節。因我可以代表香港前往亞洲區——日本參與今次大型的棒球錦標賽。

我非常開心及獻出我的第一次。未嘗試到過那麼寒冷的地方和冰冷的食物及可以看到落雪的景象。

到了日本的第三天是香港隊的第一場比賽，天氣還算不太冷。面對巴基斯坦隊，他們的年齡比我們年輕了一點，但他們也打得不錯。最後，香港隊成功贏了第一場比賽。跟隨的第二、三場比賽。

要面對日本隊及韓國隊，天氣實在太冷了，手腳也硬了。真的很佩服他們，天氣這麼冷仍可使出超凡技術，也令我大開眼界。還有專程到場為香港隊打氣的日本少棒球員及家長們的歡呼聲。

結果也輸了給他們。最後的一場比賽，面對印尼隊，因我們有太多的失誤，只能取得 2 分，最後也輸了給他們。總括來說，今次的比賽十分高興，可以看到其他參賽國家的棒球技術、戰術、各隊打氣的氣氛。還有日本的美食及文化。最後，各球員也不願回港，希望回港後將技術提升，有機會再面對他們。

## Chu Pui Hang, Cori

After went to 2010 BFA "A" (under12) Championship in Kurashiki, Japan, I had learnt more about baseball. Although we had lost three games, we gained experience from other teams, like Japan and Korea etc. We also felt Japanese are very nice and polite to everyone.

I will never forget this competition and be hard-working to be a better baseball player.

## 林韌敦

難忘的第一次…

到日本倉敷參加《亞洲少年棒球 "A" 錦標賽》是我第一次代表香港出國比賽。這是我一直以來的心願。我打棒球已有六年，一直渴望建立代表香港出國比賽。經過嚴格的選拔和艱苦的訓練，我終於能達成願望。我是抱著輕鬆但認真的心情對待比賽，全因為教練領隊事前已告訴我們：“良好的心態是打棒球的一個重要元素。”

我們在日本的首兩天沒有甚麼特別，只是第二天去了雄偉的球場查看地形。第三天，我們三局分別取下了十二分，十六分和一分，以二十九比零打敗了巴基斯坦。可是我們連續在第三、四、五局分別以 0:23, 0:22 和 2:9 輸給了日本、韓國和印度尼西亞。敗於印度尼西亞的那場比賽我覺得有點遺憾，因為我們曾經一度領先對手兩分呢！

最令我驚訝的是其他隊伍的球員全都不怕嚴寒的天氣，他們穿得很少，與全身上下穿得活像一隻隻“粽子”的我們簡直有天淵之別！

這次比賽給了我很寶貴的經驗，既可以和各國對手交流球技，又欣賞了日本美麗的風光和品嘗了各款美食，真是美好難忘的“第一次”！



## 溫爵鑫

經過去日本的 8 日旅程，我覺得很開心，因為可以學到怎樣和其他不熟的隊員一起打比賽，而且今次是我第一次到日本打比賽，之前我去的都是台灣同韓國，而且媽媽也有去，但今次媽媽沒有去，因為如果家人要去的話就要自己付錢。其實今次到日本打比賽的過程裡我覺得自己打得不太好，因為我在打棒方面只是打了幾球彈地波。我記得有一次我們的對手是日本，被日本贏 23 比 0，之後我們到一個比較暖室內地方食飯，我不知為什麼會愈食愈冷，之後有家長發現我不停的發抖，就帶我到暖爐的旁邊，然後三個家長一起摩擦我的手手腳腳，幸好無事。其實我覺得有一場比賽輸得很不憤，那場的對手是印尼，我們本來可以贏的，可能我們輕敵，所以我們有很多球不應該有失誤，最後我 9 比 2 輸了。

在這次的旅程我很開心，因為在日本的時候，那裡的人很友善，我很感謝那裡的人，因為我們怎樣吵也好，他們也不會覺得我們好吵，不想我們住在他們的酒店，所以我很感謝他們。



## 葉澤邦

十二月二十二日 星期三 晴 ■

今天，翹首企盼的旅程終於拉開了序幕。我穿上印有香港字樣的運動裝，在媽媽的陪同下來到了香港國際機場，準備與教練和隊友們乘上開往日本大阪關西機場，去參加第六屆亞洲少年棒球錦標賽。儘管在機場辦理手續的時間比較長，但我們仍樂在其中，臉上都洋溢著愉快的笑容。

十二月二十三日 星期四 晴 ■

天剛一亮，吃過豐盛的早餐，我們在教練的帶領下，乘坐了十五分鐘左右的巴士，來到比賽場地考察。真是不看不知道，一看忘不掉。這裡的沙地跟香港的很不同，踩在上面軟軟的，非常舒服。高高的記分牌上，可以清楚地看到比賽分數，還可以看到比賽球員背後的編號。這個設施完善的球場，給我留下了深刻的印象。

十二月二十四日 星期五 晴 ■

今天是我們的第一場比賽，對手是巴基斯坦。在雙方比賽前的練習中，我發現他們的實力與我們相當，心情還比較緊張。

第一局由我們進攻，有幾個隊員分別打出了幾個安打，因此，我們輕易地奪取了幾分。頓時士氣大增，我的心情也輕鬆下來。

當第二局由他們進攻時，我隊的防守也表現出色，投手發揮不錯，頻頻令對手三振出局。於是我們順利地打到第三局。

最後，這場比賽我們以二十九比零取得了勝利。隊員們開心的在球場上歡呼、跳躍，大家嘰嘰喳喳地分享著勝利帶來的喜悅。教練雖然很嚴肅，但我相信，他的心一定也很開心。

十二月二十五日 星期六 小雪 ■

今天剛起床，就感覺到一陣陣寒意，天空飄著薄薄的雪花，這是我平生第一次看到雪花，但我卻沒為此而雀躍，因為今天我們面對的是一支勁旅——日本隊。

來到球場，帶著雪花的風呼呼地在我們耳邊咆哮，像有千萬支針猛刺著我們的身體，實在是太無情了，一眨眼功夫，我們個個來自南方的球員都被凍成了冰棍。

比賽開始了，無論我們怎麼認真、怎麼拼搏、怎麼頑強，最終都難逃慘敗的厄運。儘管如此，但我們也在同日本的比賽中學到了很多：他們不驕、冷靜、合作的精神真值得我學習。

十二月二十六日 星期日 陰天 ■

今天的天氣好轉了一些，我們在下榻的酒店吃過豐富的自助早餐後，便精神抖擻地來到比賽場地，這次比賽的對手是韓國隊。

韓國隊的實力也非常強，個個隊員在比賽時都很集中，相互配合得很好。在跟我們的交手中，彷彿是毫不費勁就把我們打敗了。說起來都感到慚愧，回港後，我一定要和隊員們認真練習，掌握好真正的本領，如有機會再與他們交手，定要找回揚眉吐氣的感覺。

回到宿舍後，隊友們又熱火朝天的議論開了，有人說日本隊厲害，也有人說韓國隊厲害，我想：無論哪隊最厲害，他們都是我們的學習榜樣。

十二月二十七日 星期一 陰天 ■

今天我們的對手是印尼隊，剛開始大家還鬥志高昂，防守和進攻都發揮得不錯，誰知當有一兩球失誤後，大家的士氣變得很差。印尼隊看準機會，頻頻打出好球，令我們措手不及，於是分數一邊倒，最後我們以二比九敗北。

又輸了！又輸了！大家的情緒跌到了谷底。幸好有領隊教練的鼓勵，我們才擺脫了這份不愉快的心情。

十二月二十八日 星期二 晴 ■

今天我們香港隊不用比賽，教練帶我們全體隊員去觀摩其他國家隊的比賽，以吸取經驗，瞭解別人的長處。

頂著寒風，坐在看臺上，大家都看得聚精會神。第一次近距離觀看中國隊的比賽，我有點激動，連喝彩聲也比平日高昂，因為我是中國人的緣故吧！我還發現中國隊的教練比我們香港隊的教練不知要凶多少倍，那張嚴肅的臉壓根就沒笑過，但球員們卻對他非常尊重，難道要這樣兇巴巴的才能造就人才嗎？看來我們早該接受這樣的挑戰啦！

幸好，中國隊可以保住季軍。當他們站在高高的頒獎臺上，揮舞雙臂時，我更是期盼著我們香港隊有一天也能站在臺上，揮動著有力的雙臂。

Au Ho Ying, Tiffany

This is the first time I go to Japan to play an international game in Asia; this is a very good experience. When we were playing the games, the weather was really cold; it made my hand and foot freeze. Although we could catch the ball, we could not feel anything dropping in our glove during the games. So, we made many error in the games. When we were going out, we wore all the things we could.

We lost the games which with Japan, Korea and Indonesia. But the coach said that we shouldn't lose the game with Indonesia because they are not really better than us.

In one of the games, I caught two balls at the right field and threw it to home. This is the first time I can do that, one of my teammates said "it is the first time in your history."

This is a very good chance for us to improve our experience and skill.

I think my batting, catching and throwing were improved very much. I was so glad to join this international game. After this, I will try my best to play no matter win or loss.

十二月二十九日 星期三 晴 ■

當從日本飛往香港的飛機徐徐降落在跑道上時，我迫不及待的打開手機，與等候在出口的父母通話，我有好多好多的趣聞想跟他們分享。

沒想到剛邁出大堂，就聽到一陣陣熱烈的鼓掌聲，我覺得有點像在拍戲，不好意思，另一方面，又有點自豪！

看到爸爸也來接我，我有點意外，因為他的工作很忙。

赴日本參加棒球比賽的感想

雖然在日本逗留了短短七天，但我難忘這裡的一切：住酒店、吃飯盒、雪中比賽、街頭漫步、購物.....

在這裡我感受到了異國他鄉的獨特風情，品嘗了當地的美味佳餚，認識了來自亞洲的球員朋友，領悟到了作為一個運動員的高尚品德，真是所獲頗豐。

另外，我非常感謝棒總給我的這次機會，更感謝在日本期間教導和照顧我們的領隊—杰玲姐姐、billy sir、葉 sir 和來日本觀戰的叔叔、姨姨們，借此一角，向您們道聲：【謝謝！】

# 第二十一屆世界少年棒球大會 少年棒球大使甄選

## 21st World Children's Baseball Fair 2011 in Kaohsiung, Taiwan

本會十分榮幸再度接獲國際棒球協會的邀請，免費（包括機票、膳食、住宿及當地交通）接待本會選派五名10至11歲熱愛棒球運動的少年棒球大使，於2011年7月27日至8月4日前赴台灣高雄市參加第二十一屆世界少年棒球大會。

本會已於2011年2月12日（星期六）下午假晒草灣棒球場舉行甄選。入選名單如下：

監護人 甄天龍  
 球員 馮林瀚 何卓盈 吳泓樂 鄧邵正 俞愷行



照片提供：麥年豐



# 2010/2011 年度全港青少年 棒球明日之星菁英培訓計劃

本計劃旨在：

積極發掘各社區有潛質青少年棒球運動員並提供系統性全面的培訓；

提升香港各社區青少年棒球運動員的技術和實戰技巧；

為各屬會旗下有潛質運動員提供技術強化的訓練；和

為香港各梯次棒球代表隊作系統性的延續規劃選材培訓。

46 名合資格或具潛質的適齡（13 至 18 歲）男性運動員經挑選產生並參加為期三個月（2011 年 1 月至 3 月）假晒草灣棒球場舉行的訓練計劃。



攝影：麥年豐

# 2010 年臺北國際城市青少年棒球 錦標賽賽後感

2010 Taipei International AA Baseball Invitational Tournament  
2010. 12. 23-28



攝影：Amy Pu

二十四支球隊，其中九支外隊包括五支日本隊、三支韓國隊及香港，分六小組進行初賽，每組首兩名將晉級複賽。

短短數日，除了三場正式比賽外，還安排了三場友誼賽；給了香港這支青少年球隊一個試煉的機會。

## 香港代表：

隊伍	香港仔棒球會
領隊	杜佩鏘（由香港棒球總會指派）
總教練	吳毓明
教練	楊貴軒
球員	朱俊樺 方紀文 洪延澤 林智聰 梁芷華 梁仲熙 吳翰熹 蔡天朗 黃偉傑 黃汝謙 甄子謙 葉鑫朗 梁皓汶 吳有朋

## 林智聰

這是我第一次參加市長盃，感覺特別興奮，在這次比賽中我們一共打了三場正式比賽，雖然沒有太大的貢獻，但這三場比賽我也有份幫忙。

在第一場比賽中我擔任中繼投手，在那一場我發揮得不太好，可能有點緊張，所以保送了多個擊球員，還給人打了多支安打，不過在打擊方面我卻有不錯的成績，打了一支安打，拿了一個 RBI。

第二場是我出得最少的一場，但又是我們香港隊的第一次在這個賽事中勝台灣隊，所以我們特別興奮，包括專程到台灣為我們打氣的家長們，我是在最後一局換出到右外野，當時因為下着大雨和刮大風，天氣十分冷，但我心想一定要支持着，不能有失誤，因為這是大家努力的成果，不能有失分，結果以四比零勝台灣長安。

第三場我們對三星，在這場比賽中我擔任後繼投手，這場我們處於挨打局面，與對手的實力有一段距離，雖然到第二局已輸了六分，但教練和我們都沒有放棄，到最後一局成功守零，我還在最後打了一支安打和拿了一個 RBI，為我在這次比賽劃上一個完美的句號，這是我們在台灣的最後一場的正式比賽。

最後在此感謝教練和領隊為我們作出的支持和幫忙，令我們的比賽得以順利進行。

## 方紀文

這次是我第二次參加市長盃，亦是我代表香港仔棒球會參加的。教練希望可以在小組晉級，但這次的同組對手是三支台灣球隊，目標可能有點難度。

今次比賽的時間安排可能有點急趕，在到達的第二天就要出席開幕及打兩場比賽，更沒有練習的機會要到達後立即適應。

第一場比賽對手是屏縣光春，可能大家都未能適應，在被拉開後，教練亦把一些後備球員場出場，準備晚上的一場比賽。第一場完結後，球員回到酒店休息，為下一場比賽準備，調整好狀態和心情，畢竟場地都是台灣的頂級球場「天母棒球場」，每一個人都想表現得最好。

在開幕禮完結後，大家做好熱身，為大戰準備。比賽開始前，球場介紹先發球員，分牌上亦有球員的名字。我隊在第二、三局把比分拉開為三比零，而且先發投手吳有朋表現穩定，以及後援投手梁仲熙亦有穩定的表現。另外打擊的表現亦突出，最終以四比零勝，拿下香港球隊在市長盃的第一勝。

在第三場比賽，對手是宜縣三星，實力有點差距，對手的打擊很厲害，最後以一比十三落敗，無緣進入複賽。

其後的三場友誼賽都主要是試陣，能與台灣和韓國的球隊比賽亦是好好的機會。

這次比賽後回港，在各方面也要加強，期望在下次比賽得到更好的成績！

## 吳翰熹

這一次是我第一次參加台灣的市長盃，我在這次的比賽中我覺得獲益良多，因為可以看到其他隊伍的隊員和自己的差別，無論在攻擊還是防守方面都要加強。

第一場比賽是要在 0800 到華江球場對屏縣光春，當天我覺自己的精神不夠和應該是死球的我也接不到，第二場比賽是在同一天的 1830 在天母球場對北市長安，這是我第一次使

用這個天母球場，在這個球場我覺得有點緊張，並且做得不好，最後我們勝出了這場比賽。但我當天是不夠專心的。

第三場比賽是在新莊棒球場打的，那一天都一整天在下着非常大的雨和非常凜，我那天是一名後備，在尾攻的時候教練換我出去代打已是兩出局了，但只是四壞球上壘，之後我的隊友打了一個地波去二壘，他們便投向二壘這樣做成了三出局，比賽便完結了。

總括來說，我這次市長盃的比賽是做得不夠好的，希望下次可以更加努力。

### 洪延澤

這次有機會代表香港仔棒球會參加 2010 年台北國際城市青少年棒球錦標賽，是非常難得的。若我們生於台灣，以我們的球技，那一定沒多大機會去參加這種規格的比賽。

第一天有兩場比賽，第一場，早上 8:00 對屏縣光春，由於我們要在 5:30 起床，所以我們都感覺有點累，同時因未適應場地，所以先落敗一場。之後回酒店稍事休息，便出發到天母棒球場，先練習一番，因為開幕禮後的開幕戰正是由我隊對北市長安。由於輸了第一場，所以我們都集中精神比賽，過程中隊友都發揮很好，守備更沒有失誤及連續擊出安打，終於勝回一場。

第二天對三星的一場，天氣同樣寒冷還下雨，我們在這情況下發揮不到應有水平，更被提前結束比賽。

之後有三場友誼賽，教練目的是讓我們的後備球員從比賽中增加默契，但我們都做得不好，達不到最終目的。而我在場上，守備和打擊的穩定度都不夠高，所以更要爭取在往後比賽中，累積經驗，去改善及提高自己在比賽時的心理質素及技術。

### 梁仲熙

好開心大家今次係市長盃拿下香港前所未有的第一勝，但係我地都仲有好多野可以加強同改進。

第一場比賽，可能太累，發揮得不太好。這場是對光春，對方的實力比我們高一點點，但個人認為是有機會取勝的。但對方靠我們的失誤上壘，然後靠扎實安打推進，再來一支外野高飛球來得分。同樣的攻擊方式出現了很多次，出現的原因也是在第一位打者輕易地靠我們的失誤來上壘。這反映了我們在防守交換後即時的集中力比較差，可以解決的方法是多點出聲提點，讓自己也可以快點投入。

第二場比賽，歷史性的一刻。這場的對手是北市長安，大家也知道這場是可以拼的。雖然因為有開幕禮打斷了我們的熱身，但我們也沒有鬆懈。開局非常好，很成功的把對方守零。可是，對我們攻擊可能被有一點點快的球壓制住，但大家很快便適應了。在第二局，我們先用一個漂亮的雙殺結束對方的攻擊，到我們攻擊時還靠一支長打攻下領先的第一分，把對方的節奏也打亂了。然後我們穩健的防守如大佛的飛撲一直把對方守零，再把握優勢又攻下兩分。第四局，二出局，二、三壘有人，先發 TOM 不小心保送了一位打者，造成兩出局滿壘的形勢。教練把我操作投手了。當時我是有點害怕的，因為之前在泰國 AA 時就是因為我的保送輸掉了球賽。我不想這再發生。可惜，對方卻擊出一支飄得很慢的三不管。我心中的火被吹了一吹。更可惜的是我們的游擊手奮勇地飛撲，沒收了一支安打。對方還是守零。隊友把我心中的火再次燃點起來，有隊友的幫忙是多麼的安全感啊～攻擊上，我們再靠 Gogo 和 Tom 的 back-to-back 二壘安打，令對方只投了兩球便失掉了第四分。六下，到我們防守了。三個出局後，勝利便會是我們的了。我很順利地三振了第一位打者。到第二位了，很不幸地被打了一支一壘安打。我的失投被對方上了二壘，但隊友幫助我又拿下了一出局。兩人出局，二壘有人，到了對方的頭棒。但我絲毫也不害怕，因為我很信賴身後和前面其餘的八位隊友，他們一定會幫我拿下這個救

援。滿球數了，拼吧！！「卡！」球被打得很高很高，TOM 也一直地追過去。「嘆！」小白球飛進了他的手套中。全場的香港人也跳了起來大叫。歷史性的第一勝 !!!!!! 大家也很開心，畢生難忘的一仗。

球賽雖然贏了，但我們也有地方改善。好像打擊不夠連貫，經常出現殘壘。而已改善的有大家的精神和集中程度，大家也很用心地做好每一球，所以今場我們是零失誤的，非常好。第三天，對手是三星。實力有一大段的距離，我們由頭到尾也在挨打。對方的後備投手把我們的攻擊完封了接近整場比賽。最後靠林智聰拿下一分。這場如果要賴就只可以賴天氣冷和下著雨，但其實是因為我適應場地的能力遠比對手差，所以被對手把握了優勢。

三場 Official game 已經打完了，我們還是出局了。但沒關係，因為大家也已經盡力了。之後的三場 Friendly game 也反映了我們 Little League 部隊的實力真的太不像話了，完全不像一支球隊。

就這樣，這次的市長盃完滿地結束了，希望後上的人能更進一步，打進複賽。

### 吳有朋

12月23日

十時多到了機場，等隊員們來齊了，就收護照和入台証（方便登記機位），把行李寄好後，領隊杜小姐同我一齊影集體照（個題目叫：2010 年臺北國際城市青少年棒球錦標賽香港代表隊 - 香港仔棒球會）之後和來送行的家長（大多都會去睇波）拍多數張，和家長們道別就入閘 lol (期間發生咗一場遺失護照的事件，是一位年長一些的球員。不過真好運很快被一位女士拾獲交回他手上。有驚無險！) 由於航班起飛延誤了二十分鐘，我們就去到中華航空的 VIP LOUNGE 食咗個早餐和等上機。到了台灣已經是下午二時多，我們立即被安排到劍潭出席教練、領隊會議和記者會。之後到今日的重點歡迎晚宴，和上年一樣，我都被叫做代表上台取這個紀念品和照相。晚宴完了，就回飯店。和教練開完會就各自回房休息。

12月24日

五點多就要起身了，一個多小時的車程後，八點多就開始第一場比賽對屏縣光春，比賽約長兩個鐘，十點多就完，以七比一被擊敗。我們的家長都來了睇波，和他們拍個照後，我們留下來看了三局多北市長安對宜縣三星，這兩隊都是同我們一組的。十一點多就回到飯店休息，準備晚一點的比賽。三時多再出發去天母球場。又經過四十多分鐘的車程。到了那兒，而比早上的溫度冷了很多再加上少的風雨。我們進入球場的室內打擊場熱身，五時多進行的開幕禮，我沒有出席，因為我是開幕戰的先發投手留在後備席熱身。六時半多球賽正式開始，我們的對手是北市長安。由專業的播報員（香港沒有）按打擊順序介紹球員及教練，總教練，領隊出場。我們是客隊，所以先攻。第一局雙方的守備都很好，無失分。第二局，我們比別人早一些入局，連續的安打，把我哋今場比賽的第一分攻回來。第三局，我們的安打一枝一枝的打出去加上別人的失誤這局攻下兩分。第五和六局，別人開始入局有兩次的兩出局滿壘都被我們守下來，第六局轉上後援投手梁仲熙，我就去咗左外野。最後我接了一個界外高飛球，比賽結束。結果我們已四比一勝出。我覺得我哋勝出的原因有幾個：第一，我哋的爭勝心比別人強，令我們忘記了天氣有幾凜，有幾大雨。第二打擊的連續性，可能今次是球會代表，教練對球員的全部球員都有一定的認識，方便作出調動。第三，真的很多謝特意來台觀賽的家長們，你們的叫聲有時仲大聲過在場比賽的球員，你哋令我哋 D 球員加倍努力表演比你們看。比賽完了後，在後備席收拾裝備的時間…突然有人問：誰是吳有朋？我看原來是在打洲際盃見過的這個記者，他問我有沒有打過洲際盃？我：有！他又問我在香港什麼開始打棒球？我：媽媽在暑假幫我報的，一打就愛上了。他：打了多少年？我：八年多了！他：多少歲？我：十六！之後就和隊員回飯店休息。

12月25日

今日賽三星，天氣比昨天還要冷，九度加大風加大雨加熱身不足，成了這場比賽的轉捩點…結果是被十三比一擊敗。

12月26日

我哋的正式比賽已經完成，進不了複賽，達成不了目標…不過，都做了數個第一次，原來是第一次有香港隊勝台灣的隊伍，第一次上報紙。下午去咗打擊練習場；之後去了買棒球用品。晚上去咗吃魯肉飯。就回飯店。

12月27日

早上友賽韓國首爾 A 隊，教練想訓練一些年輕的球員，所以以少棒的陣容來出擊。結果已不重要，重點是他們學到了多少。友賽後，回飯店休息。一點多就出發去天母睇決賽和出席閉幕禮。在看決賽的時候，突然有一個人走來我身旁，然後問我：你是有朋嗎？我：是！她：可以給我簽個名嗎？我：！？她把一張台灣的蘋果日報給我看。真的有我在上面喔！（題目：十六歲吳有朋 打過洲際盃）我想了好一會兒，才簽了名字。閉幕禮完了後，我們就找其他隊拍照。之後回飯店。

12月28日

早上和中午的友賽新泰國中和二重國中，主要訓練年輕的球員，所以出場的次數不多。晚上就去了西門町玩一玩。回到飯店，大家都忙著打包，因為明天回香港了。

12月29日

十一時多就出發去機場，五時多就到了香港機場

### 黃瑋傑

十分高興可跟隨 Dodgers 代表香港出賽市長盃，最開心是在第二場對臺灣“北市長安”能勝出，過程中各隊員都能發揮出水準，全隊抱著同一信念：就是“要贏”！結果如願以償，證明了要取勝也一樣是有機會做得到的！

而難忘是第二場勝出的心情興奮，情緒高漲，對比第三場失誤的傷感落寞，比賽贏與輸的起落跌蕩，隊友間的互相幫助，互相鼓勵，正表現團隊精神，多謝晒各位戰友！

最後要特別多謝教練給予我很多機會，讓我可踏上職業棒球場的投手丘，讓我在多場比賽過程中，吸取經驗，見識到臺灣隊的實力，他們在打擊/防守/跑壘/投球各方面優勝之處；亦了解到自己技術的不足，臨場表現不穩定，精神不集中，我定會努力學習和改進！！！

### 甄子謙

今年係我第二次參加呢個比賽，今年無論係隊員定教練又或者係領隊都唔同，上年係要甄選先可以有機會參加，所以上年係比較認真，不過今年既成績係比往年好。可能今次係隊一齊去，所以默契係好些。

我地打左三場正式既比賽再加三場友誼賽，第一場係打朝早，可能大家未訓醒，所以有較多既失誤。之後仲有一場比賽係夜晚，個場大家既發揮都好好，可能係因為個場既對手實力同我地差唔多，所以大家都想拼。第三場既對手係同組入面實力最好既一隊，佢地既棒次好連貫。

我今次學到連貫既重要性，我地贏個場都係靠我地棒既連貫，雖然教練講過好多次，但係我地之前都係做得唔好。希望過左呢個比賽之後，我地會做得好些。

### 葉鑫朗

這次是我第二次參加市長杯，旅程的體會十分深刻，看到日韓台球隊的棒球技術和文化比我們強如何的多。同時了解了我們要進步的迫切性。

以幾場比賽為例，首先第一場的對手與我們實力不是差很遠，是一場十分有機會爭勝的比賽。可是，在初局雙方拉鋸時明顯對方的把握力比我們好，幾次進攻都能把握好失誤或安打，而且我們防守幾次出現嚴重失誤，令我們的士氣大幅降低同時也成為了輸球的最大原因。

另外，第三場比賽，對手三星。他們實力顯然比我們強不少，我們大部份時間都處於被動。所以他們的技術我固然需要學習。但是比賽中令我最印象深刻的對手是教練罵的一幕。對方投手保送了二人而且因暴投令我隊進迫二、三壘。另外他又有點不服球譜判決。因此對踢了一腳投手丘。對方教練見狀立即把他換離場而且罵了他一大頓。由此，我見到外國球隊對球員的品格、情緒控制和服從性要求是如何的高。我因此覺得自己在這些方面可以有極大的進步空間，帶領我繼續進步。

在旅程的最後幾天，我們分別看了決賽和跟幾隊台灣球隊較量。在這幾天我除了體會了我們和外國球隊的差距還看到了一樣每個棒球員應有但幾乎所有香港球員都缺乏的態度。們每一隊的每一個球員無論是主力還是後備在球隊中都有一個角色而且是全力無私的為球隊服務。除此以外，有友誼賽過後，我看到一隊台灣球隊練球，但是他們的教練只理着一班主力球員，還有二十餘人剩下。那二十人沒有因此而休息，反而立即拿着棒或車軒自顧自練習。他們的自發性和對棒球的熱誠絕對是每一位香港球員須學習的。

### 黃汝謙

這一次是我第二次參加台北國際城市青少年錦標賽（俗稱市長杯），今次的比賽，對我來說十分難忘。因為今次的比賽是我們整隊 DODGERS 到台灣參加比賽，我們不但有十分多的時間作準備，而隊友跟隊友之間，甚至跟教練之間的默契，也比上次足夠，因此，我對今次的比賽十分期待。

在開幕禮完畢後，我們便正式進入備戰狀態，可惜，在第一場比賽中，由於到台灣後練習時間不足，令我們發揮不到水準，以八比一的比數落敗。幸好教練沒有責怪，還鼓勵我們在下場比賽時爭取更好表現。而我們球員亦把對長安的一場看成最重要的一戰。

對長安的一戰終於開始，我們根據教練的指示，在攻擊方面很有效果，近乎每一局也有得分，而防守方面，因為投手的穩定性，加上守備出色，沒發生一個失誤，終能取得勝利。不論場外的家長，還是球員，都高興得不得了。這一場勝利，我感覺到是我們整隊一起取得的，每一人也為這比賽盡了力。

到最後一場比賽，由於我們的技術跟對手有一段距離，而我們也因前一天的兩場比賽出現疲態，導致被對方壓倒性攻擊。雖然我們對此感到十分失望，但我們已盡了全力比賽，因此，我並不感到遺憾。

在比賽以外，我們在酒店裡也相處得十分融洽，而且笑話百出，充滿笑聲。而兩位教練在比賽過後，也跟我們玩在一塊兒。這一次雖然不是我在眾多次出外比賽中取得最佳成績的一次，但卻是最開心的一次。而在比賽過後，我更能知道自己的不足，以有所改善和進步，令我受益良多。

### 梁芷華

這次是我第二次出國比賽，在這次去臺灣打比賽時令我打開了眼界，因為在市長盃這個賽事有很多不同的隊伍參加，包括日本、臺灣等。他們全部對棒球這種運動都比我熟悉，所以技術水平也比我高很多。去了這次臺灣我學到了很多東西，我們在市長盃打了三場比賽，雖然我們只贏了一場，但是我懂得了怎樣跟隊友互相安慰和打氣，也學到要對自己有要求才能提升。出國打比賽是一個很難得的機會，回到香港後我會繼續努力練習，希望下次比賽會有更好的成績:D

領隊日誌：<http://www.hkbaseball.org/2010peAA/news.htm>

# 棒球勇將 金融界擊出全壘打

匯富李一強：  
失敗中汲經驗 很快會贏



攝於 2006 年第二屆世界盃女子棒球錦標賽台北天母棒球場

運動員退役後躋身金融界而又能成功者，少之又少，匯富金融機構銷售部大中華區執行董事李一強卻是異數。

這名 70 後中五學歷的屋邨仔，曾是港棒球隊隊長兼教練，到一天出賽時赫然發現手部已勞損到不能再投球，黯然結束全職運動員生涯。李經歷一無所有，嘗過同時兼 5 份工作賺錢及還債的生涯，但運動員的培訓讓他學懂堅毅不屈，透過持續進修及拼勁，跨過逆境，加入金融界短短 13 年，已幹出成績。

經濟日報記者 黃振豪

李一強平日穿上西裝在中環上班，職務是協助內地民企來港上市集資及銷售。很多人不知道，原來他曾是全職運動員，是香港棒球隊的靈魂人物。

荃灣福來邨長大的李一強，6 歲時一次偶然機會接觸棒球，之後便迷上。對李來說運動給他的不僅是投球技巧或獎牌榮譽，更重要的是成敗的磨練。

## 手勞損退役 5 份兼職度逆境

棒球在港屬冷門運動，李笑言起初打棒球時球隊年年包尾，但感激當年恩師，有「棒球之父」的李錦泉鼓勵，締造溫暖環境供這群小朋友玩樂，「我們輸也可以輸得很開心，我們學懂甚麼是分享。」這經歷讓他學習到團隊合作的重要性。

李一強的年代，輸波是平常事，「打棒球不是學習如何贏，而是學輸的經驗，對個人及團隊亦然，如果能管理好輸的情景，便代表很快便會贏。」李一強曾是隊長兼教練，需要懂得安撫球員面對挫敗，讓大家在失敗中成長。「今日出來做事，不是單單生意也能做成，但輸了一單生意，不代表輸掉關係，今天輸了，但贏到經驗，可能他日能贏回更大的生意。」

為過來人，他寄語年輕一輩運動員，要有運動員的修養，肯吃苦及尊師重道，「現時有些運動員，有幾千元便會拿去買飾物，也不願拿錢去增值進修！」李慨嘆。

## 打拼創業 賣的是才能 交際見客拒吸煙

李一強的工作，是專門替內地民企安排上市及融資服務，他靠捱靠拼搏出頭的背景，有助他與內地民企老闆顧客溝通，因為不少民企老闆也是打拼創業，大家易有共鳴。不過，運動員出身的他，在交際見客時仍有所堅持，拒絕吸煙，「如果因為我不吸你一根煙而不給我生意，這單生意不要也罷……你要的應該是我們的才能，不是食煙飲酒！」

## 專替內企安排上市融資

李一強退役後，在棒球界長輩介紹下加入金融事業，在證券行任助理文員，並不斷進修及學習，其後輾轉做了銷售員。及至 2003 年沙氏期間，加入匯富金融，見到市況不佳，便開始跑內地市場找顧客，其後專職負責開拓內地民企來港上市集資，以及上市後融資工作。

「我早上 8 時上班，下午 5 時收工，6 時已坐在深圳香格里拉酒店找客戶，晚上 11 時過關返港……」李一強說，他們屬首批北上做企業融資的華資證券行，當「开荒牛」需要拼勁去做。

## 辛苦是過程 失敗是體驗

「我自己做過運動員，不會吸煙飲酒，但當年跑內地市場好辛苦……又要出錢請人飲酒，自己又要飲到嘔，但生意又做不成！」李一強相信，辛苦只是一個過程，失敗是一種體驗。今天的他，已不會去想辛苦與否，只想快點把事務做好，因為尚有很多事情等著去幹。

但運動員出身的他還是堅拒吸煙應酬。李相信所任職的公司在內地客戶群中已建一定口碑，這反而是老闆看重的東西，他笑言若對方因自己不賞面吸煙而不悅，「這老闆未必是好老闆，這公司都未必是好公司，這單生意不要也罷。」

相片提供：香港棒球總會



攝於 2006 年第二屆世界盃女子棒球錦標賽  
香港代表隊授旗禮

# 棒總主席李永權 妙論管球隊

## 棒球哲學 「投手如 CEO 捕手如 CFO 把關」

棒球總會主席李永權亦是財金界人士，他妙論棒球與企業管治，在棒球場上也能體現企業管治的道理，對運動員將來就業也有裨益。

開設金融顧問公司「御風而行」的李永權形容，有別於其他體育項目，棒球運動比較講求策略運用，管理球隊如現代企業管理，棒球隊中投手及捕手，是決定球賽的關鍵人物，「投手投球看全盤大局，如公司的 CEO，而捕手如 CFO（財務總監），負責鎮守把關。」

棒球運動在港仍屬較小眾運動，正式參與各組別的球員約 1,200 人。李永權指相比足球及籃球等運動，能打棒球的場地少之又少，唯一一個正規的場地是晒草灣棒球場。受制於場地，發展該運動面對不少困難。

李永權說，社會上仍有意見認為當運動員無出息，他期望家長能改變這想法，指青少年能在場上學習到堅毅精神，「運動場上的努力及成就，將來可轉化到工作場上。」李形容，李一強便是一個典範。

## 場內練毅力 轉化場外拼事業

運動員生涯光陰短暫，退役後需要面對就業問題。相比於李一強的年代，社會對退役運動員的支援已相對多。

港府近年透過撥款支持中國香港體育協會暨奧林匹克委員會（簡稱港協暨奧委會）成立的「香港運動員就業及教育計劃」，為運動員提供就業支援，而主管這項目的是前香港滑浪風帆好手黃德森。另外，體育學院也為屬下的精英運動員提供類似計劃。

轉載自：經濟日報



左起：李一強、棒總會長李錦泉、棒總主席李永權。

# 亞運會棒球賽觀後感

## ——一個棒球愛好者的心聲

梁友文

對一個棒壘球運動的愛好者來說，能獲得機會觀賞了2010年廣州亞運會幾乎所有的棒壘球比賽，我感到萬分高興和無比幸福。在此我由衷地感謝美國大聯盟中國區總經理謝龍先生，廣州體院梁洪教授，還有至友贈送的寶貴入場券，讓我有機會盡情欣賞了這一精彩的比賽。

與往常一樣，我也是抱著極其焦盼，甚至還希望出現中國“奇跡”般奪冠的心情來觀賽的。因為我的父親梁扶初，他是畢生熱愛棒壘球運動，並為此而奉獻了一生的先驅者。他在1949年為了提倡普及寫了《棒壘球指南》一書，他在此書的自序中就寫到“把棒壘球的旗幟插遍全國”，並誓言“趕上世界先進水準”。屈指數來漫長的六十年已過，而父親的宏願至今未能實現。所以，我這份焦盼是沒有人能理解的，每當觀眾們激動得熱烈鼓掌高呼或歎息時，我反而會觸景生情地熱淚盈眶起來，有時還會偷偷地抹去眼角上的老淚，這就是我比其他觀眾多千百份期盼的來由。當然，“奇跡”最終也沒有出現，這確實令我感到失落。但想到我國已有能力與先進的隊伍相對抗，僅差最後的衝刺，就能讓真正的奇跡實現而已。故深望健兒們好好總結，以利再戰，您們的全力拼搏精神已感動了很多很多觀眾，值得一慰。

在觀賽時，不少觀眾問起。“我國怎樣才能趕上美日等國的水準？”我想他們和我國最大差異是他們都已有了廣大的群眾基礎，能夠人才輩出，後繼有人，故能始終維持在高水準上並不斷提高。我記得數年前在上海舉行的職棒開幕式上，待助慶的小學生一走，看臺上就剩下聊聊天無幾的觀眾，表明沒有群眾支持。在美國，小小的社區都有數個棒壘球場，免費供小孩們玩棒球，家長們都熟悉和瞭解棒球，都能臨時充當教練，極為普及。可能在普及上我們不能與他們相比，但沒有群眾基礎的項目始終都很難達到完美的。所以，我們一定要在這方面努力才好。

回憶起1948年熊貓隊戰績輝煌的年代，我父親認為，要發展和普及我國棒壘球事業，絕不能“一枝獨秀”。於是從戰略眼光高瞻遠矚地把每個隊員下放到各間中小學去擔任義務教練。一年半後，我們先後舉辦了熊貓杯和龍虎杯，結果竟然有四十九支隊參加比賽，裁判、記分、劃場地，剪草等都是義務，群策群力，還辦了壘球導報，內容有戰情報報，比賽日程，指出技術上的優缺點，戰略戰術的探討，還有好事等等，做到人手一份，把孩子們組織起來，辦得有聲有色。再說父親著書後，自己還積極展開工作，到處去講學和指導，先後到過西南軍區、海軍體工棒球隊及上海市棒球隊等地擔任指導。三哥友德，組建了梁扶初發展棒壘球基金小組，並以此名義先後舉辦了九屆面向北京的“奮進杯”和22屆面向全國的“奮發杯”等比賽，而本人則數十年如一日地沒有離開過球場，一直在基層從事義務的開荒牛的工作，但畢竟還是個人或一些人的局部作用和成就而已。經驗告訴我們，只有政府支持，一個號召一聲令下，才能動員廣大群眾，譬如從小學開始訓練等等，十年八年後成效就大有可觀。棒壘球的形勢也定將改變，也許早就趕越世界先進水準了，一切文藝、體育都是要從普及中提高，然後幫助普及再提高，這是必由之路。在目前大環境之下，我希望領導多關心普及方面外，然後做到普及和提高並舉，努力耕耘，必有成果。

在這次廣州亞運會棒球賽中，每當欣賞到各國選手精彩漂亮的演出時，我總會牽想起一頁頁往年美好的回憶，使我喚起一直深埋心中的想法，即我們首先要破除迷信，樹立我們有能力趕越世界先進水準的信念和信心。現從前人走過來的棒球歷程中，找到一些有力的啟示和依據。

- (一) 我父親在日本橫濱市組織了以醒獅為隊徽的中華棒球隊，於1922及1930年先後兩度榮獲冠軍，一個國人組織的民間球隊竟能在舉國盛行棒球的日本本土從七十多個隊中擊敗所有日隊脫穎而出榮獲冠軍，大家激動得當夜在唐人街徹夜狂歡揚眉吐氣地慶祝勝利。
- (二) 1947年和1948年，父親在上海所指導的熊貓隊擊敗所有京、滬外國隊（美國海、陸、空、後勤、憲兵隊等，以及西青、萄商、日僑、武士隊等等）榮獲多次美軍俱樂部舉辦的美國杯、國家杯及兩次最高水準的小世界盃，橫掃一切外來隊。
- (三) 美軍不服，在南京的美軍挑選強手組成明星隊，兩度向我們挑戰，並且開著軍用飛機專程接送熊貓隊到南京，結果，熊貓隊漂亮地在眾多國產球迷前擊敗他們。
- (四) 臺灣是我國棒球運動最普及和盛行的省份，水準也極高，但在1947年秋，臺灣石炭隊遠征上海，結果最後一戰，熊貓隊以1:0擊敗石炭隊，報上報導熊貓隊演出出色。
- (五) 1951年初，上海熊貓隊南征香港等地，在香港，極其漂亮地擊敗了當年最強大的國際杯冠軍隊巴基斯坦隊。外文報載無懈可擊地擊敗巴隊。

以上所述只是部份整個隊的成績，而當觀眾對各國個人出色的演出驚歎不止，並給與熱烈的鼓掌時，我也聯想到以防守著稱一時的熊貓隊之個人演出也曾令所有觀眾驚歎不止。現再略舉一二，與眾分享，並對照一下。

- (一) 1948年熊貓隊與鯊魚隊爭奪“小世界盃”之戰中，對方觸擊失敗，球平飛越過接手頭上而成為界外球時，我壘手預計在先，早已飛奔沖前越過接手，在擋網前單手貼地把球接住。這一精彩的演出，觀眾驚呼鼓掌不已。
- (二) 還有游擊手梁友聲那膾炙人口的“三重殺”。1948年夏，在上海同興球場上，熊貓隊與混合明星隊（全是洋人）進行了一場表演賽，對方攻勢凌厲非常，當無人出局滿壘時，對方擊出一迅猛的直線球到游擊手頭上，眼明手快的游擊手梁友聲一躍，單手接住，順手把離壘的走者觸殺後，立即轉身急傳三壘手，三壘上的回壘不及被投救出局，這一精彩絕倫數秒鐘一氣呵成的重殺瓦解了對方猛烈的攻勢，熊貓隊也因此反敗為勝。

廣州亞運會的棒球賽中各國選手技術精湛，乾脆倒落的精彩的雙重殺的確令觀眾驚歎不已。而三重殺，即使在美國大聯盟賽中也極少出現過，而熊貓隊這絕無僅有的三重殺，發生在六十多前，相信當年的所有觀眾都永不會忘記這精彩絕倫的演出的。

我之所以描述這些片斷，主要想昭示和說明，中國是有能力趕上世界先進水準的。二十多年前，我在美國現場看了二十多場職棒大賽並記錄分析後，我曾寫了一篇題為“我們有能力趕上世界先進水準”一文，寄回祖國，看了這次廣州亞運會的棒球比賽，今天我更堅信了此信念。事實證明，在上兩屆有十六個國家棒球隊參加的經典賽中，韓國就兩次擊敗過所謂“棒球王國”的美、日隊，中華民族是偉大的民族，是有能力創造出任何奇跡的，總有一天，我國的棒壘球旗幟，一定會插上世界的頂峰上的。

回想一個小小的民間組織熊貓隊，當時隊員絕大多數是在學學生，他們能在我國棒壘球運動的歷程中留下光輝的一頁，不為名，不為什麼，只憑一顆為國爭光之心而已。現在他們大多數都已辭世，留下已無幾，我十分懷念他們已去的或留下的。當然我更懷念我親愛的父親和三哥梁友德，他倆都為一個崇高的目標奮鬥了一生，父親曾對我們熊貓隊員戲言說“閻羅王拉我去，即使一條腿已被拉入陰間，但我一定抽回來，因為我願未了……”可見父親對理想無比執著和他的廣東特色。父親是在午夜，我握著他的手安靜地睡逝的，畢竟時間到了，等不及了，我瞭解父親一定是抱憾而去的，而三哥在臨終握著我手，叮囑我要我好好幫助剛開始發展棒球運動的家鄉——廣東中山（日本記者拍，刊登在香港棒總雜誌的封面上）他也是等不及，宏願未成，就抱憾離別人間，離別美麗的球場，而我呢？能等得及嗎？

如前所述，我萬分懷念已故的老戰友們，特別對親愛的爸爸和大哥三哥們更是懷念情深，所以在年初，我們東升鎮與美方大聯盟（MLB）簽訂初步協議書後，美方代表很高興地

走過來擁抱我時說，“今天我們美國方面才開始從事開發中國的棒球事業的市場，其實你的父輩們數十年前早就從事了……”聞之憶及已逝的親人們，既感動也心傷，只因在外賓前，忍住，沒有讓眼角的老淚落下，但深心處真想放聲一哭，以抒發我心中無限懷念和期待之情！

2007年，出於家鄉情愫和三哥臨終前的囑咐，我從遙遠的美國來到中山市東升鎮，以普通一兵之身開始從事“開荒牛”的工作，幫助開展棒球的普及工作，兩三年來，在領導的支持下群策群力，我們中山的棒球事業有了很大進步，在短期內已從零到有能力與別隊相對抗。從一支球隊發展成數隊，並開始有了亮點，在多方媒體幫助下受到各方面的注意。我們除參加各級的全國賽和省賽外，還先後出戰香港珠江杯和到日本集訓等等。從一個農村培訓出來的球隊能夠達到現今水準是很不容易的。近年來，更得到廣東省隊賴國鈞教練和美國大聯盟（MLB）謝龍先生等大力幫助，把東升鎮視為發展棒球的第二基地，並辦了培訓班等，讓我們看到家鄉棒球事業的希望，在觀賽時一直聯想到中山棒球事業的前景，思潮起伏，心中無比激動。希望我們大家珍惜已共創出來的好形勢，繼續努力，乘勝擴大戰果，把中山創建成“棒球之鄉”。這夢雖很遙遠，但只要有一顆心，美夢定能成真，理想也定能實現。

廣州亞運會已落幕，我國棒球雖未能獲冠，但已擠入世界棒球之林，為國爭光，我由衷地向我棒球隊健兒們致以最真摯的敬意。

同樣，父親在1949年所著《棒壘球指南》一書的自序中寫下的“把我國棒壘球旗幟插遍中國”和誓言插遍全世界的宏願，六七十年來至今雖未能實現而引以為憾。但我堅信我國棒壘球攀登上世界頂峰的光榮一刻定必到來。到時，正如《我與熊貓》一書最後一段所表達，將以號角吹奏出最宏亮、最輝煌的勝利樂章。



右二：梁友文先生

# 2009年觀摩全國少棒錦標賽感言

梁友義  
前《八一》棒球隊總教練  
2010年4月22日 寫於上海

## 《一》前言

2009年七月下旬至八月上旬，我得到上海熊貓體育俱樂部閔行四中、閔行中學少棒隊及“上海聯隊”少棒隊盛情邀請，有機會隨隊到江蘇無錫觀摩了2009年全國AA和AAA兩個級別的全國少棒錦標賽。

這次聯賽，據說有些組建不久的，甚至組建還不到一年的“新生隊”和一些“老生隊”，同場比試。雖球員年齡接近，但球齡卻有長短。於是出現實力懸殊，成一面倒局面。那麼，除了球齡長短先後因素外，主要差距在那裡？據我看來，在於球場的基本功，特別是作為防守主要角色的投、接手，以及作為進攻的主要手段——擊棒，這些方面的基本功尤為突出，差距較大。

因此，引發我想談談投、接手和擊棒這方面基本功的一些看法和想法，和少棒（壘）隊的朋友們共同探討、交流、學習和提高。其中擊棒基本功，曾向閔行四中小隊員們作了一次簡略的宣講。

## 《二》賽場所見基本功差距表現及其後果

在賽場上，“新生隊”投、接手基本功薄弱表現在控球能力及防盜壘能力上。例如：“新生隊”的投手，送出“四壞球”，安全上一壘多，其中還出現暴投，造成接手漏接；也曾出現過投手犯規，被罰對方跑壘員安全進壘；如此第一道防線即被撕開，又動搖了本隊軍心，造成其後大量失分後果。我翻閱有關比賽記錄，可以說明問題：如有一場比賽，在四局比賽中，“新生隊”竟多達十二人次送對方“四壞球”安全上一壘。至於接手，漏接球多（包括投手暴投漏接）；其次防盜壘傳球截殺盜壘跑壘員，因傳球多成大拋物線高吊球且不到位而成功率極低，又傳殺動作慢半拍一拍，都表明基本功不對頭。例如有一場四局球賽記錄說明：上海聯隊（有少體校水平的“老生隊”）從對方“新生隊”中取得投球中身四人次，“四壞球”送壘七人次，兩者共送壘十一人次；而接手漏接六人次，對方盜壘成功七人次，兩者合計也送了十三人次進壘。後果很明顯，“新生隊”以大比分落敗。

其次，揮擊棒基本功，因出現高個投手，以上投法投球，投球進入好球區時，是略從腰高度斜線進入膝部低好球，不少“新生隊”（也包括部份“老生隊”）員不適應，或傾身向前平揮，或俯身向下平掃，結果多被投殺（三擊不中）出局。例如球賽記錄可為佐證；上海閔行中學對天津北辰隊一場球賽，後者據說有少體校水平的“老生隊”，共賽五局，上海閔行隊共有七人次被投殺出局（三擊不中），在總共十五人次出局數中，將近佔一半，再加上共送出“四壞球”送對方上一壘六人次，平均每局有一人次強，於是終以大比數敗北。



## 《三》我對基本功問題的看法和設想

### 甲：關於投手和接手

1. 有若干對（組）堅強的投接手，是新組建棒（壘）球隊的首要任務，是重中之重，也是最難培養的職位，這已成為業內的共識。
2. 選才合適，可收事半功倍之效。投手應具備身體素質好，肩臂力強，且腰腿力量好，身高有一定優勢。投球動作協調為首選。而接手身體素質堅強魁梧（投球目標大），記憶力好，能吃苦為首選。作為接手專項要求，須具有強肩臂力，能有力直傳球二壘位以截殺從一壘盜入二壘的跑壘員。
3. 訓練目標明確，即技術動作要領，符合實戰需要：
  - a. 投手著重提高“好球率”。即進入好球範圍的任何部位的好球。要求達到總投球數的50%上下，目的是提高控球力，關鍵時刻能投出“好球”，消除“四壞球”（戰術上要求除外）或降至最低限度的出現可能性。我自己當接手訓練孩子投球時，邊接球邊計數，經過一段時間是可以從10-20%逐步提高到50%上下的。
  - b. 不硬性強求投手改變其原有自然而協調的投球模式，而以發展其自身優勢為目標。至於接手，因專項截殺盜壘員要求，則以上投法傳球為好。
  - c. 不論投接手，都要注意保護其肩臂，防止因疲勞過度而受傷。即訓練中絕不盲目追求數量，即所謂科學地可持續地發展其準確性及控球力。一個肩臂受傷的投接手是無準完成比賽任務的。
  - d. 一般投接手捉對訓練以增加彼此了解默契，而教練從旁指點，這無疑是對的，但我的體會是教練不妨抽點時間直接參與擔任接手。這有二點好處，一是發現和了解投手投球的特點，如自然曲線或上飄球，二是無形中提高

投手訓練的積極性和認真態度，提高了訓練效率，這同時也有利於選材。

- e. 當投手“好球率”達到既定目標，作為第二步，可適當提高球速。
- f. 投手上述目標（以直線投球為主）基本完成後，作為第三步試行掌握一種變化球。（因變化球易傷臂，故青少年有禁上使用之例）
- g. 第四步，向投接手介紹並樹立賽場戰術意識。
- h. 面對各種不同的擊球員，應如何分析並找出其弱點，擊棒習慣和愛好，有針對性地“投其所好”或“投其所悉”，達到令擊球員無準擊好棒的目的。
- i. 但投手不能因此滿腦子想投殺對手，應樹立引對手起棒，但又擊不好棒，這才是上佳的投手意識，據此，應有相信自己隊友的防守能力而不怕對方擊球入場的信心。
- j. 接手，作為投手的“搭檔伙伴”，熟記對方每個擊球員的弱點及習慣，提供投手參考什麼樣的球？其次，接手應有全力接好投球的意識，因為賽場上如壘上有跑壘員，每漏接一球，即意味著送對方進一個壘甚至兩個壘。為此，學會用護具及身體捕接左右一跳球或暴投球的基本功。
- k. 接手專項訓練——阻截對方跑壘員盜二壘或三壘的基本功。實際上是一個連貫的接傳球動作，但卻包含三個基本功，做到穩、快、準三個字，即接球穩，出手傳球快，和傳球到位準，而三者都是要求快目的。
- l. 有盜壘局面時，接手每接一投球前，應採取半蹲姿勢，以利於接球同時拉臂墊步出手傳球。（如接手肩臂力夠強，則可以全蹲位站起伸踏一步傳步，但這樣接手難尋）。
- m. 傳球要求盡可能低弧線以直線低球傳二壘位，如肩臂力不足，也不吊高球，因耗時而成無效傳球。所以，在此情況寧可直傳低一跳球也不吊高球。
- n. 傳直線平直低球要準確到位，盜二壘時，傳球準確位置是靠近一壘方向的二壘包一邊上空，約一尺高的位置。（盜三壘時則為靠近二壘方向的三壘包一邊上空約一尺）因為這個位置最有利於守場員接球後觸殺盜壘跑壘員。很快就完成觸殺動作。這即是“觸殺部位”。（封殺場合，傳球至守場員胸前，即“封殺部位”）。

### 乙：關於擊棒基本功

1. 過去，我們學習並掌握揮擊技術，都沿用並習慣於平揮棒擊球。這首先是因為設想投球進入“好球範圍”是基本上與地面平行。因此揮棒反向正面對投球撞擊投球，將其擊入場內。所以有揮擊棒球求“短、平、快”之說。因為這符合有效揮擊棒的要求，無疑是合理，可取的。

2. 那麼，什麼是有效揮擊的要求呢？為了說明的簡單明了，不妨以平面幾何點、線、面的概念加以說明。（其實更確切地說應以立體幾何的概念說明為妥，因為棒（壘）球和球棒都是有體積有重量的實體）。假設投球運動軌跡為A線，揮棒運動軌跡為B線，那麼要完成揮棒擊球，則需要A線與B線及向正對相碰撞，才能完成擊球。假如A、B兩軌跡線反向正對非常準確吻合的話，那麼兩軌跡可以相碰點就不只是一點，而是有若干點的重疊的線段，這樣，有效擊球率的機率就更大。

3. 但是，正如前面第二節“賽場所見，基本功差距表現及其後果”中提及的擊棒持平的例子，對那種由高個子投手，以上投法居高臨下，投球略從腰高部位斜線進入“好球範圍”的膝部低好球，平揮棒擊球就不再適合了。為什麼？因為如此一來，要把投球擊中，則必須看準球棒擊中投球的一點，即A、B兩軌跡相交的一點C，這中球的一點，不但只有一點，而且要A、B兩軌跡運動時間上，非常準確，否則不論那一條軌跡超前或滯後，都會造成揮空棒。這就是為什麼平揮棒對居高臨下的低好球，往往擊球失敗的緣故。
4. 那麼，對這種居高臨下，斜線切入的低好球，該如何應對呢？還是要做到上面第2點所提及的要求，即A、B兩運動的軌跡正面反向相碰撞，而且兩軌跡十分吻合，重疊有若干點的線段，這樣，有效中棒率就高。因此，擊球員保持原站立姿勢，轉腰準備揮擊同時，球棒棒頭部份（中球部位），即向下至膝部位，對準投球軌跡，反向正對對棒、挺（錘）擊或抽擊該投球。如果不是這樣，任何以平揮棒或下砍棒來擊球，有效中棒率就低，往往事與願違，擊出不理想擊球或甚至揮空棒。很多棒（壘）球員擊球實踐，都可證明這點。

## 結束語

觀摩過比賽，我這“感言”想說的就是棒（壘）球技術基本功的重要性和如何盡快縮短新老隊伍間技術基本功的差距。

其實棒（壘）球賽決定雙方勝負諸多因素是什麼？就是綜合實力，即技術基本功+戰術+戰鬥精神。但其中卻以技術基本功具有先決保證屬性。因為任何戰術都要以扎實的技術基本功才能實現和完成，而技術基本功不堪一擊，錯漏百出的隊伍，也無法提高高昂揚鬥志。

要提高技術基本功，離不開一個“練”字。就要花時間，花功夫去練，但怎去練？練什麼？都是大有講究的，這也是我和廣大青少年球友們共同關注的問題。

“感言”如果能在這方面多少對青少年球友們有所幫助的話，那我的目的也就達到了。

我國青少年棒（壘）隊伍是我國棒、壘球事業的後備軍，是接班人，今天在我國有關領導部門扶持下，全國隊伍不斷增加，他們勇於參與和老隊強隊比試，不怕失敗輸球，從中學習提高自己（這不失為一種鍛煉隊伍的有效方法），這種精神值得提倡，令我感到欽佩和寬慰。日間我在球場邊甚至晚飯後在宿舍外路邊球場邊看到有同學們在練習傳接球的，有練習揮空棒的（但不要忘了揮擊好球範圍的上、中、下三路的低下好球動作）說明同學們自覺練習的積極性很高。我從這些場面看到我國棒壘球事業發展的光明前景，確實令人鼓舞！

# Bank of China Hong Kong Sports Stars Awards 2010 Presentation Ceremony cum Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC) Spring Dinner 2011

21 February 2011  
Grand Hall, Hong Kong Convention and Exhibition Centre



The Hong Kong Baseball Team of the 9th Asian Baseball Cup in Pakistan was nominated for the Hong Kong Sports Stars Award for Team Only Sport (香港最佳運動隊伍) :

## Officials 職員 :

團 長 麥年豐 MAK Nin Fung  
領 隊 胡雪岡 WU Suet Kong  
主教練 范家和 FANG Ka Wor  
教 練 區學良 AU Hok Leung



## Players 運動員 :

歐志豪 AU COLINA Gabriel Chiho  
趙嗣淦 CHIU Chi Kam Kenneth  
趙殷諾 CHIU Yan Nok Enroy  
蔡漢榮 CHOI Hon Wing  
葉鑑濤 IP Kam Tao Colin  
劉裕康 LAU Yu Hong  
梁皓男 LEUNG Ho Nam  
梁偉恒 LEUNG Wai Hang  
梁宇聰 LEUNG Yu Chung  
鈕澄楠 NAU Ching Nam  
吳毓明 NG Yuk Ming  
曾健忠 TSANG Kin Chung  
胡進陽 WU Chun Yeung  
胡樂祈 WU Lok Ki Rocky  
胡子鋒 WU Tsz Fung  
胡子彤 WU Tsz Tung  
翁浚暉 YUNG Tsun Wai  
楊貫軒 YEUNG Kun Hin

# 國際棒球協會動態 International Baseball Federation Latest News Highlights

Government of Canada Supports the 2012  
World Cup of Women's Baseball

*Press Release by Canadian Heritage*

**E**DMONTON, March 14, 2011 - Baseball Canada will be able to count on the support of the Government of Canada to host the 2012 World Cup of Women's Baseball. This was announced today by the Honourable Laurie Hawn, Parliamentary Secretary to the Minister of National Defence and Member of Parliament (Edmonton Centre), on behalf of the Honourable Gary Lunn, Minister of State (Sport).

The World Cup of Women's Baseball is held every two years and attracts 144 athletes from 8 countries. The upcoming edition of the event will take place in August 2012 in Edmonton, Alberta.

"On behalf of the Government of Canada I wish to congratulate and wish all the best to the Edmonton International Baseball Foundation and Baseball Canada in hosting the 2012 World Cup of Women's Baseball," said Minister of State Lunn. "Canada will once again welcome teams from all over the world to Edmonton, and we look forward to watching our team compete with the world's best. The Government of Canada is proud to be a key supporter of this event."

"Edmonton has an excellent reputation for hosting major international sporting events," said Mr. Hawn. "The reputation is well deserved, and I'm confident that Edmonton's hosting of this World Cup will show, yet again, that Canada can be counted on to deliver a successful event with maximum exposure and participation."

"Baseball Canada appreciates the Government of Canada's support through Sport Canada for the 2012 World Cup of Women's Baseball in Edmonton," said Ray Carter, President of Baseball Canada. "They helped us host the very first World Cup of Women's Baseball back in 2004, and we really appreciate the government's support as we continue our efforts to grow this sport on the international stage."

The organizing committee leading the 2012 World Cup of Women's Baseball is the Edmonton International Baseball Foundation (EIBF). This will be the second time that Edmonton hosts this event, as it previously hosted the inaugural World Cup in 2004.

The Government of Canada is the single largest contributor to sport in Canada and supports participation and excellence from the playground to the podium. A contribution of \$100,000 was provided to Baseball Canada for the 2012 World Cup of Women's Baseball through Sport Canada's Hosting Program.



Major League Baseball, National Association  
extend Agreement

*Press Release by Major League Baseball*

Wednesday, March 09, 2011

**M**ajor League Baseball and the National Association of Professional Baseball Leagues (NAPBL) have reached an agreement on a new six-year Professional Baseball Agreement (PBA), extending through the 2020 season, it was announced today.

The NAPBL leagues unanimously approved the agreement in January, followed by the unanimous approval of Major League Baseball owners.

"Major League Baseball is very happy to continue its partnership with Minor League Baseball," said Baseball Commissioner Allan H. (Bud) Selig. "Nearly 115 million fans attended Major League and Minor League games last season, and the security of this agreement will allow us to build on the prosperity that our game has achieved."

"Minor League Baseball is extremely proud of its relationship with Major League Baseball," said Pat O'Conner, President of Minor League Baseball. "The extension of the Professional Baseball Agreement ensures the future of professional baseball through the end of the decade. I would like to thank Commissioner Selig for his leadership and support in ushering this agreement to fruition. The Major League owners have shown great confidence in our relationship by agreeing to this extension, and the cooperation, hard work and diligence of Jimmie Lee Solomon in spearheading the efforts of the Office of the Commissioner exemplifies the trust of our relationship."

The agreement guarantees that Major League teams will field at least 160 National Association teams through the life of the extension by means of Player Development Contracts (PDC) and/or ownership of National Association teams.

The extension continues many aspects of the previous contact, which was reached in 2005 and extended through 2014. Both parties will remain committed to ongoing efforts to improve player development, fan experience and the business stability of Minor League Baseball.



# 日本棒球動態

三好正記

## 日本東北關東大震災對棒球界之影響

相信讀者們都透過媒體接觸過 3 月 11 日在日本東北及關東地區發生大地震的新聞。死亡及下落不明的人數至截稿已超過 13,400 人，筆者在此謹向不幸遇難的當地居民致以深切的哀悼，並向受到影響的日本國民致以由衷的慰問。這場大地震對日本各界影響深遠，棒球界也不例外。

### 春季甲子園

選拔高等學校野球大會（通稱「春季甲子園」）每年春天在甲子園球場舉辦，然而至截稿為止也不能確定賽事是否如期在 3 月 23 日舉行。代表東北地區的東北高中由於未能派代表參加抽籤會而被安排在第一回合最後一天作賽，被抽中跟東北高中比賽的大垣日大高中阪口領隊表示，本來想在抽籤會場跟對方領隊握手，但如今會跟學生說全力作賽才是對友隊的禮貌。東北高中五十嵐領隊則表示隊員及其家屬無恙，如果大會如期舉行會參加賽事。然而球隊宿舍雖然在 14 日晚上恢復電力供應，但由於食水供應仍未恢復，只能在上午 9 點和下午 3 點供應兩餐，洗澡跟洗衣就沒辦法了。練習也暫停了，球員們在附近的避難所當義工，協助供水工作。

Japan says "Never Give up!"

Japan Amateur  
Baseball Association (日本野球連盟)  
Osaka, March 18, 2011

Japan High School Baseball Federation decided today to hold the 83rd National Invitational Tournament at Hanshin Koshien Stadium for 12 days from March 23.

Tohoku High School in Miyagi Prefecture, the baseball powerhouse among the 32 contenders, has appeared in 39 summer and spring Koshien tournaments, has produced dozens of professional ballplayers, including Nippon-Ham Fighters right-hander Yu Darvish, former Seattle Mariners closer Kazuhiro Sasaki and Milwaukee Brewers hurler Takashi Saito.

### 日職開幕問題

日職當中受影響最大的肯定是以仙台為根據地的東北樂天鷹隊，由於主場受到損毀並在短期間內重開的機會不大，現在正探討改在關西舉辦部分賽事的可行性。3 月 17 日日職專員加藤良三宣布樂天所屬的太平洋聯盟把開幕日延至 4 月 12 日，另一方面中央聯盟則如期在 3 月 25 日開幕。而球員工會方面早前表示目前災區情況尚未穩定，況且日本東部實施地區輪替停電的情況下不適宜舉辦消耗大量電力的比賽。兩者之間是否能夠達成共識看來還須觀察事態發展。

後記：受到來自球員工會、輿論及政府的壓力下，中央聯盟理事會在 3 月 24 日宣布於 4 月 12 日跟太平洋聯盟同期開幕，4 月內不舉行夜間比賽以配合節省能源政策。

After the M9.0 quake, most of the players spent two days in an evacuation site, only getting two meals a day--at 9 a.m. and 3 p.m., and practice sessions were cancelled.

Instead of taking turns in the batting cage or getting in a little fielding practice, they were volunteering at nearby water supply station.

In announcing the decision, the Federation's President Takayasu OKUSHIMA commented that serious plays by high school students will hopefully serve as a ray of light not only to the disaster areas but also to the whole nation.



# 裁判休息室



由本期開始，裁判學院會在每期上壘與各位分享關於裁判工作的情況，並希望透過上壘與各位棒球愛好者討論各種棒球規則，希望香港的棒球發燒友可以對規則有更深的認識，在比賽上能夠有更好的表現。

如果讀者對任何棒球規則，或者在比賽中所遇到的狀況有不清楚，可以電郵到 ask.umpire@gmail.com 紛我們，我們會盡量回覆，並挑選一些精選的問題在上壘與大家分享。其實，作為裁判我們非常歡迎和大家研究一些棒球規則。棒球比賽中發生的狀況千變萬化，很多情況是我們從來都未遇到過的，如果可以收到大家提供有趣的問題，相信對我們裁判工作會有莫大幫助！

### 裁判手記

為什麼要當棒球裁判？這個問題相信很多人都會懷疑！究竟是喜歡在球場上判人生死，享受那種“權威”？或者反正

	運動員	裁判
指導	運動員生涯絕大部分時間有教練從旁指導	裁判導師不容易安排（更不用說誰有資格去指導了！）
練習	保守估計練習時間與正式比賽時間的比例為 3：1。慚愧的說，裁判的比例可能是相反的 1：10	主要問題是，正式比賽時的狀況才能真正練習裁判的反應，非比賽時的練習主要為糾正站位、姿勢和 timing 等，模擬狀況的練習局限性太大。
體能	運動員年青力壯，但每半局都可以稍事休息	對不起，裁判們雖然大部分都“年華老去”或“老態臃腫”，卻每個半局都要求保持最高狀態，尤其是比賽緊張時最後一、兩局，體力下降，而往往最關鍵的判決就在這時候發生。
犯錯	運動員犯錯時，大部分時候都會得到隊友甚至教練的鼓勵，運動員也會希望能夠“將功補過”，而事實上比賽中亦有很多機會可以補償過失！	而在半局轉場時，裁判亦須記錄投手練習的球數，或者處理球員替補的事項！
	我們認為裁判最高的境界為：	裁判犯錯？對不起，不會有人同情（包括裁判導師）！不要說鼓勵了，被球隊原諒也不大可能呢！
	比賽結束，沒有人想起裁判是誰	將功補過？對不起，有這樣的事嗎？不用多說了，你懂的……
	裁判在比賽結束後，拖著疲憊的身軀，不斷回顧自己比賽中的不足。自己的誤判是否令運動員努力的成果付諸流水？自己已經跑不動的身軀是否令同僚走位無所適從，影響判決的可靠性？自己是否因為只顧觀賞比賽而忘記做必須的手號？	對不起，就算以上問題的答案均為“是”，裁判也須於下一場比賽再到球場，重新再勇敢地面對所有問題！
		這樣孤獨的工作，你願意拿出勇氣承擔嗎？



## 球場點滴

在剛剛結束的 2011 凱旋杯女子棒球邀請賽，如果有到球場看球的話，相信一定會見到一位美國籍的女裁判，她的名字叫 Perry Barber。已經是第二年來參加凱旋杯裁判工作的 Perry 有 30 年以上執法經驗，平均每年執法的場數約為 100-150 場，當她將她的經歷告訴我們時，確實我們都嚇了一跳！想想自己多年執法的場數都可能不夠 Perry 三年的多，實在是汗顏呢。

Perry 每年大部分時間會留在美國佛羅里達州或者穿州過省，擔任各個級別的棒球裁判工作，其中更包括大聯盟的春訓比賽。她讓我們看的照片都是她和一些鼎鼎大名的大聯盟球星在她執法的比賽中的合照！我們一方面羨慕她有這樣的機會，另一方面卻不禁對她的堅持更添一分敬意，要知道在美國大聯盟這個男性主導的圈子，一個女裁判要三振一些年薪千萬美元的球星出局，這種壓力、信心和勇氣實在是很值得我們學習的！

Perry 憑着自己當裁判的經驗，努力推動女裁判在棒球界的地位，她曾經歷史性帶領其他三位女裁判擔任一場大聯盟的春訓比賽裁判。雖然可能女裁判在短暫的將來未必能夠站上大聯盟的舞台，但 Perry 卻不斷努力嘗試打破這個性別障礙，她深信女裁判打進大聯盟只是時間的問題，現今有些新建的球場已經設有女裁判更衣室，這也是 Perry 多年努力的成果！

這是她的個人博客：  
<http://perrybarber.typepad.com>



## 規則淺談 — 內野高飛球

### 條件：

0/1 出局，一、二壘有跑者或  
0/1 出局，滿壘

### 狀況：

打者擊出內野上空高飛球，野手以正常守備可以接殺。

### 判決：

裁判宣告內野高飛球，無論該球接到與否，打者即時出局，壘上跑者可以負險進壘。

### 重點：

1. 擊出球必須為界內球，如最後球未被接捕而成為界外球，則判為界外球，打者繼續打擊
2. 觸擊球不適用
3. 不限於內野手，亦不限於內野紅土區域
4. 宣告內野高飛球後為比賽繼續局面
5. 該規則是為了保護攻方，以免被守方故意漏接而造成輕易雙殺。

各位讀者可以想一想：為什麼只有一壘（或一、三壘）有跑者時內野高飛球條例不適用？

## 球例信箱 — [ask.umpire@gmail.com](mailto:ask.umpire@gmail.com)

熱切期待你們的問題和意見！現在先等我們拋磚引玉，問題是：

一出局，一壘跑者盜壘，打者揮棒落空後踏上本壘板妨礙捕手傳球二壘，主審宣告妨礙守備，球傳到二壘時跑者安全，罰則應該是什麼？又，如球傳到二壘成功觸殺跑者，罰則又應該是什麼？

答案會在下期揭曉，不過我們希望讀者可以自己翻翻棒球規則！  
[http://mlb.mlb.com/mlb/downloads/y2010/official\\_rules/2010\\_OfficialBaseballRules.pdf](http://mlb.mlb.com/mlb/downloads/y2010/official_rules/2010_OfficialBaseballRules.pdf)

# 棒球知多少

## 雅 篤

（歡迎讀者來信出題，請附上正確答案及資料來源以供編輯部核對）

Q1 以下國際足球明星中曾在兒時打棒球並擔任捕手的是：

- a. 祖漢告魯夫（荷蘭） b. 比利（巴西）  
c. 馬勒當拿（阿根廷） d. 柏天尼（法國）

Q2 被譽為「職棒先生」的前日職球員是：

- a. 長嶋茂雄 b. 王貞治  
c. 清原和博 d. 桑田真澄

Q3 日職史上生涯最多勝投的是：

- a. 金田正一 b. 山田久志  
c. 工藤公康 d. 松坂大輔

Q4 以下日職球隊中成立最晚的是：

- a. 巨人隊 b. 西武隊  
c. 阪神隊 d. 中日隊

Q5 日本全國高等學校野球選手權大會因為每年暑假期間在阪神甲子園球場舉辦，一般稱之為「夏季甲子園」，可第一屆比賽（當時稱為全國中等學校優勝野球大會）舉辦地方並不是阪神甲子園球場，而是：

- a. 豊中球場 b. 鳴尾球場  
c. 大阪球場 d. 西宮球場

答案刊於第 43 頁

# 悼念名譽顧問賴汝榮先生



本會名譽顧問賴汝榮先生於 2011 年 1 月逝世，享年九十一歲，  
安葬於沙田寶福山。  
本會對賴先生的辭世深感哀痛。

自 1993 年本會成立之初，賴先生已出任本會名譽顧問，歷年來大力支持本會的發展。  
對賴先生的濃情厚義，本會同人永不忘懷。

賴先生退休前長期任港協暨奧委會義務秘書長。



## 【 何文田棒球會 】

### 2010 年諸羅山盃國際軟式少年棒球邀請賽 2010. 12. 23~29 台灣 嘉義

#### 團隊名單：

團長：	伍志明
領隊：	李志強 胡偉業
教練：	簡青揚 陳泰彥
隊員：	洪泓澤 葉書韻 胡梓朗 李亦朗 敖倬軒 李晞鍾 余浩驍 馬梓洋 劉展橋 陳邵禧 葉瀚能 伍恩政 劉皓霖

#### 12 月 23 日 第一天

這是我們第一次到台灣參加比賽，各隊員的心情都十分興奮。各隊員及隨行家長在下午到達台灣高雄，然後乘坐由主辦單位安排的旅遊巴士到嘉義市，入住皇爵大飯店。



#### 12 月 24 日 第二天

這天我們打了兩場友誼賽，第一場對嘉義市崇文國小，第二場對嘉義市博愛國小。



**12月25日 第三天**

這天的節目十分豐富。

首先我們參加了踩街遊行活動。我們由嘉義市中央噴水池出發，終點是市立體育場。遊行的隊伍十分龐大，除了參加諸羅山盃的棒球隊外，還有嘉義市國際管樂節的各隊樂隊。遊行路線兩旁都有大批市民夾道歡呼，令我們有變成大明星的感覺。

在到達體育場後，我們在這裏午餐及與其他台灣的棒球隊交流。午餐後我們到嘉義市立棒球場參加開幕禮及在場館外舉行的嘉年華棒球活動。這次諸羅山盃有來自台灣、香港、日本及新加坡等 120 隊棒球隊參賽，有超過一千人參加開幕禮，場面十分壯觀。



晚上我們參加了選手之夜晚會，提供了一個我們與其他隊伍交流的機會。我們是晚會上其中一隊表演隊伍，表演了一段「忘情森巴舞」。

**12月26日 第四天**

這天正式開始諸羅山盃各場預賽。預賽中 120 隊分 40 組，3 隊 1 組，每組取 1 隊晉級淘汰決賽。按抽籤結果我們被編入第 10 組，在嘉義市立棒球場比賽，即在第 3 天舉行開幕禮的地點。

嘉義市立棒球場是一個設備完善、很專業的棒球場。各隊員能在這球場比賽都十分興奮。

我們第 1 場的對手是台南縣大社國小。結果我們不敵南縣大社，賽果是 0：7。

**12月27日 第五天**

這天我們在嘉義市立棒球場進行第 2 場預賽，對手是嘉義縣竹崎國小，這場我們輸了 1：6。我們完成了所有諸羅山盃的預賽。



## 12月28日 第六天

這天我們打了兩場友誼賽，第1場對嘉義市僑平國小，第2場對嘉義縣秀林國小。



## 12月29日 第七天

這天我們離開嘉義返回香港，結束是次台灣的旅程。

### 總 結

這次我們到台灣打了2場諸羅山盃預賽及4場友誼賽。這次旅程不但為球員提供了很多與外隊交流的機會，也增加了球員彼此間的感情。在大賽氣氛的感染下，可看到各球員在球賽中的表現都較過往主動及積極。相信這個旅程必定能為各球員帶來寶貴的經驗及美好的回憶。



**本**會是由一群熱愛棒球運動的人士組成，會員來自不同階層、有男有女、有老有少，希望能夠透過組會立章，加強聯繫，為會員提供一個有固定練習場地及時間的機會。本會成立至今時間雖短，但各會員其實早已互相認識，大家相約練習球技已有多年。當中不乏一些有十多年球齡的人士，但當然亦有從未手執過棒球的新丁，但大家也相處得十分融洽。為了能夠更有效地維持大家的聯繫，以及取得充足的場地和進行較多元化的活動，組織球會實在勢在必行。經過大家的同意，「黃大仙(棒球)體育會」最後終於誕生了。

本球會為政府認可註冊球會，也是香港棒球總會承認的棒球球會，球會主要有一隊男子棒球隊及一隊女子棒球隊現正希望拓展球會的規模，如閣下對棒球活動有興趣歡迎聯絡我們。

練習時間：逢星期日上午 10:00 - 13:00

練習地點：石硤尾配水庫遊樂場、何文田東配水庫遊樂場（現正積極申請一個固定的場地）

參加資格：16 歲或以上，對棒球運動有興趣者，男女不拘

費用：年費 \$600

有興趣可瀏覽以下網頁 <http://members.lycos.co.uk/wtsbaseball/html/> 或  
聯絡我們 [wtsbaseball@yahoo.com.hk](mailto:wtsbaseball@yahoo.com.hk)

# 【香港仔棒球會】

**宗旨：推動棒球運動，提倡德、智、體、群、美之精神。**

## 【最近動態】

於剛過去之聖誕節，本會派出兩支隊伍，分別參加於台北市舉行之【2010 臺北國際城市青少棒錦標賽】及於台灣嘉義市舉行之【第十三屆諸羅山盃少年棒球邀請賽】，另外少年組也應沙田棒球會邀請參加【2010 沙田少年棒球錦標賽】。各球隊及球員得到成績及表現，都較教練團預期為理想。

而各球員均能藉著參與海外及本地棒球賽事，見

識到不同地方的棒球文化和汲取寶貴的棒球比賽經驗；在棒球以外，當中也學會個人處事獨立及發揮團隊之互助、互愛和互諒精神，使球員有效地在成長道路加添一份健康的色彩。

本會希望透過不同地方及不同類型的比賽，令球員逐漸成長，無論在棒球及其他方面，均能面對不同類型的新挑戰。希望可以幫助日後香港棒球發展及為各球員往後人生發放光輝。



### 青少年組隊伍

教練	：吳毓明	楊貫軒	洪延澤	林智聰	梁芷華
球員名單	：朱俊權	方紀文	梁仲熙	黃瑋傑	甄子謙
	吳翰熹	聶天朗	葉鑫朗	吳有朋	
	梁皓汶	黃汝謙			

### 少年組隊伍

教練	：吳熙明	李易昇	黃耀曇	廖駿傑	郭靖	葉君熙
球員名單	：方子熙	楊天朗	聶天澄	張天朗	吳焯楠	梁崇仁
	郭禹	黃俊傑				



## 【招收新會員】

本會現正招收新會員。

年齡：5 — 12 歲。

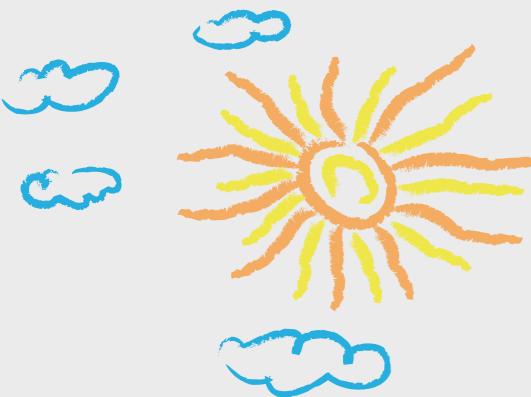
查詢電話：8101 8877 (香港仔棒球會 - 吳先生)

## 【動態預告：暑期棒球訓練班】

為鼓勵更多同學參與及認識棒球運動，本會將於 7 月及 8 月份舉辦暑期棒球訓練班，藉以提昇同學對棒球之認識，使同學能充分掌握自己個人潛能，並得以發揮。有關詳情及報名辦法，密切留意日後本會網址 [www.aberdeen-baseball-club.org.hk](http://www.aberdeen-baseball-club.org.hk) 公佈。



# 深水埗社區體育會（第三屆）棒球邀請賽



**會長的話**

**深水埗棒球會會長**

各位好，客氣說話不用多說了！活動能夠成功舉辦，帶小朋友跳進球場，要非常多謝各球會及所寄養組義工家長協助，還有要多謝所寄參加比賽的小朋友，五天有誠實玩得開心嗎？能繼續嗎？比客目的除了希望你們能當上及培小球員外，還請小朋友帶着媽媽爸爸來球場，一起參與、一起歡呼。最後，退開心告訴你們六天計分表要正式開始喇。

我在此宣布比賽正式開始！



深水埗社區體育會（第三屆）棒球邀請賽以筆墨留住美好時刻，本是最好不過的。但在我呢，每年遇上這個比賽，都可以憶起一下昔日情懷、當兒子還是年幼時，蹦蹦跳跳的這個時候，排成蛇一般隊形，鬼臉常掛。看見每年參賽的小孩：就像印機般；把一張張的舊照複了一次。希望這比賽“青山常在”；每年來比賽的小朋友，都能帶走這比賽的意義，開開心心打好棒球的小根基，讓爸爸媽媽為你們澆水施肥吧，種在吧美的土壤上！

深水埗棒球會~Aunt Grace



## 我們的屬會 Our Affiliated Clubs

會徽 Logo	屬會名稱 Name of Affiliated Club	網址 Website	電郵 E-mail
	香港仔棒球會 Aberdeen Baseball Club	<a href="http://www.aberdeen-baseball-club.org.hk">www.aberdeen-baseball-club.org.hk</a>	aberdeen_baseball@yahoo.com.hk
	長沙灣棒球會 Cheung Sha Wan Baseball Club	<a href="http://www.sspbaseballclub.org">www.sspbaseballclub.org</a>	info@sspbaseballclub.org
	鑽石山棒球會 Diamond Hill Baseball Club	<a href="https://sites.google.com/site/dhbclub">https://sites.google.com/site/dhbclub</a>	dhbc.info@gmail.com
	蜻蜓棒球會 Dragonflies Baseball Club	<a href="http://www.dragonflies.hk">www.dragonflies.hk</a>	info@dragonflies.hk
	菁英女子棒球會 Elite Women's Baseball Club		elite_wbc@yahoo.com.hk
	凱格歷斯棒球會 Hercules Baseball Club	<a href="http://hercules.bchk.sinahappy.com/home.html">http://hercules.bchk.sinahappy.com/home.html</a>	hercules.bchk@yahoo.com.hk
	英雄棒球會 Heroes Baseball Club	<a href="http://www.heroesbc.com">www.heroesbc.com</a>	admin@heroesbc.com
	何文田棒球會 Ho Man Tin Baseball Club	<a href="http://www.hmtbc.bravehost.com/">www.hmtbc.bravehost.com/</a>	hmtbaseball_club@hotmail.com
	香港島棒球會 Hong Kong Island Baseball Club	<a href="http://www.kwuntonglbc.com">www.kwuntonglbc.com</a>	wclobilly@gmail.com
	香港道教聯合會純陽小學 Hong Kong Taoist Association Shun Yeung Primary School	<a href="http://www.syps.edu.hk/indexa.html">www.syps.edu.hk/indexa.html</a>	syps@syps.edu.hk
	葵青棒球會 Kwai Tsing Baseball Club	<a href="http://www.ktbc.hk">www.ktbc.hk</a>	jacchui@yahoo.com.hk
	觀塘瑪利諾書院 Devil-Z 棒球隊 Devil-Z Baseball Team, Kwun Tong Maryknoll College	<a href="http://www.ktmc.edu.hk/">www.ktmc.edu.hk/</a>	ktmc@ktmc.edu.hk
	觀塘(青少年)棒球會 Kwun Tong (Youth League) Baseball Club	<a href="http://www.kwuntonglbc.com">www.kwuntonglbc.com</a>	tsedavis@netvigator.com
	Philippine Sluggers (Baseball Women, Philippine Team Hong Kong)		cecilelleran@yahoo.com

## 我們的屬會 Our Affiliated Clubs

會徽 Logo	屬會名稱 Name of Affiliated Club	網址 Website	電郵 E-mail
	西貢棒球會 Sai Kung Baseball Club	<a href="http://saikungbaseball.com">http://saikungbaseball.com</a>	info@saikungbaseball.com
	深水埗棒球會 Sham Shui Po Baseball Club	<a href="http://www.sspbaseballclub.org">www.sspbaseballclub.org</a>	info@sspbaseballclub.org
	沙田體育會棒球會 Shatin Sports Association Baseball Club	<a href="http://sbcbaseballclub.wordpress.com/">http://sbcbaseballclub.wordpress.com/</a> <a href="http://www.facebook.com/baseballclub.shatin">http://www.facebook.com/baseballclub.shatin</a>	kanbikki@yahoo.com.hk stsald@yahoo.com.hk
	Sluggers Sports Association	<a href="http://www.sluggers.com.hk">www.sluggers.com.hk</a>	info@sluggers.com.hk
	The Buffalos Baseball Team		kmin1760@hotmail.com
	荃灣棒球會 Tsuen Wan Baseball Club		twbaseballclub@yahoo.com
	黃大仙(棒球)體育會 Wong Tai Sin (Baseball) Sports Association	<a href="http://members.lycos.co.uk/wtsbaseball/html/">http://members.lycos.co.uk/wtsbaseball/html/</a>	wtsbaseball@yahoo.com.hk
	西九龍棒球會 West Kowloon Baseball Club	<a href="http://www.ninewesthk.com">www.ninewesthk.com</a>	info@ninewesthk.com

棒球知多少答案：  
1.a 2.a 3.a 4.b 5.a

# HKBA ANNUAL EVENTS CALENDAR 2011/2012

日期	活動	地點	主辦單位
2011. 1 ~ 2011. 3	2010/2011年度全港青少年棒球明日之星菁英培訓計劃	晒草灣	HKBA
2011. 1 ~ 2011. 3	2010/2011年男女棒球精英延續強化培訓計劃	晒草灣	HKBA
2011. 3 ~ 2011. 4	中銀香港第五十四屆體育節 - 香港2011棒球分齡精英賽	晒草灣	SF&OC / HKBA
2011. 3 ~ 2011. 4	中銀香港第五十四屆體育節 - 香港2011中學棒球聯賽	石硤尾/晒草灣	SF&OC / HKBA
2011. 3	2010/2011年度棒球三級裁判訓練班	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2011. 3 ~ 2011. 4	2010/2011年度全港棒球公開賽(新秀組)	康文署轄下場地	HKBA
2011. 4 ~ 2011. 6	2011/2012年度棒球推廣計劃(初班第一期)	康文署轄下場地	HKBA
2011. 4 ~ 2011. 7	2011/2012年棒球精英延續強化培訓計劃(第一期)	晒草灣	HKBA
2011. 4 ~ 2011. 8	備戰第九屆BFA亞洲"AAA"青年棒球錦標賽	晒草灣/獅子山	HKBA
2011. 4 ~ 2011. 8	2011/2012年度女子棒球精英培訓暨海外交流計劃	晒草灣	HKBA
2011. 4 ~ 2011. 9	2011/2012年度全港分齡棒球精英培訓計劃(第一期)	晒草灣	HKBA
2011. 4 ~ 2012. 3	社區體育會計劃	按個別申請而定	HKBA轄下各屬會
2011. 4 ~ 2012. 3	學校推廣計劃	按個別申請而定	全港中、小學
2011. 5	2011 HKBA PONY League	LCSD Venue	HKBA
2011. 5. 20	2010/2011年度香港棒球總會周年頒獎典禮	奧運大樓	HKBA
2011. 5. 22	Qualifying Game for the 2011 PONY Baseball Asia Pacific Zone Championship	Sai Tso Wan	HKBA
2011. 6 (暫定)	2011/2012年度全港棒球公開賽(男子乙組)開鑼	康文署轄下場地	LCSD / HKBA
2011. 6 (暫定)	2011/2012年度全港棒球公開賽(丙組)開鑼	康文署轄下場地	HKBA
2011. 7	2011中國青少年棒球聯賽總決賽	待定	國家體育總局
2011. 7. 8 ~ 2011. 7. 17	IBAF 12U Baseball World Championship	Taipei, Taiwan	IBAF
2011. 7. 14	體育教師暑期學校2011	待定	LCSD / HKBA
2011. 7. 17 ~ 2011. 7. 22	2011 PONY Baseball Asia Pacific Zone (Bronco) Championship	Korea	PONY
2011. 7. 27 ~ 2011. 8. 4	21st World Children's Baseball Fair	Kaohsiung, Taiwan	WCBF
2011. 7. 29 ~ 2011. 8. 4	2011 PONY Baseball Asia Pacific Zone (Pony) Championship	China/Korea	PONY
2011. 7 ~ 2011. 9	2011/2012年度棒球推廣計劃 (初班第二期)	康文署轄下場地	HKBA
2011. 8 (暫定)	2011/2012年度全港棒球公開賽(男子甲組)開鑼	晒草灣	LCSD / HKBA
2011. 8. 4 ~ 2011. 8. 7	2011年紅葉盃國際少棒錦標賽	台灣台東縣	台東縣政府
2011. 8. 15 ~ 2011. 8. 20	2011年菊島盃國際少年軟式棒球錦標賽	台灣澎湖縣	澎湖縣政府
2011. 8. 28 ~ 2011. 9. 2	BFA "AAA" Baseball Championship	Kanagawa, Japan	BFA / BFJ
2011. 10 ~ 2011.12 (暫定)	第七屆《總會盃》棒球聯賽第一季	獅子山/石硤尾	HKBA
2011. 10 ~ 2012. 3	2011/2012年度全港分齡棒球精英培訓計劃(第二期)	晒草灣	HKBA
2011. 10 (暫定)	2011/2012年度全港棒球公開賽(女子組)開鑼	康文署轄下場地	LCSD / HKBA
2011. 10 ~ 2011. 12	2011/2012年度棒球推廣計劃(中班第一期)	康文署轄下場地	HKBA
2011. 11. 21	2011年香港棒球總會周年會員大會	奧運大樓	HKBA
2011. 12	Taipei International "AA" Baseball Invitational Tournament 2011	Taipei, Taiwan	TPE
2011. 12	第十四屆諸羅山盃國際軟式少年棒球邀請賽	台灣嘉義市	嘉義市政府
2011. 12. 24 ~ 2011. 12. 27	香港第五屆《少年珠江盃》2011棒球錦標賽	晒草灣	HKBA
2012. 1	香港棒球總會教練組周年會議	奧運大樓	HKBA
2012. 1	"Phoenix Cup 2012" Hong Kong International Women's Baseball Tournament	Sai Tso Wan / Lion Rock	HKBA
2012. 1 ~ 2012. 3	2011/2012年度棒球推廣計劃(中班第二期)	康文署轄下場地	HKBA
2012. 2	2011/2012年度棒球三級記錄員訓練班	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2012. 2	2011/2012年度棒球三級裁判訓練班	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2012. 3	2011/2012年度棒球二級記錄員訓練班	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2012. 3	2011/2012年度棒球二級裁判訓練班	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2012. 3	2011/2012年度棒球一級記錄員證書課程	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2012. 3	2011/2012年度棒球指導員證書課程	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2012. 3	2011/2012年度全港棒球公開賽(新秀組)開鑼	康文署轄下場地	HKBA
2012. 3	2011/2012年度棒球二級記錄員訓練班	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2012. 3 ~ 2012. 5	第七屆《總會盃》棒球聯賽第二季	獅子山/石硤尾	HKBA
每月一次	香港棒球總會常務董事會	奧運大樓	HKBA
每兩個月一次	香港棒球總會與轄下屬會會議	奧運大樓	HKBA
每季一次	香港棒球總會董事會	奧運大樓	HKBA
每季一次	BFA Executive Committee Meeting	待定	BFA
每季一次	裁判/記錄員延續訓練	待定	HKBA
每年一次	香港棒球總會與康樂及文化事務署周年會議	待定	LCSD

IBAF = International Baseball Federation  
 BFA = Baseball Federation of Asia  
 CTBA = Chinese Taipei Baseball Association  
 HKBA = Hong Kong Baseball Association

PONY = PONY Baseball  
 BFJ = Baseball Federation of Japan  
 WCBF = World Children's Baseball Foundation  
 TPE = Taipei Baseball Committee

SF&OC = Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China  
 LCSD = Leisure and Cultural Services Department

(照片提供：葉偉光)

(照片提供：葉偉光)



本會代表(左起)祕書長葉偉光博士、分齡隊員謝卓霖、  
拔萃男書院棒球隊隊員聶天樂、分齡隊員陳熙元。



中銀香港第五十四屆體育節揭幕  
開幕禮於3月13日假沙田大會堂舉行

(攝影：麥年豐)



中銀香港第五十四屆體育節—香港2011棒球分齡精英邀請賽 分齡“A”隊員與深水埗棒球會Alien隊合照



香港“A”少年棒球代表隊攝於日本倉敷舉行的2010年亞洲“A”少年棒球錦標賽