

# 上壘 RUN



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



Issue 70  
Third Quarter 2011





# 香港棒球總會季刊

## 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，先後成為國際棒球總會(IBAF)、亞洲棒球總會(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。香港男子代表隊，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週；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。香港女子代表隊自2006年起獲邀參加兩年一度的世界盃女子棒球錦標賽。香港青少棒代表隊於2009年首次參加第十四屆世界青少棒錦標賽。

### 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- :||  
鬥志可衝天 自信更高張 無懼對手爭勝力強  
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 比這方驕陽  
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 憑合作共闢 憑潛力同往  
信念永未忘 求沒愧於心

2/4

3.2 1.3 | 2--- :|| 5.6 7.2 1- | 4.5 6.1  
爭取每分先 成敗亦開朗 前行更每

4/4  
3.3 2.2 | 1--- | 1-0 0 ||  
願心比火燙

3-3. 2 | 2-2- | 1--- | 1--- ||  
願心都比火燙

### 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, China.

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：陳智思先生, GBS, 太平紳士  
名譽副會長：成龍先生, SBS  
議事顧問：林建名先生  
名譽顧問：黃宏發先生, OBE, 太平紳士  
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  
徐守瀾先生, 太平紳士  
齋藤操先生

義務法律顧問：關文光律師 李詠賢律師 陳廷光律師

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：李錦泉先生  
主席：\*李永權先生  
副主席：\*趙端庭先生 \*范家和先生 \*麥年豐先生  
秘書長：\*葉偉光博士  
司庫：\*鄭素文先生  
財務總監：\*周衍平先生  
副秘書長：\*楊杰玲小姐 \*三好正記先生  
董事：區學良先生 \*區潔儀小姐 區穎良先生 陳耀雄先生  
趙耀靈先生 \*黃大維先生 \*黃期先生 甄天龍先生

\*常務董事 #替代常務董事

### 常設委員會

- 精英培訓與賽事總監—麥年豐先生
  - 精英培訓組主任—黃大維先生
    - 少年發展組組長—胡雪岡先生 張永強先生
    - 青年發展組組長—陳耀雄先生 曾健忠先生
    - 儲訓發展組組長—鄧志威先生 曹子能先生
    - 女子發展組組長—楊杰玲小姐  
組員：張慧怡小姐 張丹莉小姐
  - 賽事組主任—三好正記先生
    - 男子組組長—何子建先生  
組員：盧美恩小姐(丙組)
    - 女子組組長—卓莞爾小姐
    - 青少年組組長—梁得光先生
    - 學校聯賽組組長—謝金文先生 曾佩雲女士
  - 女棒國際發展組主任—區潔儀小姐
    - 女棒國際賽事組組長—卓莞爾小姐 林依韻小姐
- 技術與推廣總監—范家和先生
  - 教練培訓組主任—區學良先生
  - 推廣組主任—范家和先生
    - 區域推廣組組長—楊杰玲小姐
    - 社區推廣組組長—區穎良先生
    - 學校推廣組組長—甄天龍先生  
組員：宋子明先生 蔡冠封先生 譚耀昌先生
- 行政與資源總監—趙端庭先生
  - 行政事務組主任—三好正記先生
  - 會籍與屬會事務組主任—周衍平先生
- 資訊科技及傳訊組主任—趙耀靈先生
  - 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
  - 編輯委員會
    - 季刊《上壘》
    - Facebook網站管理
- 裁判學院主任—黃期先生
  - 裁判組
    - 裁判長—黃期先生
    - 副裁判長—郭伯璋先生 羅僑榮先生
  - 記錄員組
    - 記錄長—曾慧儀女士
    - 副記錄長—曾佩雲女士 張浩軒先生

### 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  
楊杰玲 杜佩鈞  
翻譯：三好正記 傅宏美 Jennifer Eagleton  
攝影：香港運動攝影協會(HKSPA) 梁錦洪 Michael Leong  
製作及承印：Direct Printing Company Limited  
出版日期：2011年10月31日

# 目次

主席報告	李永權	3
<b>活動報告</b>		
「第一屆世界少年棒球錦標賽」觀後感		
— 香港青少年精英棒球員延續培訓的路向	麥年豐	4
棒球—熱誠、無私、大同	陳啟明	5
球員日誌 最難忘的賽事	香港代表隊球員	6
<b>第九屆亞洲青棒錦標賽</b>		
領隊報告	周衍平	10
賽後報告	曾健忠	11
備戰之旅	香港備戰集訓隊球員	12
第二十一屆世界少年棒球大會	香港代表團	16
亞洲棒球聯盟2011年第二次執行委員會會議記要	麥年豐	19
「第七屆中國大學生棒壘球錦標賽」	傅宏美	20
PONY Baseball 2011 Asia-Pacific Zone BRONCO Tournament	Hong Kong Kwun Tong Pony Baseball	22
少棒讓我們成長：一個家長的心聲	黃英傑	28
2011年菊島盃國際少年軟式棒球錦標賽	香港代表團	29
菊島盃記趣	伊藤永希媽媽	32
Tradition to Future	Writer: Shoichi Hasegawa Translated by: Miyoshi Masanori	34
深圳棒球發展史—父子精神		
向已故的王健、王福林致敬	許周堆	36
棒球知多少	雅篤	38
一代名將 揮別沙場	趙耀靈	39
<b>屬會活動</b>		
敬之！黃寶潮教練	深水埗棒球會	40
2011清遠暑期訓練營	深水埗棒球會	41
國內集訓	西九龍棒球會	43
我們的屬會		46
2011-2012年度香港棒球總會活動概覽		48

# 主席報告

## 領導要有領導的素質

李永權



「領導要有領導的素質」這句說話聽起來有如：「雞要有雞味，魚要有魚味」一樣，說了等如沒說一樣的多餘。

諷刺地，在現今香港社會，領導沒有領導的素質；雞沒有雞味，魚沒有魚味的事實不時存在。因為有些領導的產生不存在競爭性；而很多雞和魚在飼養的時候有太多的激素注入，改變了牠們的肉質。

香港好些自願團體由社會人士以義務方式加入，不少領導位置只要有人肯做便可坐上。結果，這類所謂領導會有下列的「四不足夠」：

- (一) 沒有足夠時間投入組織的活動；
- (二) 沒有足夠管理經驗和組織能力；
- (三) 沒有足夠承擔責任的意識；
- (四) 沒有足夠的熱情持久工作。

香港是一個繁榮都市，港人的生活壓力大，工作時間長，願意投入義務工作已十分難能可貴，組織不應對他們的不足夠有過多的苛責。不過，作為成年人，承諾參與組織工作，為公眾服務，便應實踐承諾，盡力盡責，達至目標。

組織內的領導須站好崗位，表現領導應有的領導素質，包括：

- (一) 政治素質：領導必須對計劃中或發生中的事情先從政治層面思考，為組織的前途和影響作出評估；對公眾的要求作出預測和回應；了解政策。
- (二) 承擔責任：領導必須承擔責任；嚴以律己，寬以待人；細閱會議記錄，依期執行工作；及時作出有關報告。
- (三) 能力素質：領導必須加強語言及文字表達能力；多作文字報告和記錄；加強綜合分析能力。
- (四) 具開拓精神：領導不因循辦事，要不時開拓新活動及作出新計劃。
- (五) 善於處理各方關係：多以會議、電話和電郵作溝通渠道；提案須描述背境和上文下理。處理投訴及意外事件要快。
- (六) 讀點歷史：領導要讀點國內外有關歷史，特別是與組織有關的歷史。認識歷史，以史為鑒作，便能更有效率地開展工作。

學習做一個優秀的領導，是自我的完善，是回饋社會的一條大道。

**備忘：**香港棒球總會周年大會，定於2011年11月25日（星期五）晚上8時，在奧運大樓舉行。請香港棒球總會領導及會員依時出席。

2011年10月

# 「第一屆世界少年棒球錦標賽」觀後感 — 香港青少年精英棒球員延續培訓的路向

麥年豐 · 香港代表團團長

「第一屆世界少年棒球錦標賽」終於如期在台北舉行；「國際棒聯」費嘉尼會長(Riccardo Fraccari)在開幕式上，特別感謝「中華棒協」彭誠浩先生大力主催和積極邀約贊助，賽事才得以在7月8至17日成功舉辦。

香港很榮幸成為全球五大洲十六支<sup>註一</sup>參賽隊伍之一，這可算是「國際棒聯」和「中華棒協」在2011年送給香港棒球總會的一份禮物。這一屆大會邀請參賽隊伍的條件是多方面的，其中包括該國家／地區成棒的世界排名，該地對棒球運動的參與和推廣程度等，均屬考慮之列。

香港棒球總會在這二十年來不斷努力推展棒球運動，積極參與各項亞洲和世界級各年齡組別的棒球比賽；近年，更是大力主催女子棒球的先行者之一。棒球運動已成為香港冒升而極具發展潛質的新興運動項目之一。

這次參賽的棒球小將，經過兩個多月的磨合和集訓，在七場比賽中，各人發揮出最大的潛質，奮力比賽，每球必拼，表現出良好的體育精神，一場比一場進步。分別以11:5和9:5力壓立陶宛隊和印尼隊，在十三隊參賽隊伍中，總排名十一，為香港的少年棒球參與世界級的比賽踏出了很重要的第一步。

這次參賽，香港隊各球員表現可圈可點，值得一提的有：

- (1) 區倬鳴有一支全壘打，賽事共有13名敲出全壘打的球員；
- (2) 區倬鳴的防守率是100%，與另外14名球員並列第一；
- (3) 大會編列了數十項統計成績表，每項均列出最佳15名球員，香港隊有5名球員在多項統計成績表中入圍，他們是：區倬鳴、方子熙、葉瀚能、麥彥寅和溫爵鑫等，祝願他們百尺竿頭，更進一步；
- (4) 陳啟明領隊初次帶隊遠征，與教練團合作愉快，亦受到球員的尊敬；
- (5) 主教練蔣瀚橋、教練趙嗣淦和胡子彤表現優秀，三人分工合作，臨場作戰，指揮若定與調度得宜，深得球員的愛戴；



(6) 感謝大部份家長赴台觀戰，為港隊打氣。

在台灣期間，曾與中華棒協林宗成秘書長談及如何提升香港青少年和成人棒球水平的問題。他建議我們可考慮多管齊下：

- (1) 一方面選派資深而成熟的教練赴台，參與2011年十月初旬舉行的“A”級(高級)棒球教練講習課程，學成回港後，可以協助培訓中級教練；而中級教練當然可以將同一標準的課程內容培訓更多新一代的初級教練，如此類推。此外；
- (2) 我們又可以選派AAA精英球員，明年七月，一起參加中華青棒隊的集訓，互相學習，在完善的設備和擁有很多著名教練的提點之下，定必有迅速的進步；
- (3) 中華棒協為了紀念“棒球在台100年”，正在編製學校棒球隊訓練手冊，那定是一套上佳的教材套了！歡迎我們可以參考、採用；
- (4) 如有合適機會，中華棒協仍然可以代為物色短期來港的台灣教練，直接協助各項培訓計劃。

將棒球帶回2020奧運，我們一定要同心同德、全力以赴，加油！

2011年8月1日

註一 巴基斯坦、巴拿馬和辛巴威最後因經費問題而退出比賽。

## 棒球—熱誠、無私、大同

陳啟明·第一屆世界少年棒球錦標賽香港代表隊領隊

### 世界棒球盛事之初嘗

首先多謝麥年豐先生推薦，得到棒總贊同；有機會參與第一屆世界少年棒球錦標賽(2011 IBAF 12U Baseball World Championship)。本人在2005年帶領5名少年參加第十六屆世界少年棒球大會(WCBF)之後，再次接觸到世界棒球大規模盛事。

今次與WCBF有很多不同，因為是比賽性質；全期共13天，而且要帶領18名9-12歲球員。幸好有麥年豐先生做團長、總教練蔣瀚橋、趙嗣淦教練及胡子彤教練，各人都有豐富出外比賽經驗。大會還安排一名隨隊人員，使各項事情順利進行，再次多謝以上各人。

雖然港隊與其他強隊技術有一段距離，希望各球員能從中學習及增加參賽經驗；日後提升本身技術。在對日本強隊時，港隊沒有放棄，雖然落後多分。但隊員區偉鳴打出一支精采全壘打，取回二分。最遺憾因雷暴取消了在天母棒球場與中華台北隊比賽。而三名教練經過幾場賽事，重新部署安排，最後戰勝立陶宛及印尼隊；13隊中排名第11位，全隊滿意今次表現。



雖然港隊與其他強隊技術有一段距離，希望各球員能從中學習及增加參賽經驗；日後提升本身技術。在對日本強隊時，港隊沒有放棄，雖然落後多分。但隊員區偉鳴打出一支精采全壘打，取回二分。最遺憾因雷暴取消了在天母棒球場與中華台北隊比賽。而三名教練經過幾場賽事，重新部署安排，最後戰勝立陶宛及印尼隊；13隊中排名第11位，全隊滿意今次表現。

### 熱誠、無私、大同

在頒獎禮上，台北市長郝龍斌致詞時指出，比賽前忙於清理積水工作人員之中，有部分是IBAF最高層人員。他們觀察場地後，為使場地能順利及儘快比賽；他們放下身份，拿起工具，協助清理積水；這份對棒球熱誠、無私、大同精神，使我深深感動。今次參與賽事人數很多，大會處理很有經驗，各樣安排很好。最後我向今次錦標賽付出所有人員，再說聲：「多謝！」。

### 萬眾期待的決賽

萬眾期待的決賽終於來臨，分數最高兩隊古巴隊對中華台北隊；開幕禮已安排兩隊對壘，結果古巴以6比2勝中華台北。決賽當日，天母棒球場全場爆滿；但天不造美，原本下午4時開賽，因較早時下了大雨，場地滿佈積水。工作人員忙於清理積水，終於在5時正開始比賽；經過6局對壘，中華台北以較佳表現，加上全場打氣聲中（包括香港

隊），最終以3比2勝古巴隊，勇奪冠軍。而全場觀眾加上電視現場轉播，難得觀賞一場緊湊又精采比賽，掌聲及喝采聲，不絕於耳。

# 球員日誌 最難忘的賽事

香港代表隊成員：

- |     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 團長  | 麥年豐 |     |     |     |
| 領隊  | 陳啟明 |     |     |     |
| 主教練 | 蔣瀚橋 |     |     |     |
| 教練  | 趙嗣淦 | 胡子彤 |     |     |
| 球員  |     |     |     |     |
| 區倬鳴 | 張竣賢 | 趙駿華 | 方子熙 | 葉瀚能 |
| 關博匡 | 郭靖  | 林灃謙 | 劉雋傑 | 盧悅熙 |
| 麥廣之 | 麥彥寅 | 吳汶軒 | 吳泓樂 | 溫爵鑫 |
| 溫子賢 | 楊天朗 | 余珏充 |     |     |

劉雋傑

七月七日

今天，我不太時恆早起我在清晨已十分興奮，因為這是我第一天在七時多開始練習，這雖然是一件折磨的事，但是為了明天的比賽，這是不可能不做的。在這個同時，我也懂得我的技巧大升幅，所以，我學習很努力有進步。

麥廣之

7月6日 星期三 晴

今天，我們在台北練了帶一次練習，今天沒有做甚麼練習，但我會在明天將我的狀態做到最好。

我到台北的目的是可以取到多些經歷，在最強的本、台灣、古巴的比賽中可以看到對方的好處。我想在這次的比賽中可以贏一場比賽，還在大敗中的比賽永不放棄，繼續努力。

溫爵鑫

七月七日 星期五 晴天

今天我們第一天的比賽，而我們的對手是厄瓜多爾，雖然不是中華台北那麼強，但絕對不能輕敵，因為一輕敵就容易有失誤，甚至失分，可能會輸掉。這次的比賽我們一定要全力以赴，不能~~整~~做到最好！

7月14日

今天我們對立阿宛的比賽，我們以十一比五勝出，真覺得我們打得挺好的，因為我們打出了十四枝安打，和只有三個失誤，這也符合了我們的期望。目前是一局我們拿不下分，我希望能夠改善。明天是對中華隊，他們是一支能夠登上世界頂峰的球隊。我相信我們對面是十力健的隊。我期望我們盡量拿對面多一分。

區倬鳴

7月12日 星期日 晴  
 我們今天比賽的對手是古巴，我們歡  
 喜在這場比賽中獲益良多，例如：在跑壘上，  
 對手在偷壘的時候，起步的時候提前揮棒很  
 靈敏準確，在防守上，接球和投球後的  
 動作很快，在打擊上，學會了用眼睛  
 盯著球來打球，今天我真的學會了很多  
 東西。

余珏充

Date: \_\_\_\_\_ Page: \_\_\_\_\_  
 7月13日 星期一 日暮  
 明天我們對古巴，因為他們的實很強，所以我們  
 要加油！我們的目標是不丟太多分和要打敗對手  
 所以我們要加倍努力，不可以上給他們很多分，  
 所以我們練習一定要認真

閻博匡

7月10日 星期日  
 HC vs Cuba (比賽後)  
 RD 今天，我們打了一場非常差的  
 比賽。Error 重出包圍，我自己也有3個。  
 打擊也打不出球，結果，我們已  
 淪比大敗了。  
 我在這場比賽中，學會了  
 何時離壘，何時偷壘，也學會了  
 不要因為他是強隊而害怕，應該  
 勇敢面對。接下來的比賽，我希  
 望我們能夠出盡全力打這場比  
 賽，取得勝利。

葉瀚能

楊天朗  
 7月11日 星期六 晴 明天的對手，心情  
 今天我們休息一天，我在酒店過了整個上午。明天  
 的對手是古巴，世界排名第2，把個陣打打嘛，  
 更投比硬，超過200小時的投球。雖然強得很強，但  
 我不會害怕，我很高興，可以有機會可以和一級強世界選手  
 比賽，並從中吸取比賽經驗。但我也怕緊張  
 和他們比賽，但不管怎樣，我也會全力以赴。

7月14日  
 今天可能是我們整隊最開心的一天，因為我們  
 終於完成了我們的目標。我們以11比5戰月秀  
 文陶宛。雖然我沒有上場打比賽只是做後備，  
 是我們沒有不開心，得因為月勝不只有上場的9個  
 還有我們！  
 明天我們終於可以到天主球場比賽，對手  
 是很強的中華台北隊，所以我很高興。

盧悅熙

吳泓樂

今天我們級隊戰勝了，真高興，這次是我們以來第一次戰勝外國隊，而且還勝11-5，成功勝超過10分，可是也失了一個失誤，雖然我沒有上場，但也有打氣，替他們開心、高興呢！

明天我們對中華台北，他們無論是力度或技術都比我們勝，應無法勝利，但我想我們可以拼一拼的！

胡六日星期六 陰 Date: 16-7-2011 page: 14

我們是香港的代表隊，我們應該守好規則，在比賽的時候，要全力以赴，做到最好，即使輸了也不氣餒，我們也要守好禮貌，在酒店不要亂說話，不會大叫，表現我們香港人的禮貌。

張世賢

麥彥寅

七月廿五星期五，今天我們級隊對最强的對陣——古巴。一開始我們都充滿信心，最後卻被他們卻戰戰兢兢，頭喪氣走開出來，因為我們事前沒做。第一、二局我們還守得不錯，但後來我們的集力下降，使我們有更多失誤。因此我們失了很多分。

希望我們能學習他們，變得更好。

溫子賢

Date:

七月十四日陰

今天，我們級隊的對陣是立陶宛，我們很開心，因為我們以十一比五終於贏我們香港隊的第一場比賽。我永遠會記着這一場比賽，因為我第一次打世界賽和這是我們級隊的第一次在世界賽贏的第一場比賽，明天的對手是中華台北隊，他們的實力非常強，所以我們一定要全力以赴打明天的比賽，我的目標就是每一局都拿一分，這就是我們明天的目標。

吳汶軒

日記(%):

今天我們總的尼隊比賽的日子，比數是9:5，今天的比賽是一個很好的經驗，因為這是我們們第一次在領先後，被追平，然後再努力一分一分追回來。在這場比賽，我們的偷壘也做得非常出色和順利，安打也有很多，令我們能夠大獲全勝。



12歲或以下的賽事中出現三位身高超過180cm的高人，左起：古巴隊Ernesto W. Martinez、中華隊曾偉恩及香港隊區偉鳴。

麥年豐 攝

七月八日 星期一 晴

這次比賽，我覺得最大的得着是可以令自己的棒球技術水平提高。還可以體驗一次世界大賽的壓力感、感覺和氣氛。這麼大規模的比賽我也第一次參加，我真是捨不得離開，希望可以再次參加這一類賽事。

我回港後的目標是可以重做一個新的配。

方子熙

No. 郭靖  
Date

七月十四日 星期四 晴天

今天，我們 VS 立陶宛，我們在 11 比 5 的分數之下勝了立陶宛，這是我們在台北打的第一場比賽，第一次打，我做右外野和三壘手，我還打了三枝安打，我今天打得很開心，明天對中華台北也要好好努力打好。

林禮謙

七月十八日 星期一

今天，我在台灣十三天行程的最後一天，在這十三天，我認識了很多朋友，知道很多棒球知識，希望能夠交到很多球友。

比賽完了，但我沒有達到目標，我只有兩支安打，兩壘，但沒有得分。我們對古巴的比賽，雖然我們大敗給古巴，但我學到了很多東西。

香港隊這三個字在香港人心目中聽起來很威風，只要代表香港就解。可是香港隊這三個字不是說要就一定是你，其實香港隊的每件衣服都有區徽，這個區徽代表你代表七百萬港人出國比賽。只要你代表公家端所做不好，就會影響隊伍的言行舉止，香港人的質素等。所以香港隊這三個字是背負著很大的意義。

另次的第一屆 IBAF 世界青少年錦標賽有十三隊。我們排第十一。雖然成績不佳，可是對我學到很多。可以學到對方的戰術等。我日後的目的就是要練在香港隊所學到的事情全部送回給自己的球員。例如技術、言行舉止等。希望我在日後會像現在這樣繼續打棒球。

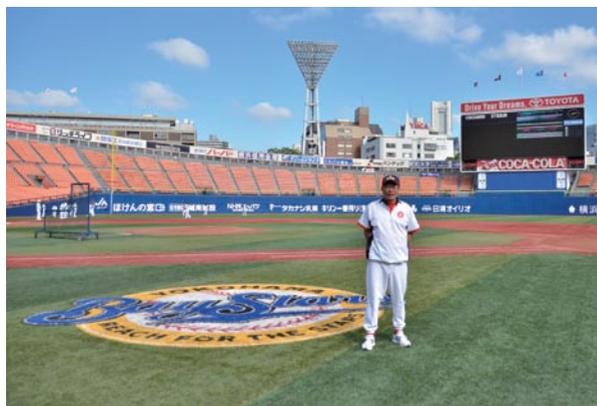
趙駿華

夠在人面前說  
你代表香港一次。

# 第九屆亞洲青棒錦標賽

## 領隊報告

周衍平



### 9th BFA "AAA" (18U) Championship 2011

28.8 ~ 2.9 2011

賽事地點：日本 神奈川縣

(KANAGAWA, JAPAN)

八個參賽國家/地區最後排名：

日本、韓國、中華台北、菲律賓、斯里蘭卡、  
泰國、香港、巴基斯坦。

照片提供：麥年豐

2011年是香港少棒及青棒在國際棒球舞台上一個非常有意義的時刻。首先，七月初參加在台中舉行的第一屆世界少年棒球錦標賽；緊隨，八月底參加了日本舉行的第九屆BFA亞洲“AAA”青年棒球錦標賽。今年底，香港棒球總會在香港舉辦第五屆《少年珠江盃》2011棒球錦標賽，實是可喜可賀！

香港在過往九屆青棒錦標賽中只是2007年(第七屆)受邀參賽。今年日本隊派出甲子園明星隊，中華隊高中明星隊和韓國高中精英聯隊出戰，菲律賓、泰國、斯里蘭卡和巴基斯坦均強勢以待，香港隊實在不容有失！更重要是香港青棒受到邀請，也證明外界對香港青棒之認同！

日本傳媒對這賽事高度重視，主辦單位接近完美的安排，最重要是他們對棒球那份熱情和專重，實在是難能可貴！

香港隊與日本、中華台北和巴基斯坦同組，香港更在開幕戰中與日本首戰！日本隊以甲子園最佳球員(MVP)高橋周平遊擊手領導內野及主力投手對陣，對於香港球員來說是一個一生難求之夢想吧！在數千名主場球迷支持下，香港隊在三局只失七分！賽後當晚，日本隊因為打擊表現不理想要晚上加課操練！傳媒更感到香港隊只能從29名球員中選出18位隊員而有這樣表現，感奇蹟也！

次日面對強勁中華隊，中華隊派出球速一百四十多之投手應戰！香港隊為了準備日後賽事以年輕投手出戰，兩位投手在守備隊友支持下七局失十四分，一場精彩賽事吧！

在日本橫濱職棒球場戰勝巴基斯坦，一雪亞運前恥！大快人心！

泰國之戰九局七比四落敗，雖敗猶榮！

香港青棒努力加油吧！是次代表隊球員有十多名年僅十六歲，目標是2013吧！

最後，多謝總會支持，教練團的努力，各家長無私付出。



# 賽後報告

主教練曾健忠

賽前球隊訂下目標：

- ※ (排名)日、韓、台之後
- ※ 球員對棒球熱誠
- ※ 球員心態
- ※ 堅持、鬥志
- ※ 對球隊的貢獻、付出的重要性

對於今次球隊獲得第7名，只說成績的話今次是未達標的，因為到達當地看了各隊的水平 and 分組的走勢後，教練團鎖定了第五名為目標，最後我們還是失敗了。但對於訓練球員心態上，今次絕對是成功的。

## 1. 失敗原因

場外自我控制能力差，香港球員比較習慣晚睡，在香港訓練時大約到十點多，回到家都可能快十二點了，但在賽區每天大約香港時間4、5點就要起床了，沒有足夠睡眠休息而影響場上表現絕對是失敗原因之一。

至於場內問題/比賽內容也有不少地方需要改善的。雖然香港隊在練習後有很多當地教練、當地觀眾、裁判都給予很多正面讚揚和鼓勵。最深刻的有3件事，第1件事有一位在上屆“AA”當裁判員的先生說，香港隊的水平真的不一樣了，跟上次他在“AA”看他們真的進步很多，現在都會打球了。第2/3件事都發生在同一個球員身上，球員梁浩賢(內野手)被日本隊教練稱讚他的球技，還有他在對中華隊賽後被美國明尼蘇達雙城隊的球探接觸，雖然真正簽約的機會可以說是沒有可能，但對於運動員來說真是一種很大的鼓勵，但說到尾這些稱讚和掌聲是勝負的關鍵嗎？勝負的關鍵應該在於球員的發揮和教練的部署。先講講球員的發揮，也是香港球員的老毛病(臨場發揮太差)，練習時做到的，但在比賽時可能因壓力下、身體疲勞下大打折扣，這些老毛病也在今次比賽再次出現了。在自我檢討後，教練團的表現也有很多需要改善的地方，特別是比賽時的應對，包括換人時機、打擊戰術的決定性，這也是因為香港太少比賽導致教練經驗不足的地方，當要在短時間做出決定時往往都未如理想，今次也不例外。



教練團：(左起)主教練曾健忠、教練吳毓明、教練梁宇聰。

## 2. 成功達標

對我來說，一位成功的香港棒球教練最重要是令球員了解棒球運動，從而對棒球產生濃厚興趣，就會自我要求，這樣香港棒球也會進步起來，(例子：胡子彤、楊貫軒、梁皓男、趙嗣淦)他們現時都是成棒隊的主力球員之一，這點也是我當教練的最大驕傲，所以今次目標也不例外，要令他們對棒球有熱誠有鬥志要對球隊貢獻付出，這幾點絕對是成功的，因為在訓練和比賽期間全都展示了出來，希望我們能保持這種良好的方式，同時把未成功的地方一一改善。

### 香港代表隊成員

領隊 周衍平

主教練 曾健忠

教練 梁宇聰 吳毓明

### 球員

陳卓喬 周浚銘 張德熙 周永謙 方紀文

郭冠希 李卓衡 梁仲熙 梁浩賢 梁家豪

梁偉灝 李永陞 廖浩延 吳有朋 黃卓軒

黃汝謙 甄子謙 葉鑫朗

## 備戰之旅

### 明日之星至AAA台灣海外集訓

甄子謙 Ivan

一開始聽到有第二期明日之星訓練以為是一個十分刺激和很有趣的Training Programme。但經過第一堂的訓練後我就認為十分沉悶。因為在明日之星訓練的都是些基本功。但原來基本功也十分重要的，一個好的球員也是從小訓練基本功。另外，要有紮實的基本功才能慢慢把技術提升。所以之後在每一課的操練也認真地對待。

在完成了明日之星訓練，就出現了一個亞洲AAA的比賽，在第一天的操練上，教練說了很多要求和目標，我也突然嚇了一跳，因為在以前的代表隊訓練根本就不會花時間講這些瑣碎的事情。也十分感謝棒球總會給了我們很多的資源，因為有些設備是專為了我們這次的訓練而購買的。當然還有三位勞苦功高的教練，要是沒有了他們，AAA的訓練根本不能成形。我們都知道教練們為了我們有更好的練習效果，他們也下了不少苦功。當然亦有兩位助教，胡Sir和柯南Sir，這兩位教練是義務協助我們。此外，胡Sir更加從美國放暑假回來也特地抽時間幫助我們，所以真的感謝這兩位助教。還有我們的體能教練Karen，她也只是義務幫助我們的。她會在百忙中抽時間協助我們避免受傷和教導我們拉筋。她每次來到也十分認真教導我們。此外，球員們受傷也會尋求她的協助。

這次的台灣之旅是歷史性二十八人的集訓，是史無前例那麼多人，但我們的表現不太理想，有一點辜負了教練對我們的期望。我們回到香港後必須要下更多的苦功。教練在比賽時或練習也提示了我們很多，但到比賽時卻做不到教練的要求，所以以致這次台灣之旅成績不太理想。再一次感謝棒球總會給我們的支援和資助，若不是總會，根本就不會有這次的台灣之旅。也再一次感謝三位教練們——曾Sir、聰Sir和細Ming Sir，他們一直語重心長地教導我們。還有胡Sir，他是自資來到台灣教導我們，此外，在我受傷時，胡Sir幫我包紮，所以真的感謝他。最後，我們到日本一定會努力。AAA球員加油！！



梁皓汶

其實由「明日之星」開始，我就重新投入香港棒球總會的訓練。這名字我初初是覺得十分誇張，我初初認為這訓練只是草草了事，虎頭蛇尾。但開始訓練時，覺得有一種奇怪的感覺，覺得教練態度，訓練模式也截然不同。我心想：「糟糕了！」不過這訓練不但能增強技術層面，還可結識新隊友。這訓練不只名字好，連內容也十分精彩。

「明日之星」訓練完結後，隨即有另一個訓練，這訓練給我留下深刻印象。所以馬上報名。其實這訓練只是前夕，之後馬上有AAA的選拔。在我印象中，AAA以前只被邀請一次，今次香港竟然再獲邀請，真是機會難得。

不過訓練是要出國比賽，所以無論教練的態度，總會的重視也十分認真。今次還分開一軍、二軍。其實這制度目的是想球員更積極、認真、力爭上游。因為這制度的關係，因而令球員開始有競爭的感覺。大家的實力也相對地提升。努力爭取正選的位置。球場是十分殘酷，只有九個位置爭奪，大家也十分努力去想辦法爭取，大家的實力也不知不覺地提升。你不進步，原地踏步等於退步，給人們一個有機可乘的機會。這四至五個月的訓練真是天天也在明爭暗鬥。

不過這次訓練不但能在本地訓練，也能去異地集訓，去台灣集訓。這AAA訓練真要多謝一位熱心的義務助教胡進陽學長，他雖然是義務，但他還將他的經驗、技術不留餘地教曉我們，抽出自己空餘的時間來教我們。真是難得。

我今次來台灣雖然不是重心人物。但我從桃農隊的身上學曉很多東西。他們打擊的紮實，個子小小。但打擊、投球各方面十分出色。我也要多謝桃農的林明輝教練，他各方面也先從球員出發。他不想後備球員浪費時間，特別安排比賽給二線球員。這就可一、二線球員也可吸取比賽經驗。我還體驗過台灣桃農隊的訓練模式。雖然他的器材不及香港，但他也能運用水樽、雪糕筒、繩子這些簡單的器材來訓練，使我十分佩服台灣的棒球。

我們還有機會與台灣頂尖棒球隊之一的「穀保棒球隊」比賽，真是難得。雖然技術層面相差很遠。但我們也認真對待這球賽，這才是男子漢在球場真正的對待。

我覺得今次有幸來到台灣吸取的經驗，無論技術層面和態度也學會很多。返港後一定要好好向他們學習，我覺得今次來台灣真是不枉此行。



黃卓軒

由「明日之星」到AAA的訓練之中，的確令我獲益良多。首先，要多謝棒球總會是在是次訓練當中給予的支持和資源。在訓練中令我們有效果，比以前的球員幸福很多。在明日之星的訓練當中大多訓練基礎的動作，重拾對棒球的感覺。同時，由於每星期訓練量也頗多，令我進步了不少，亦比較在意基礎的動作。

而在AAA的訓練中，由於備戰時間較長及競爭較劇烈而令我更認真訓練。其中，胡進陽學長犧牲自己去玩的時間來指導我們。而在AAA的訓練中，的確十分艱辛，也曾經有放棄的念頭，不過最終也可以捱過去。

在去台灣之前的時候，我身體出現狀況未能出席練習一個月。之後更在一次練習中令自己受傷，在整個集訓中也未能上場投球，令我除了責怪自己未有好好保養身體外，還令到是次集訓的功効大減。看著其他投手努力為球隊打拚，而自己卻也不能當什麼，真的有點慚愧。

最後，我們在台灣跟很多對手進行比賽，令我們明白自己渺小，水平和他們差多遠。他們投手動作，守備及打擊，每一樣也十分紮實，加上他們日日訓練力量，令到我們一場一場敗下來，這次台灣集訓令我知道自己要比其他他人更努力才可以追近台灣、日本等強國的水平。

#### 黃璋傑

今個AAA訓練對我真是好重要，比我有更多時間去打波，練好捕手，但由兩個月前到現在連最基本的接高波都接唔到，所以有好多地方要改進。但我覺得在打擊上有明顯的進步。

其實今個訓練令我有好多回憶，認識更多隊友，大家在球場上打波到在更衣室日噪夜噪都令我留下不同的回憶。關於公唔公平這個問題，我唔會去想，想入選，咪打好些，表現給教練看，看到咪會留意你，所以要看一下你自己的心態。

最後，多謝曾Sir你借頂帽給我，令我好像有一種港隊的感覺，多謝你和細Ming Sir、聰Sir給我一個難忘的訓練。

#### 潘禾脩

由「明日之星」到AAA的訓練足足有半年之多，這段時間確實令我學會很多有關棒球的東西。明日之星是我第一次參與棒總的訓練，感覺有點陌生，最特別就是來自理工大學的指導員來輔助我們的訓練，帶領我們做很多的訓練。AAA的訓練為期五個月，我第一次參與這麼長的備戰訓練，而這段時間，我從捕手轉位置，到二、游訓練，感覺截然不同，而經過適應後，便慢慢習慣位置的訓練。最難忘就是在台灣的集訓，能在台灣的桃農集訓，也能與台灣不同隊伍作友誼賽，尤其是能與穀保這台灣高中勁旅比賽，令我獲益良多。經過長期訓練，我也發現自己的不足之處，尤其是心態以及集中力，這兩方面我必定會進行改進。雖然未能入選，但我必定會繼續努力。最後，感謝棒總以及AAA教練團給我的資源及教導，也祝福隊友們能在日本取得好成績。

## 檢討改進 整裝再上征途

### 梁仲熙

今年的亞青賽完滿結束，香港隊在八隊參賽隊伍中最後排名第七，成績並不是預期的。

在過往接近半年的訓練中，大家也有很明確的目標——「日韓台之後」和「殺巴基」。最後我們也只能完成「殺巴基」，原因只是對手太弱。

整體上，投接打跑上最差的是打。大家無論面對日本、台灣的速球或是巴基、泰國的慢球也無法對應。所以就算防守有多穩固也無法取得領先。至於投手方面，最大的問題是臨場發揮的問題。投手在牛棚的表現可能很好，但是一上到場可能又投不準，又沒有球威。在接球上，內場的問題就只是集中力的問題。至於外野，可能不習慣人造草場的彈跳，接球上未能得心應手。

個人上，身為尾棒的我安打量也不多，十多個打席中只有兩支安打，攻擊上，沒有太大的貢獻。防守上，沒有太多的守備機會，也沒有什麼表現。投手上，在對日本投了三局失了七分。最大問題是控球，三局內出現大量保送。聰Sir也給了我一些意見，例如在熱身時的八球出力一點務求儘快入局。

而香港隊另一個大問題是力量。比起其他國家的選手，我們明顯地是比較弱小的。只要能改善這個問題，其他方面的表現也會跟著提升。

最後，要多謝棒總及其他職員的協助，還有三位教練和胡學長的教導。

### 陳卓喬

今次“AAA”的比賽目的主要有二：一是做日韓台之後，做到專業。如果今年甲子園明星隊是要證明有多強悍，我們則是希望告訴大家，其實香港是有一群“識”棒球的運動員。第二就是擊敗同組的巴基斯坦。

雖然殺巴基的確有做到，但我認為我們當日沒有確實做到教練指示，贏只是因為對方派出的隊伍訓練時間較少，若果讓對方有足夠時間預備，我相信我們未必有這麼大的機會勝出。

贏了巴基斯坦，敗給泰國，最大的原因是自己。可能是上一場大勝巴基斯坦讓我們放鬆了，一場15球高飛球，沒有反映出我們應有的進攻特色，這反映我們眾球員於球賽上不能發揮平日表現。

另外我認為我們要盡快加強力量，因為日本老師有說過，力量於我們這個年齡層是必要的，沒有足夠的力量支持，揮棒速度會不夠快就很少機會可以打中130甚至140公里的球。

總結而言，力量和體重絕對有必要提升，我作為捕手要跟各位隊友有更良好的溝通。見識過今年日本甲子園明星隊的表現，我認為我們看到了更明確的前進道路。



### 葉鑫朗Gogo

完成超過八個月的訓練，終於公布入選名單。在這一時刻好像放下了心頭大石，但是又忽然有一種強烈的使命感。因為阿Sir在戰前定下了「日韓台之後」、「打敗巴基」……目標。在帶著教練訂下一系列的目標、忠告和提醒，我們終於戰戰兢兢地出發。

比賽於28/8開始，首場對手日本，次場台灣。這兩場都是以學習為主的球賽。之後對手是巴基和泰國，我們先勝巴基後負泰國。最後我們再次對壘巴基，取得勝利，拿下第七名。但是球賽的結果在此刻已經不重要，更重要的是作出反思和訂下以後的目標。

首先，在出發前所訂下的目標大部份都不能達成。最重要的原因犯下香港隊的老毛病，「沒有為比賽作出最充份的準備」。打個最簡單的比喻，在比賽前的休息必須要充份，可是我們在是次比賽在首兩場前的明顯不足，最後還要教練禁止我們晚上打機和限制我們的睡覺時間。

另外，我們的自控能力也出現十分嚴重的問題。在比賽中，教練下達指示，整隊應該抱著的心態，打擊的方向。但是我們卻沒有確實調整和做好。這也是我們敗給泰國的主要原因。

個人方面，記得每一次出外比賽，我的表現總是比平常訓練差得遠。昨天與教練檢討，教練認為我在每次出賽都「諗得太多」。其實我在比賽時已經發現了此問題，可是發現後我試過用很多方法調整，但總是不成功。慢慢自信開始崩潰，影響了自己出棒的決心，連平時最好的守備也連帶出現了問題。我一直無辦法改善到，因此在整個賽事都沒好的表現。

為了改善這個問題，將來我必須找到一個快速調整方法，另外也要求自己表現平穩一些。



### 梁家豪

今年的“AAA”比賽結束了……

由「明日之星」起，大家用了八個月的時間準備，每次都差不多晚上十二時才回家，為了的都是希望有好成績。流過的汗水淚水，真希望沒有浪費。

在訓練中，教練們都十分注重我們的行為舉止，要我們成為一隊有棒球文化的球員。三位教練都十分用心，在互相配合的情況下，球員對棒球的知識和技術都不斷提高。

教練對我們有很大的期望，希望能成為亞洲第四，日、韓、台之後。而且我們也有另一個目標是贏巴基，希望爭取出線。

今次對我來說，是一個很重要的賽事，原因是因為這是我最後一次參加“AAA”。

“AAA”比賽中，我主要是擔任投手角色。教練也有提點我不能和別人拼球速，只能以控球和配球作自己優勢。我也有投日本、巴基斯坦和泰國。面對日本，控球好也只能減低長打的機會，不過當天的控球也未如理想，有待努力。

巴基和泰國，分別擔任先發和中繼。巴基的打擊並不是很強，只要有控球便可。而泰國，和我們的實力相若，投手都可正常發揮，但我們的打擊太弱，未能追回分數，真的可惜。

希望未來我們的打擊可有所提升，希望香港的棒球員可以更強壯。而自己的控球力得加強。

最後，多謝教練和棒總給予我這一個機會。



### Andy Leung (梁浩賢)

The 9th Asian AAA Baseball Championship was the most rewarding experience of baseball for me. Being given the opportunity to compete against teams like the Koshien All-star team is one-of-a-lifetime experience. To say that we are all nervous before the game is an understatement, we are facing batters that are potential professional in Taiwan, Japan or even the MLB. However, this served as a driving force to us and encouraged us to compete, demonstrating what we learnt during practices and seize opportunities to perform.

Personally, I believe I have played to my standard throughout the tournament, for example, following instruction of the coaches and serving as a reliable defender for the team. On the other hand, I strongly believe my offensive aspect could be improved. Batting 4th in the lineup, my role is to produce a reliable source of offense in all games. Yet, such performance was less visible during games against stronger teams such as Japan and Chinese Taipei, a comparison to teams such as Thailand and Pakistan. This is an aspect that I must improve to develop my game to a higher standard.

After all, this tournament was a very valuable experience and an imperative stepping stone of my future playing in baseball.

## 張德熙

今次的“AAA”比賽是我第一次跟香港棒球總會到外地進行比賽。這次比賽令我有機會到台灣及日本這兩個出名棒球之地，看到這兩地傳統強隊和香港棒球的分別。也令我們知道自己的進步空間十分大。和不同國家的球隊比賽時，他們都各自有著自己不同的風格令每一場比賽都變得十分精彩。曾Sir叫我哋在對泰國時回想下大家努力練習，一起的回憶，令我十分感動。但我卻不明白為什麼我們不能把練習的實力在比賽中發揮出來。我們的打擊也是需要加強的，我們的棒比對手還有一點距離。

這次的失敗不重要，更重要的是把今次的經驗放在兩年後的“AAA”，擊敗對手；也因為今次的“AAA”令我開始喜歡打棒球。我把這份熱誠放在練習上，好好為兩年後作好準備。



## 周浚銘Gordon

在過去的一年，我分別參加了「明日之星」和「AAA集訓」，而首先我要借這個機會多謝香港棒球總會花了那麼多的時間、金錢和資源去培訓我們。再要多謝我們的教練團，因為他們為我們付出了很多和為我們爭取了很多東西。特別要感謝我們的助教、學長和體能教練，他們帶了很多不同的知識給我們，這次台灣集訓是一個很好的先例，藉著這個機會可以為香港在AAA爭取到一個好成績！！

今次的比賽真是有喜有悲。回想起那八個月的艱辛訓練，我們全部球員也為了這個比賽付出了很多，留過了不少汗水，用了很多時間去準備那個AAA比賽。但我想今次我們也對結果非常失望。一路以來，教練們也堅持我們一定要成為一隊既專業且有自己棒球文化特色的球隊。

整體來說，今次我們的部署集中於在巴基和泰國。對我來說，我也清楚知道我會在對台灣和日本投球，因而在對台灣我也是中繼。當場我投了五局，用了101個球。這也是一個不錯的用球數，但我也失了六分。這場帶给了我一個不錯的經驗。希望兩年後再可以為香港隊爭光。

而今次最失望是敗給泰國。做不到我們當初定下的目標。希望我們兩年後再做到中日韓台之後。



## 方紀文

由「明日之星」的訓練到現在大約已經有九個月的時間，然後就是AAA代表隊的訓練，到今次台灣移地集訓「明日之星」。

經過這一連串的訓練，所有參與的球員都有進步，無論在打擊、守備、跑壘、投手方面也有進步。我在參與這訓練前，傳球及打擊的能力都比較差，但是訓練後我感覺到兩方面都穩定下來。

我在AAA內並不是最出色的一個，但台灣的移地集訓得到的也不少。有前香港AAA客席教練林教練指導，還可以與台灣數一數二的高中——穀保高中作友誼賽，能夠看看其他國家的棒球水平。

我相信AAA能夠有如此的機會，是要多謝香港棒球總會，資助整隊AAA，安排台灣的球場、酒店等，還有從未有過那麼多的裝備，幾乎每一個月都有新的木棒給予我們使用。真的非常感謝棒總。

另外，當然要多謝幾位教練，他們在幕後付出了很多，都是為球員好。除了安排訓練，還有台灣集訓的細節。當中我還想特別多謝胡教練，他是由外國回來的學長，義務教我們的，他把在美國所得的經驗告訴我們。

我希望AAA代表隊在餘下的一個月作最後準備，在日本得到好成績。

我覺得這次是最有準備的一次，無論教練、球員都比之前的認真，而且制定了很多規則要球員們遵守。

大約六月中，教練在宣布一、二軍名單時和我單獨交談過，他對我說入選有難度，必須要加強進攻，另外守備要keep住。

之後，在台灣集訓中，大部份時間都在二軍比賽，但是我認為那些比賽的好表現令我重拾不少信心，之後八月亦是一軍的球員。

在接著的一個月，教練跟我說可以爭正選，但是，這也給了我一些無形的壓力，之後的表現更有下滑的跡象。雖然最後都只是被列為後備，但是我亦知道自己在隊中的作用。

今次教練希望香港隊能夠做到「專業」、「日韓台之後」，練習時有很多新的方法令我們有更大的進步，而且有體能教練提升球員體能。

今次比賽，第一次有那麼多的觀眾看我們比賽，真的永不忘記。頭兩場的比賽都是沒有反擊之力。而第三場比賽，是我們的目標「殺巴基」亦成功了。但是第四場比賽，對手是泰國，因為沒有做好教練指示而輸波。

反思AAA比賽，我認為球隊沒有做好教練指示，而且比賽中自控能力，並沒有調整好。

而我個人方面，我認為要加強傳球，因為傳球是守備中必要的。打棒方面，回到香港要找動作及固定，成為全能的球員。

今次未完成的任務，兩年後的AAA一定能達成。

# 第二十一屆世界少年棒球大會

27.7 ~ 4.8.2011 • 台灣高雄



**Philippe YAN (甄天龍)**  
*Chaperon of Hong Kong representatives*

🏟️ Day 1

We're all here checked in and ready by Gate 35 for our 11:40pm departure. Everything with check-in went smoothly and efficiently. Looking forward to having a good time representing Hong

Kong at this event. The kids are excited and I think we shall definitely turn heads with this talented group.

🏟️ Day 2

Relaxing Day: Equipment Distribution and Welcome Party

I had a Chaperone general meeting with all the coaches and we were updated with our Grouping situation. We were in Group 8 (Switzerland, Nicaragua, and Taiwan 14) with our floor companions for the rest of the event.

A welcome party was hosted for us and the kids had a group photo with the major of the city and a group photo with Nippon Homerun King, Sadaharu Oh (he even shook my hand twice)!!! A total treat for us and the kids all gave them their baseball cards, he was so surprised!

Our wonderful Host Helper (Grace Yu) has been doing all the work! She's such a joy.

🏟️ Day 3

Opening Ceremony / 1st Lesson (KickBall)

We woke up at 6:30am and were dressed, ready for breakfast, and rushed to the Kaohsiung County Municipal Chengcing Lake Baseball Field. We had rehearsals for the Opening Ceremony until 8:20am. Both the Mayor of Kaohsiung, Sadaharu Oh, and President Ma Ying Jiu were there, plus the greatest pitcher in Japan's history. It was a true treat for all the kids, but the weather was the true enemy! We were sweating like rugrats on the beautiful field.

Afterwards, we played the game of KICKBALL. A wonderful break the ice event for all the kids to be in a team environment. The kids were split into 2 groups and a volleyball was used. Our kids played the game for the 1st time and they had a blast!!!

🏟️ Day 4

We started out the morning with breakfast bright and early at 7am (wake up time 6:15am).

Our new destination is SanMin High School Baseball field. We started to warm-up and begin our morning exercises with base-running logic. We rovered on to the next stations within a 35-min interval with the next being fielding, base coverage, and fly balls.

🏟️ Day 5

Harbour Sightseeing Cruise / National Science and Technology Museum



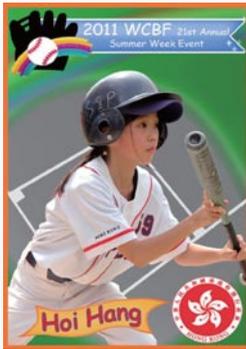
**HO Cheuk Ying Tobby (何卓盈)**

🏟️ Day 6

Today we all woke up early, and ate up our breakfast. Then we took a bus to SanMin high school again to have our lesson.

After our lunch, we went to the Meinong Town to make the D.I.Y.; we also played in the ground. That's fun this day.

Then we went back to the hotel and started to prepare the show's tools. We made these for about 2 hours! After we made the tools, Hoi-hang and I went back to our room to have a shower. When me and Hoi-hang all finished our shower, we brought our baseball card to knocked the another countries room and to make friends with them! The other countries' teams all were very friendly. They gave us their presents and their baseball card, too! I was glad to meet these good friends.



### YU Hoi Hang (俞愷行)

The days just went past rapidly, zooming past as if everything happened just yesterday. Looking back at the last 9 days a numerous of unforgettable moments happened. Taking the high-speed train to Kaohsiung was an exhilarating surprise and a great relief for every one of us. The Netherlands wearing their traditional wooden slippers made also made every one else gleaming at them. From that moment on, I thought that it was going to be an extraordinary experience. All participants lived in Cheng Ching Hostel. It was a few steps away from the Cheng Ching Lake Baseball Field. A warm welcome from all the staff was typically delightful. Mizuno equipment was handed out and made everyone happy. Every set of equipment was handed out from head to toe. I found out that I slept with a participant from Switzerland on the 1st day I think that it was good enlightenment. I think that this trip was definitely an enriching experience. Everyone was very friendly when we met each other most of them chatted with me and my teammates, I thought that it was very good experience for meeting new people around the world.

7 days of baseball clinic in the mornings was extremely fun, we learned skills that was definitely really helpful than that in Hong Kong as we only have baseball training once a week. A memorable moment on the diamond was remembered: sliding with water, batting, learning to pitch, catching, fly-balls and many more. Besides just playing under the burning sun of Taiwan, there were worthwhile culture experiences. At Kaohsiung, I went to the industrious Kaohsiung port famously known as the "Love River". We took a cruise trip and I learnt more about cargo ships and the relations with the port. We also went to the science and technology museum of Kaohsiung and every body was excited about trying the earthquake experience house. We were all looking forward to that, especially we never have earthquakes in Hong Kong. We also went to Mei Nong Town a 45 minutes bus trip from Cheng Ching Hostel where we did some DIY activities, for example, we painted fans and grass hats. We also made traditional Taiwanese tea and experience using a grinder for making rice cakes.

Overall, I think that it was an awfully fun experience for me. I think that everyone enjoyed this trip a lot and I did not regret participating in the WCBF 2011!! From the first day I thought that the days will be very long. Until the last day saying the thankful good byes to everyone to the last moment when we left Kaohsiung, we thought that this trip was too short maybe because it was too fun!

### Anthony FUNG (馮泳瀚)

The 21st World Children Baseball Fair was held in Kaohsiung, Taiwan from July 27 – Aug 4, 2011. I, Justin, Arnold, Hoi-hang, Toby and our coach, Philipp represent Hong Kong to join this international baseball fair. I was very lucky to be chosen. We only needed to take a short flight to Taipei and then to Kaohsiung directly by the Taiwan high speed rail. But I heard that some of the teams had to fly more than 20 hours to Taiwan!



was very nice. We played baseball everyday but still had time to do some sight-seeing! We visited the Art Museum, National Science & Technology Museum, harbour sightseeing cruise in one afternoon and DIY Hakka ground tea with my team and other groups. The tea was green in colour, sticky and sweet but yummy!

Yet, I found that the half football, half baseball games and the water slide were the funniest thing I had in the baseball clinics. We have made our own baseball card, so I'm just like a businessman, exchanging baseball cards with each other during the baseball fair. It was fun! We also did very well in the talent show. We showed them the Chinese cultures, like Dragon Boat festival, Bun Festival and Yum-cha.

I made a lot of friends, they came from Switzerland, Thailand, Nicaragua and of course, Taiwan! I contacted them through facebook immediately when I returned home! I miss them a lot and hope to see them again very soon.

The most exciting thing about the trip was that we met with President Ma Ying-jeou and the famous home-runner, Mr Sadaharu-san at the opening ceremony! We had pictures with Mr Sadaharu-san at the ceremony and the welcoming dinner too! He



### NG Wang Lok (吳泓樂)

I was very excited to attend the 2011 WCBF from 27 July to 4 August this summer. During the baseball clinic, coaches came from all over the world taught me the baseball techniques including Throwing, Receiving, Pitching, Catching, Hitting, Sliding, Base-running, Stealing,

Leading off, Infield and Outfield. I even learned how to land to catch the ball. It was very funny when practicing sliding on a big and wet plastic sheet. The assistant coaches kept on wetting the sheet by plenty of water and therefore I could slide on the sheet without any injury.

Switzerland, Nicaragua, Taiwan and Hong Kong were grouped "Eight" and we played together at most of the time. We had small friendly games with other groups at the end of the clinic. The members of group "Eight" were mixed together and formed two new mixing teams. My team was the winner at the end of the games. Well, I was very happy.

Apart from the baseball clinic, we went to different places to learn more about Taiwan and Kaohsiung, such as a Cultural School, Science Museum, and the boat trip at True Love Pier. I love the True Love Pier the most since I had been there with my family before.

I gave my Baseball card to everybody I met there. I also made friends with Thailand team and they gave me a very beautiful T-shirt as souvenir. I had also ex-changed my "HK" team cap with a boy

too. This was a very meaningful and memorable experience. I not only get the full set of baseball uniform and gear but also the friendship from all over the world. I will keep in touch with them as well as our team's Host Chaperone, Grace Chen. She took care of us during the whole period. Grace, Thank you very much.

這是一個特別的暑假。我很興奮在7月27日到8月4日參加了台灣舉辦的2011年世界少年棒球大會(WCBF)。在棒球教室裏，來自世界各地的棒球教練會教導我們棒球技術，包括拋、接、投、捕、打擊、滑壘、跑壘、偷壘、離壘、內野及外野防守等技巧，我甚至學會了飛撲到地上接球的方法。當中最好玩的當然是我們在一張又大又濕的塑膠布上學習滑壘，助教們不停地在膠布上射水，保持滑溜，好讓我們在滑壘時不致受傷。

瑞士、尼加拉瓜、台灣和香港同屬「第八組」，我們大部份的時間都在一起練習和玩。在棒球教室的最後階段是和其他組別的友誼賽，「第八組」的所有組員混合組成二隊參戰，我所屬的組取得最後的勝利。嘩！我實在太高興了。

除了棒球教室外我們亦到了不同的地方體驗台灣和高雄的特色，我們參觀了「美濃客家庄教學農場」、「國立科學工藝博物館」、「真愛碼頭的愛河濱津船河遊」。因我是重遊舊地，所以我最愛的還是「真愛碼頭」。

在WCBF期間，我將我的棒球咭送給遇到的每一個人。除了「第八組」外，我和泰國隊成為了好朋友，他們更送我一件富有泰國特色的T-shirt 作為留念，我還與他們交換了“HK”的隊帽。這是一次很有意義的旅程及難忘的經驗，我不單止得到了整套棒球制服及器材，更重要的是我認識到很多來自世界各地熱愛棒球運動的朋友和得到他們珍貴的友誼，我一定會和他們保持聯絡，特別是大會細心為香港隊安排的隊保母—Grace，她一直為我們細心打點大大小小的事務。Grace，多謝妳。



### TANG Shiu Ching (鄧劭正)

Last Day  
SADTIME

Time passed really fast and it was the last day of WCBF. We woke up at 5:30am; we took the bus to Taipei with Korea, Thailand and Philippines teams. I felt really sad and I cried

while we leaved. Before we departed, we ate lunch

with the Thailand team in the airport. We hugged each other and we said goodbye to each other.

I would like to thank HKBA the first to give me this great opportunity for me to go to this great event. Thanks for Philipe and Grace for taking care of us in these days. Thank for every staff that made this fair finished successfully. In WCBF I met and played friends from different countries, I had a great experience, I learnt many new baseball skills and I learnt how to cooperate in a team with different kids from different countries. I had a great time with my new friends in the fair, WCBF is the greatest thing.

# 亞洲棒球聯盟2011年 第二次執行委員會會議記要

麥年豐 • 香港棒球總會副主席

這是我第一次到日本橫濱。八月廿六日我和香港青棒代表隊一起出發，下榻新橫濱王子酒店。偌大的王子酒店就在新橫濱市中心，三個棒球場就在三十分鐘以內車程的附近，蠻方便。

廿七日下午四時，亞棒聯在酒店內舉行2011年第二次執行委員會會議，出席者有會長姜升圭先生(韓國)，副會長申偉女士(中國)、Yoshi Suzuki(日本)，委員Khawar Shah先生(巴基斯坦)、Hector Navasero先生(菲律賓)、本人和李祕書長(Mr. Lee Jae-Won)，中華棒協陳太正副會長無暇出席由中華棒協祕書長李宗成先生和戴建帆先生代表出席。

是次會議，除了祕書長匯報國際棒聯的最新發展，包括國際棒聯即將與美國職棒大聯盟(大聯盟)簽訂三年合作計劃；大聯盟將會每年資助國際棒聯壹佰伍拾萬美元；和世界經典大賽和世界青年(18U)經典大賽兩項賽事將由大聯盟負責賽事運作和市場推廣的工作。還有通過下列各事項：

- (1) 審核和通過亞棒2011年截至七月底的財務報告；
- (2) 討論和考慮「胡志明棒球會」代表越南申請加入亞棒——一致議決要求「胡志明棒球會」必須正名為「越南棒球總會」才考慮其申請；



- (3) 截至本年七月底，仍有八個會員國未交會費，因此該等會員國將不獲發放出席周年大會的機票津貼；
- (4) 將於2012舉行的亞洲錦標賽、亞洲盃、亞洲“A”和“AA”等四項賽，至今仍未覓得主辦國，亞棒祕書處將發邀請信給各會員國，以便於十一月的周年大會中可選出合適主辦國；
- (5) 籲請各會員國採用「讓我們將棒球帶回奧運會」的宣傳標語和徽號，以作廣泛宣傳；
- (6) 亞棒周年大會將於本年十一月初在首爾舉行。

姜會長更表示希望各會員國可以於九月底之前提名對亞洲及國際棒球有卓越貢獻的人士為候選人，角逐本年度「BFA會長嘉許獎」。

是次執行委員會會議，特別移師日本，放在「亞洲青棒錦標賽」前夕舉行，會後隨即出席賽事的開幕儀式，一舉兩得。此外，各委員更可多留數天，為自己的球隊打氣，饒有意義。

2011年9月2日



IBAF 2020 Olympic Baseball  
REINSTATEMENT

# 「第七屆中國大學生棒壘球錦標賽」 開幕式後記

傅宏美 • 《上壘》記者

七月廿六日凌晨五時起床，我和外子趕上五時四十五分經大埔的頭班車往羅湖，與總會辦公室杜副經理會合，轉駁六時五十五分由深圳開往廣州東站的「和諧」列車，抵達天河已是八時零四分。為了趕及八時二十分在廣州體育學院舉行的開幕式，大會已安排工作人員在火車站接我們。

走廊的盡頭，有人叫：「快點、快點」，我們匆匆進入禮堂坐下，司儀已在介紹出席嘉賓，「…先生」、「…先生」、「香港棒球總會副主席麥年豐先生」，我們成功「抵壘」了。

今年，第七屆中國大學生棒壘球錦標賽，共有三十四支球隊參賽；男子棒球甲組和乙組球隊共二十支、女子壘球隊共十四支，全國大學生參與棒球運動的人數相當鼓舞呀！今年的賽事，由中國大學生體育協會棒壘球分會（大棒壘）主辦，「大棒壘」徐勇祕書長說，每個省市最多只可派三支球隊參加，故此，北京和上海等大城市必須另行舉辦選拔賽，才能在幾十支球隊中「拼進頭三名」，代表該市出賽。

本來，香港也預備派隊參加，只可惜因大會報名時間緊迫，召集大專生人數不理想，只好留待下一屆參加了。徐祕書長說，他是第一年擔任全「大棒壘」祕書長，幾個月前還多方託人聯繫我們，故此時間耽誤了。明年將會直

接發信給棒總，希望香港棒球總會能組織各專上院校的球隊報名，最多三隊。他還說，全國大學生棒球正蓬勃發展，今年有「全民棒壘聯盟」執行會長關仁村先生的大力協助和聯繫，各項宣傳和贊助更具規模。

關先生是一間台資國際諮詢公司的總經理，也是「大棒壘」的副主席、北京國際體育交流中心副祕書長、北京市台資企業協會副理事長。據關先生透露，「大棒壘」希望大學生棒球可以全國到處開花，三兩年之後，尚能組合逾百支球隊，他將更進一步聯絡贊助商和媒體轉播，若兩岸三地也能派隊參賽，中國大學生棒壘球錦標賽一定會成為全國矚目的運動項目之一。

現代的先進大國，均投放大量資源在「全民運動」，對「大學生」和「中、小學生」的精英運動員培訓更是全力支持，務必通過各項運動成為國民「更高」、「更強」、「更美」的目標。

「國際棒聯」現正進行一連串遊說工作，努力爭取「返回2020奧運」。配合兩岸三地的棒球發展，相信香港棒球總會也會加把勁，加速發展大專和中、小學的棒球。這兩年，香港的中學、小學棒球聯賽已漸上軌道，是時候推動大專生棒球賽事了。



**棒球參賽院校**

- |               |            |
|---------------|------------|
| 1 上海外國語大學     | 11 清海師範大學  |
| 2 山西大學商務學院    | 12 清華大學    |
| 3 山東商業職業技術學院  | 13 深圳大學    |
| 4 天津中醫藥大學     | 14 復旦大學    |
| 5 天津體育學院      | 15 華東政法大學  |
| 6 北方工業大學      | 16 廈門大學    |
| 7 北京交通大學      | 17 新疆大學    |
| 8 北京理工大學      | 18 廣州體育學院  |
| 9 南京工業大學      | 19 鄭州師範學院  |
| 10 桂林旅遊高等專科學校 | 20 遼寧何氏醫學院 |

**壘球參賽院校**

- |            |               |
|------------|---------------|
| 1 中山大學南方學院 | 8 首都經貿大學      |
| 2 中國傳媒大學   | 9 桂林旅遊高等專科學校  |
| 3 北方工業大學   | 10 復旦大學       |
| 4 北京大學     | 11 廈門大學       |
| 5 北京物資學院   | 12 廣東工貿職業技術學院 |
| 6 同濟大學     | 13 廣東外語藝術職業學院 |
| 7 南京工業大學   | 14 鄭州師範學院     |



(右起)「大棒壘」徐勇祕書長、棒總麥年豐副主席及「全民棒壘聯盟」執行會長闕仁村先生與嘉賓合照。



# PONY Baseball 2011 Asia-Pacific Zone BRONCO Tournament in Seong Nam, Korea

16 ~21.7.2011

## 小馬聯盟 (野馬級) 亞太區錦標賽

謝國權

觀塘小馬聯盟領隊

### 第一天(16/7)

上午10時集合於香港國際機場，辦理登機手續。離境前，一起影張大合照，所有隊員精神奕奕，我們乘坐中午12時之大韓航空公司604班，於當地時間下午5時到達，在關口獲大會聯絡員黃小姐接機，大約車程一個半小時到達陽智渡假村。由於大會安排房間欠妥，27人要住在8間房及只有16張床，我向賽會力爭下，答應多配兩間房。

晚上9時半在領隊會議上向賽會反映。

### 第二天(17/7)

由於早餐供應時間由6時至8時，各隊員得於7時(香港時間6時)起床。

上午9時出發往開幕球場，今年亞太區比賽非常熱鬧，有8個國家及地區9支隊。

A Group - Korea A, Japan, Vietnam, Indonesia

B Group - Korea B, Chinese Taipei, Philippine, Russia, Hong Kong

在簡單開幕式後，開幕戰由主辦國韓國A隊對印尼隊。下午2時我隊對中華台北隊，由於強弱之戰，第一局我隊努力發揮只失5分，第二局欠耐力下多失13分，由於中華台北投手投出球速115之快球，只能望球興嘆，第三局中華台北隊開始觸擊，多拿2分後結束。本隊隊員已發揮水準，及後回村。晚飯享用地道韓國餐。

### 第三天(18/7)

跟昨天一樣需要早上7時起床往食早餐。由於第二場比賽在下午舉行，上午便安排登山活動。我們提前11時往比賽場地，讓球員觀看韓國A隊對日本賽事，由於兩隊接近，第四局日本一個失誤，比賽由韓國A勝。我隊第二場之對手是韓國B隊，第一局我隊失12分，第二局多失5分，共失17分。

### 第四天(19/7)

由於今天比賽時間在上午10時，往球場車程45分鐘，要提前上午6時半起床及早餐。

8時出發，由於俄羅斯對中華台北賽果同樣是20-0，覺得實力接近，由對方身高跟我隊員比多出一倍。開賽前，亞太區賽事總監跟我說不要介意。我隊先發投手由黃傲柘擔任，我隊先攻第一局先取2分。第二局取1分，對方1分，到3局我隊多取1分，第4局兩隊各3分，到第5局兩隊同樣各取4分，由於先發投手開始慢下來，由馮雪雯擔任後援投手，對方更換投手，球速比先發投手慢，我隊球員能擊到。我隊取6分，我隊投手準確性強及士氣下力保不下對方只能取1分，到最後第7局我隊能取兩分，最後由2壘手陳鎮裕及中外野饒梓俊接獲高球結束比賽，賽果19-9挫俄羅斯隊。這記錄是我們第一次於國際賽勝國家隊。我隊上下各人非常高興。

### 第五天(20/7)

最後一天比賽安排在上午8時對菲律賓隊、早上5時半起床，早餐後，6時半出發，由於我隊隊員精神不足，頭兩局力保不失下，第三局及第四局失17分，輸了。

下午與俄羅斯隊往當地出名之樂天世界遊玩，晚上10時返回渡假村。

### 第六天(21/7)

今天我隊要乘坐下午機返港，沒有出席閉幕禮，早上利用少少時間到明洞區一遊，品嚐當地美食，及後到仁川國際機場乘坐大韓航空公司最新機A380返港。

### 總結

我隊提前一年特訓明顯成功，令隊員發揮所需，在大型國際賽事中取得1勝3負的成績，已達到目標，希望下次再努力。在今次比賽令我跟隊員得知天上有幾高的道理，多謝各位教練、香港棒球總會、觀塘體育促進會的協助及家長之容忍，完成是次比賽。

### 陳一諾 (教練)

今次已經是我第三次代表香港，參與小馬聯盟亞太區棒球錦標賽。不過，今次我的身分有所不同，從以往兩年的球員身分，轉為助教的身分，帶領隊員參賽，並為他們提供寶貴的經驗。

在旅程的開始，我們便遇上了阻滯。在抵達韓國的當晚，我們才發現被安排入住設備簡陋的房間。隊員都對房間及膳食感到不滿，對此怨聲載道。

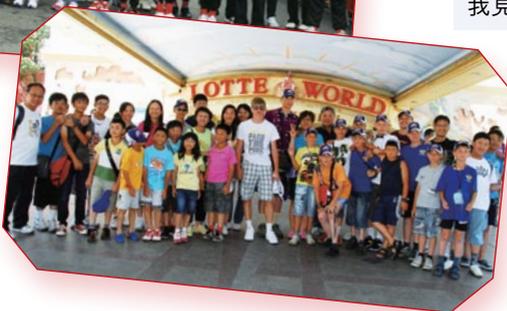
不過他們並沒有因此而喪失鬥志，反而在頭兩場比賽面對勁旅中華台北及韓國B隊時，打出水準。雖然最後落敗，但總算是雖敗猶榮。

而在第三場比賽，面對著比我們高大很多的俄羅斯隊，我們以19比9的大比數勝出。這是我三年以來，於這賽事中取得的第一場勝仗。隊員們都十分興奮雀躍，士氣大增。

最後一場比賽，面對著與我們實力旗鼓相當的菲律賓隊。在頭兩局中，大家拉成均勢，但在第三局中我隊被擊出多支安打，連失多分。後援投手出場，情況更糟，不斷四壞球保送。最終，在第三局我們一共失掉了九分，成為了這場比賽的轉捩點。

今次的韓國之行中，隊員在頭三場比賽中都發揮出水準，更打敗了俄羅斯，是令人相當滿意的戰績。可惜，最後一場比賽中，隊員發揮於水準之下，錯失了獲得第二場勝仗的機會。

而我在今次的賽事中，擔任助教一職，與往年不同。以往，我都只是執行教練的指令，按著教練的安排去做。但今年我身為助教，除了指導球員外，更要參予策略的安排，我需要負責的事更多了。我感受到教練要處理的事很多，壓力很大。因此，我會盡力協助教練，分擔他的工作。



### 黎子言

這次來到韓國，很開心。因為是我第一次來到韓國的。

到達時，已經是當地時間下午四時半。因為沒有比賽，所以立即到酒店放下行李及到飯堂吃晚飯，飯後，玩了一會兒便上床睡覺了。

第二天及第三天，我們對著中華台北隊及韓國隊都輸了；但到了第四天，竟然贏了俄羅斯隊，我們全隊也很開心。

可是到了第五天，又輸給了菲律賓隊；至此所有比賽都完了。當天下午我們到了樂天世界玩了半天。

第六天早上去了明洞逛街及購物，下午就要回香港了。

最喜歡到樂天世界玩那個旋轉秋千，它的好玩之處是令我有在天空飛翔的感覺。

另外最難忘就是贏了俄羅斯隊，這是我第一次在香港以外的地方贏了比賽，感覺很開心，很興奮。

### 陳焯輝

我覺得在這個暑假裏過得很愉快而且有意義。因我參加了小馬亞太區棒球比賽，還到韓國首爾參賽，而且是國際賽事，當中包括隊伍有台灣、韓國、日本、俄羅斯和菲律賓。

而我有份出場是對韓國隊，我雖然打到了球，但是界外球，有些少失望。不過我會多練習改善自己的球技。

而在多場比賽中我們贏了俄羅斯隊，雖然這場比賽我沒有份出場，但我不時為他們打氣，因大家是同屬一隊伍，要團結一致，從這場比賽中我深深感到團體的力量是最大的。還知道其它隊伍非常有實力和勤力練習，而且充滿朝氣，我隊也要加把勁來應付未來的比賽。

最後要多謝每位教練和家長安排這次旅程，他們給了很多寶貴的意見和鼓勵的說話，真的讓我見識不小。



### 方文熙

七月十六日那天，是我特別緊張的日子，因為那天是我第一次自己離開香港，到韓國比賽去。我向爸爸媽媽說了再見便和球員入關準備上飛機，過了三小時後便到達目的地仁川首爾國際機場，乘坐1個多小時車程，到達渡假村，我和球員十分高興。我們一起吃過晚飯後，便回房休息準備明天的第一場比賽。

星期日，吃過早餐後便乘車到場地，做了熱身運動後，教練說第一場比賽的對手是中華台北，比賽的時候，我為各球員打氣，最後，我們二十比零敗了，我很生氣，不過我不是為了比賽敗了而生氣，而是教練沒給我出場而生氣。

星期一，我們的對手是韓國，他們的投手投的球快得像一輛跑車，他們還打了很多次全壘打，所以我們十七比零敗了。這次我更加生氣，因為教練連續兩天也沒給我出場。

星期二，我們的對手是俄羅斯，想不到我們竟然以十九比九勝了，我們都很高興，而且教練也給我出場了。

星期三，我們比賽完後便到樂天世界遊玩，我玩了很多機動遊戲呢！

星期四的中午，我們依依不捨地乘飛機回香港去。

這次旅程讓我與各球員，增加了認識及學會了團結的重要，還給我見識到別的國家球隊的球技。



### 饒梓俊

當收到通知，我們球會將有幸代表香港前往韓國參予是次小馬亞太區棒球比賽，真是既興奮又期待。

終於到了出發的日子了，可是香港的天氣還不十分穩定，幸好經過幾小時的航程後，韓國當地的天氣總算不太差。

經過一晚休息後，我們第一隊對壘的是台灣隊。他們是一支強隊，無論隊形及實力均在我們之上。雖然如此，我們士氣十足，即使未能得分，但也發揮出比平日更佳水準。

從以往的記錄看來，香港的戰績都不十分理想，這次卻有了不一樣的經歷。除台灣隊外，今次韓國之行，我們還對戰了韓國B、俄羅斯和菲律賓。在對俄羅斯的一場賽事中，我們士氣高昂，加上家長們的熱烈打氣，最終我們以19比9大比數勝出。完賽後，大家都極之興奮，擁作一團呢！

雖然我們未能得到任何獎項，但當中獲得的經驗却是十分寶貴，而隊員間的感情更是增進不少呢！

### 陳鎮裕

這次是我第一次能夠代表香港參加國際性的棒球比賽，穿起印有「中國香港」的球衣，我感到十分榮幸。

到達後的第二天，我們出席開幕禮，之後我們先與勁敵一中華台北對壘，對方的投手球速不但快，而且控球也很準確，所以身為第一棒的我就被三振出局了，接下來我們被對方的投手一直壓制，沒有安打，對手則施以猛烈的進攻，接二連三地得分，我們就努力地防守，最終打到第三局以二十比零提前結束。雖然我們那場比賽輸掉了，但教練稱讚我們打得不錯。

我們在第三場遇上俄羅斯，輪到我的打席時，投手投出三壞兩好的滿球數，最後一球我看準機會把球揮出去，球飛向一壘，一壘手接不到，溜去右外野，我跑到一壘，成功打出這場比賽的第一支安打，我們一直保持士氣，來到最後的第七局下半，以十九比九領先，對方的打者打出一支高飛球，越過投手上空，二壘手的我大聲叫出：「我來接！」然後一個飛身接撲把球接著了，坐在觀眾席的家長們都歡呼起來，我心裡也有點自豪呢！接下來投手好好的壓制著他們，我們終於取得勝利了。

經過了這一星期的旅程我得到了不少比賽的經驗，而且增強了我的自信心，對日後的比賽更有信心。

### 黃傲枏

這是我最後一次參加十一至十二歲的小馬比賽，很榮幸能擔任本年度的隊長，在謝教練的帶領下，與一班隊員向韓國進發。

晴空萬里，夏意洋溢，忐忑的感覺卻悄悄的進駐了我的胸膛。

這場對俄羅斯的比賽，作為先發投手的我，口說壓力不大，但畢竟面對多個比我們大塊兒的伙子，始終會怯場，但我很快就調整了自己的心理狀況，投好每一球，並嘗試突破自己，攻上每一個壘包，直到第六局就由隊友接力投球。港隊最終不負一眾教練與家長打氣團的厚望，以十分的優勢勝出。

我們首次在外地國際賽獲得勝利，球場上的隊員開心得擁作一團，笑不攏嘴；看台上的家長們歡聲雷動，狂喜不止；教練們的臉上亦把興奮與欣慰交織的感覺表露無遺。

出發之前，我認為香港代表隊勝算不高，因為要面對的對手是各大強國，而香港只是一個小地方，能夠打敗俄羅斯這個在世界版圖上最大的國家，絕對是我們的突破。經過多月以來密集的棒球練習，教練們多元化的訓練確為我們隊員間提升技術及默契的重要元素。在這個國際比賽中取得勝利，對我來說可謂無憾，亦為我的少棒生涯劃上了美滿的句號。

### 馮安生

可能是第一次參加國際性比賽，出發當日，心情特別緊張、又興奮，當上了飛機後，玩玩電子遊戲、進進餐、看看電影，轉眼間，三個多小時的航程便過去，我們到達韓國了。

我隊與中華台北、韓國B、俄羅斯和菲律賓同組，共進行了四場比賽，三敗一勝；最令我難忘的是與中華台北對戰的那場比賽，面對他們強勁的投手，我竟有幸能擊出一個界外球，雖然最終還是被三振出局，但已令我興奮極了！

比賽結束後，我們一伙兒去了樂天世界遊玩，又去明洞吃長雪糕，其後我們又去了水族館看鯊魚，到東大門逛商場，還吃了一頓美味的韓國燒烤餐呢！今次旅程真開心！

最後要多謝球會謝教練、羅教練給我當正選球員的機會；韓國之旅令我可以見識到其他隊伍的實力，我們要努力練習，用心去打棒球！

### 馮雪雯

今屆的小馬亞太區選拔賽(野馬級別)共有九個隊伍參加，我們(香港)被編到B組，與中華台北、韓國B隊、俄羅斯和菲律賓同組。

期待已久的七月十六日終於到來了，大家都懷著興奮的心情，乘坐飛機飛抵韓國仁川機場，再登上大會安排的旅遊巴士直驅旅舍，抵達後卻發覺所分配的房間數量不足，幸得謝教練努力爭取，才能有足夠的房間入住。

第二天，各隊員都精神抖擻地出席開幕禮，我們的第一場比賽的對手便是中華台北，雖然面對強隊，我隊並沒畏縮，奮力對戰，無疑他們的打擊力強勁，再加上投手們平均超過110km/h的球速，致使我隊三上三落，最終以20比0，提早結束這場令我眼界大開的比賽。

第三天，我們進行第二場比賽，碰上另一強隊韓國B隊，他們的球速比台北慢一點，但平均球速亦超過100km/h；由於他們防守穩固，所以我擊出球後未能安全上壘，這場比賽亦以大比數落敗。

第四天，對手俄羅斯是實力與我隊比較接近的隊伍，在教練的指導下和家長們的打氣聲中，各隊員都努力作賽，我們最終以19比9，勝出了這場賽事！取得第一次勝利！教練、隊員們、甚至家長們都興奮得跳了起來呢！

第五天，最後一場比賽，對手是菲律賓，可能是由於早場的關係，我們發揮得不太好，第三局稍一不留神，便輸掉了這場比賽。

經過這四場比賽，令我深深地認識到其他棒球運動地區、國家，與我隊的實力差別，我們要下更大的苦工，努力練習，技術才能有所進步！

這次旅程實在令我獲益良多，期待將來再次參與這類世界性賽事的機會！



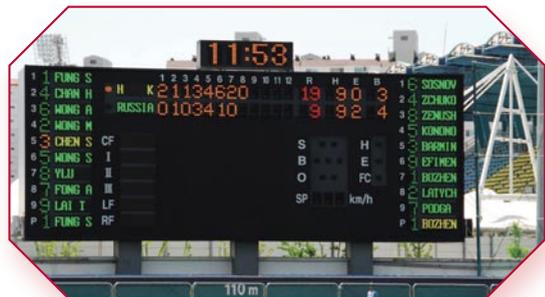
### 黃朗皓

今個暑假，我有機會代表香港參加亞太區小馬聯盟棒球賽，我覺得非常幸運，因為不是很多球隊可以被挑選為香港代表的。我們一行二十八人前往韓國首爾，參加為期六天的比賽，比賽共有四場，對賽隊伍分別為韓國、台北、俄羅斯及菲律賓。

到步之後，我們就登上旅遊巴，前往入住的旅舍。在分派房間之前，已是晚上十時多了，加上我們的領隊和一個韓國人糾纏了兩個多小時，我們才分派到房間，能夠休息的時間已經將近凌晨一時了，我們都已經非常疲倦。

首兩場比賽我們的技術完全不足以跟對手比拼，所以我們都是大敗。到了第三場對俄羅斯，可能是當天的狀態特別好，所以我們擊敗了這隊球隊，雖然勝出了，但是領隊就不太滿意我們的表現。

尾場的對手是菲律賓，可能是前一晚的休息時間不足，令我們不在狀態。最後以一勝三敗的成績離開韓國。雖然沒有甚麼排名，但是我們也替香港贏得一場國際性比賽，令我們感到十分高興。



### 盧睿翀

我學了棒球2年，這是我生平第一次代表中國香港到韓國打國際比賽，我覺得很開心和很光榮。好不容易等到了出發那天，當我來到香港機場的時候，我遇上了一些小風波，我忘記了帶棒球棒，於是就要勞煩媽媽和婆婆匆匆拿球棒到機場給我，真是嚇把冷汗!到了韓國機場的時候，我們坐了2小時的車程到我們的旅館。

第一場:我們對中華台北，聽人說中華台北很強，果然很強大!我們輸20-0，只好輸少當贏。

第二場:我們對韓國乙隊，他們的陣容也不能小看，他們的球速每個都是90-110km/h但是分數17-1已比昨天拉近了!

第三場:我們對俄羅斯，他們的陣容也很強，但是我們以拚死的精神，我還在一個比我高2倍的「高人」手中打中了一球呢!最終我們取得勝利，完場的時候，我們所有人跑到場的正中央慶祝!

之後，我們去了樂天世界遊玩!我和陳鎮裕，雞丁和他的家人去樂天世界遊玩。首先，我在那裏吃了個快餐，吃完快餐後，我深深感受到香港快餐店的便宜，因為在樂天世界一個快餐售大約40-50元港幣而香港只售20-30元。之後我們玩了很多機動遊戲，很开心!

最後我們走的那天。我懷着依依不捨的心情離開韓國!

這次來到韓國打比賽令我吸收到很多的經驗，而我覺得自己的技術還不夠，所以我會加緊訓練，日後再可以為球隊爭取好成績!

### 陳思琳

我非常榮幸能成為香港代表隊的一分子，參加於17/7 — 21/7 在韓國首爾舉行的「小馬聯盟亞太區棒球錦標賽」。

在首兩場賽事中，我們先與中華台北和韓國B隊比賽。畢竟我隊的練習並不多，我們與中華台北、韓國隊的實力始終有很大的差距。雖然我們無法取得勝利，但我們也總算發揮出應有的水準，可算是雖敗猶榮。

終於，我們在第三場 — 與俄羅斯對壘的比賽中，能夠一雪前恥了!我隊憑着數支安打，逐漸拉開了比數。之後，我們更越戰越勇，把比數擴大，兩位隊友亦在最後連續接到兩球高飛球，使我隊以19對9的比數擊敗了俄羅斯，而我亦為球隊貢獻了兩分呢!這場勝仗實在使我們大喜過望!

可惜的是，我們無法將狀態延續下去。在第四場比賽中，我們和菲律賓起初旗鼓相當，但到了比賽中段，我們因為一時鬆懈，竟被對手一口氣拿下了9分，令差距突然擴大，最後更輸掉了這場比賽。

雖然我們在是次比賽中輸多贏少，但這次旅程不僅擴闊了我的視野，使我得以見識其他一級隊伍的實力，還加深了我和隊友之間的友誼和默契，更令我親身體驗到韓國的風土人情，嘗試到泡菜、韓式拌飯等韓國傳統美食的滋味，實在是一次令人難忘的經驗。

最後，我在此感謝教練的悉心栽培，以及各位家長的支持。我會繼續努力，希望將來能有機會再次參加國際賽事。

潘子謙

韓國首爾之旅是我第一次離開父母，獨個兒去異國比賽，心情真是既緊張又興奮。終於到了登機的一天，和媽媽告別後我登上了客機。

飛機終於降落在韓國首爾仁川國際機場的停機坪上。面對停機坪的開闊，我心裏極致興奮，有說不出的開心，那種複雜的心情實在難以形容！

我們住進了預先訂好的酒店，酒店周圍景色怡人，蔚藍的天空，青翠的草地，好一幅美麗如畫的景象。首爾給我留下美好的第一印象，在這裏的每一天都令人難忘，不過我印象最深刻的還是那兩天……

今天天朗氣清，風和日麗，好像為我們打氣，因為今天我們又要比賽對俄羅斯，大家隊員到達球場都沉著應戰，大家彼此鼓勵和支持，教練的指導，到最後我們勝出，大家都高興得拍起掌來，加油打出精采的球技，勝利第二，友誼第一。

第五天，我們便向「樂天世界」出發，場內設有各式各樣的機動遊戲，我急不及待加入排隊的長龍，等待玩「滑浪飛船」。我們坐船穿越狹窄的「航道」，在急流中高速地俯衝而下時，那從坡頂滑至坡底雖短暫卻充滿离心力的幾秒鐘，令我覺得實在太刺激了！下了滑浪飛船，我們又坐上「飛天鞦韆」上享受離地十米，被鞦韆凌空快速旋轉的樂趣，我的心彷彿被離心力拋出了鞦韆外，整個過程驚險極了！

傍晚時分，我們依依不捨地離開了充滿笑聲和歡樂的樂天世界。

經過六天的首爾之旅。我進一步加深了解韓國的文化。此行令我收穫豐富，我想我一輩子也不會忘記這麼有意義的旅行。



王兆文

七月十六日，這一天是六日韓國之旅的開始。我和爸爸在早上七時起床，去了麥當勞快地吃了一個早餐後，就出發到機場了。我們大約在九時半左右到達。到了十二時我們上機了。我們大約在五時到達韓國，然後大約在七時到達旅社，可是我們的房間分配出現問題，所以我們到了十二時才可以睡覺。

七月十七日，我們的比賽在下午兩時開始，我們的對手是中華台北，我懷着興奮的心情進行比賽，但是我們根本沒有能力拿到一分，甚至我們連上壘也上不到。

七月十八日，我們的比賽也是在下午兩時開始，我們的對手是韓國-B，這一場比賽基本上和上一場比賽一樣，我們根本沒有能力拿到一分，但是我們今次上到壘，因為對方的投手投出了死球，但是因為盜壘失敗，所以在二壘前被觸殺了。

七月十九日，我們的比賽在上午十時開始，我們的對手是俄羅斯，這一場比賽我們的士氣很好基本上人人都打擊到球，我自己就打到五球，拿到四分，有一次因打出二壘滾地球，所以被殺了。

七月二十日，我們的比賽在上午八時開始，我們的對手是菲律賓，我們的實力基本上都是差不多，但是我們在一局中被拿了九分，所以士氣急跌。只是可以拿到一分，所以敗了。

這一次旅程，我覺得很開心，因為我們有勝出過，比起上次小馬好好多，進步了很多。



# 少棒讓我們成長：一個家長的心聲

黃英傑 • 觀塘(青少年)棒球會家長

2011年7月20日小馬賽事，兒子在香港隊(觀塘隊)對菲律賓隊的比賽中，取得香港隊在該項賽事中最後一分，正好作為他告別少棒生涯的最佳禮物。

我家跟棒球結緣始自兒子6歲生日時一份卡通人物棒球套裝禮物：棒、球、手套一應俱全，兒子在家中玩樂時已能準確擊球和接球，因此媽媽便上網了解棒球運動和訓練班。兒子終於在7歲的暑期參加少棒訓練班，一年後加入了香港島/觀塘隊，亦開始了全家投入參與棒球運動—媽媽是兒子的祿姆，我就是司機，姐姐則成為最佳球迷。

棒球比賽需要球員明白自己在場上的職責，綜觀全局，凡事靠自己判斷該如何做，有時即使教練的指示亦不一定能配合臨場情況。我跟大部份家長一樣，都沒有想過讓孩子成為職業棒球員，我只希望兒子參與棒球運動能學習自我管理、獨立思考、不做「港孩」。然而小孩子參與運動項目容易放棄，兒子亦不例外，尤其當他還是小隊員時，眼看著大哥哥們進行比賽訓練，自己還在重覆練習傳球接球，當然不會太認真。幸而當時香港島隊及觀塘隊有很多跟他年齡、高度、技術都差不多的孩子，終於令沉悶的練習，變成一群小鬼每週相聚的時刻。從此他們成為了一群志同道合的好朋友：場內一起打球，場外一齊打機。球員樂在其中，父母亦自動成為他們的「死硬粉絲」(die hard fans)。

觀塘隊最值得讚許的，就是每年都能進行內部分組比賽。孩子除了日常練習外，更能透過比賽吸收經驗；加上教練每年都安排多次訓

練營及境外比賽，以至爭取機會參與國際賽事—我們也曾隨隊參與過兩次小馬(bronco)亞太區賽事。孩子們既能實踐平日練習的技術，又明白一山還有一山高的道理：到台灣及中山比賽，他們體會到投球100km/h是何等快速，返回香港後就不敢再自吹自擂了。

少棒訓練給了兒子良好的技術和靈活的身手，更造就他能獨立思考、準確判斷、控制情緒，這是每位球員都應有的素質，更是青少年健康成長的必要條件。這幾年間我看到兒子懂得調節心理，承受壓力，在逆境中保持平穩表現，帶領球隊反勝對手。反而隊內有些球員稍遇不快(甚至不是挫折)便垂頭喪氣，表現走樣，好端端將一場穩勝的比賽拱手讓人。還幸兒子性格樂觀，即使每次受到教練的嚴厲批評還能從谷底反彈，而且他堅毅拚搏，要求自己完成任務，因此常將不可能變成可能。還記得去年聖誕期間參加沙田節少棒賽事，在多石棒球場跟日僑西隊對壘，兒子發現日僑隊捕手接球後經常將球拋給三壘手焗殺對手，因此他便在三壘引誘捕手傳球。當捕手傳球離手之際，他突然前衝，結果成功盜回本壘得分！當然他亦獲得擦傷大腿這份「額外獎賞」。

兒子結束了少棒訓練，全家也結束了每週的「迎送生涯」。在此我必須多謝幾位教練多年來對兒子的培育和啟迪，包括謝教練嚴格中帶輕鬆的態度，羅教練對孩子的關懷和愛護，以至最初訓練班上兩位張教練正面和反面的教材。我除了要向教練說多謝外，更要感謝我這位不怕艱辛不怕捱的兒子，你真摯的表現，不掩飾的感情，也給了我成長的機會，讓我知道怎樣能陪伴你一起成長。兒子，謝謝你。

# 2011年菊島盃 國際少年軟式棒球錦標賽



**梁得光**  
領隊兼教練

**梁皓男**  
教練

相隔5年後的今天，再次為棒總當上領隊一職，有馨竹難書之感，唯有按下不表。

入選今次澎湖縣菊島盃2011年國際少年棒球錦標賽的球員以香港仔棒球會和棒總分齡為主。年齡界乎8 - 12歲，當中以日本籍球員伊藤永希最小只得8歲。最後經棒球總會的同意出隊正名為“香港仔棒球會”。

今次的賽制有別於香港同級的比賽，他們是採取“可離壘”，“負險進壘”在23公尺壘間距離進行。但是球種跟棒總一樣採用“軟式”棒球。

可離壘的打法在出發前已告知吳照明和梁皓男兩位教練在訓練的時候多加練習，畢竟時候緊絀，球員們也盡了最大的努力是值得讚賞的。

球隊打從8月14日早上香港赤鱗角機場出發到台中再轉機至澎湖的馬公機場，直至8月21日回程。其間進行了5場賽事，結果4負1勝，值得一提是在最後一場友賽澎湖“講美國小”在將士用命之下以10:4取勝，難得是對手也不服輸打足六局，最終比原定時間約多打一小時，賽果則拉得更遠。

在今次的菊島盃中發生了一段小插曲，38支球隊來自台灣本土，日本和香港。在開幕典禮的末段，大會原定由澎湖縣長王乾發先生主禮。席間誠邀本人一齊主持。在各方誠意拳拳之下，唯有卻之不恭。王縣長當投手，本人則當打擊手。在一投一揮之下賽事就此開始。

本人在此多謝香港棒總麥年豐先生提名，棒球總會的任命。並得到棒總梁國業先生，杜佩錡小姐，香港仔棒球會的吳湛明教練，林錦華先生的幫助。

謹致萬分謝意  
祝願各位身體健康，萬事如意

代表單位：香港仔棒球會

隊兼教練：梁得光

教練：吳照明 梁皓男

球員：

香港仔棒球會：郭靖 郭禹 林澧謙 梁崇仁

廖駿傑 吳家浩 溫爵鑫

黃俊傑 楊天樂 楊天朗

葉君熙

分齡：伊藤永希 梁卓謙

很多教練都會用“未經雕琢的玉石”來形容一些有潛質的球員。而我今次就帶著十三塊喜愛棒球的玉石前往台灣，澎湖參加菊島盃。除了打比賽外，還想他們學習一下台灣棒球隊的精神和文化。

我們進行了三場官方賽事，比數分別是4:0，5:0，6:2。從球員們的表情和肢體動作可看到他們是何其緊張。但在這種緊張的心情下，仍可以保持著自己應有的水平，避免比數被拉開。雖然頭兩場都是沒有取得分數，但直到第三場，安打開始出現。在球員們努力下，終於取得香港隊在菊島盃的首兩分。雖然賽事最終輸了，但教練和領隊都十分滿意球員們的表現。

不過，最值得一提的反而是所有官方賽事完後的一場友誼賽。那天球員們從熱身開始已經進入作戰狀態，當天不論是正選還是後備的球員都有出色的表現，很多球員都有安打和得分，最終還以10:4擊敗對手。賽後有球員問我明天還有沒有友誼賽。當時我感到非常開心，因為我能夠看見球員渴望打球的心。但我只能無奈地告訴他們，明天已經沒有友誼賽了。

對我來說，只要球員能夠打得開心，盡興，吸收到比賽經驗。友誼賽還是官方比賽已經是沒有分別。我希望球員們可以記住今次的經驗，把這次的經驗作為日後進步的基礎。



楊天朗

在這次菊島盃裡，我和隊友變得更加團結，在正式的比賽中我們一場比一場更好。在兩場友誼賽中，我們更以10:4打敗澎湖港美。那一場比賽我們都表現得很好。這次旅程中，在沙灘長跑十分難忘，跑完十分累，但阿sir隔後獎勵我們，和我們一起玩。我希望打完這次菊島盃後變得更強。

葉君熙

本次的菊島盃是我最後一次的12歲以下的比賽，所以我十分珍惜這次的機會。說到比賽成績雖然未能取得一勝，但球員們的表現算是傑出，在頭兩場賽事雖然四壞保送，但教練沒有對我們訓話反而支持我們，所以在最後一場比賽突破零得分的僵局。在這次比賽中，兩位教練令我學到一樣很重要的東西：「教練給你信心，球員就要給表現出來。」

8號球員 - 吳宗浩

我很開心能參加今次的澎湖之旅，雖然我們在菊島盃的頭兩場比賽中都只得零分，但在最後的一場比賽中我們拿到了2分，所以覺得很開心；而我不開心的事，就是我們在這三場比賽中都輸了。但我知道有紀律是可以被對手尊重。

楊天樂

在這次旅程中，我們學到非常多知識。在第一場比賽中，我們防守挺好。攻擊方面就總是在三壘得分圈就三出局，根本就不能得分。在第二場比賽中防守就比較差一點，投手只是投四壞球，我們就很難「殺人」。第三場比賽，林禮謙在三壘，打了一支安打送了一分回來，然後觸擊球再送一分。我這個旅程真是非常開心。

林禮謙

今天是8月14日星期日，是我們出發到澎湖參加菊島盃的日子，我的心情十分興奮，因為這是我第一次參加菊島盃。到了澎湖機場，我們受到熱烈歡迎，有閃燈的牌亮着：熱烈歡迎香港仔棒球隊到臨澎湖！之後我們便回到酒店休息和準備明天的比賽。

第二天，比賽前是開幕典禮，大約9時30分開始比賽，對手是澎湖興仁，因為這賽我們有幾局是守零，但最後賽果是0:4興仁勝。

之後幾天，我們再打了3場比賽，最開心是最後一場，對手是澎湖講美，賽果是10:4，10是我們，香港勝！在這次比賽中，我打了6支安打，我很高興能參與這次比賽，希望下次我們會再次爭取到更加好的成績！這次旅程十分難忘！

## 菊島盃記趣 伊藤永希媽媽

小兒今年有幸參與澎湖菊島盃的賽事，也是全隊中最年幼的參賽者，這是他首次參加海外比賽，還需要和隊友們同處八天，說實在，出發前我老是在擔心他能不能適應，會不會給其他隊友帶來麻煩，幸好，到最後發現這些擔憂原來是不必要的，也抱着參加“遊學團”的心態，讓小兒擴闊視野，體驗真實的棒球比賽。

### 出發前

隊中有好幾位隊員已經有多次參加海外比賽的經驗，而且也更參加過七月份的世界少年大賽，所以家長和隊員的經驗可以借鏡。還記得我們家長們躲在球場更衣室裏趕工製作打氣牌、送其他隊伍的紀念小冊子等等，分工合作，氣氛融洽，後來更要冒著要“走鬼”之險，大包、小包地搬到更衣室外繼續趕工，雖然狼狽，卻不失為難忘的經驗。回到家裏，我發現小兒的打氣牌很多字體開始剝落（可能趕工太快的關係），索性重新為小兒設計過另一個，幸好效果不錯，回來以後我還留下這個製成品。

除了打氣牌和紀念小冊外，家長們也準備了出隊的服飾，更買了某學校的體育服褲子，自行回家縫好號碼，不用再多花錢。有位家長更為全隊隊員準備了行李牌，各隊員連行李都更為統一了。

出發前兩天趕去買區旗，買到了，回來的時候發現沒有買旗杆，幸好家裏不再用的窗簾杆還沒有扔掉，這回可廢物利用了。由於可以伸縮的關係，攜帶方便，後來更可以成為我們旅途中的“晾衫竹”。一物多用，沒有浪費。

### 賽事

菊島盃的三場預賽我們都未能勝出，未能進入複賽，不過聽說今年比去年進步，起碼沒有讓對方拿到雙位數字的得分，防守比去年出色，13名隊員裏有11位都是香港仔棒球會的隊員（小兒和另一隊員為分齡學員），默契比較好，強敵當前，我們的隊員都沒有氣餒，緊守崗位。我們在某一場的賽事裏更拿到2分，而得分的隊員也沒有趾高氣揚，把自己當成是功臣，我相信這是教練們和家長們平日已經灌輸了勝不驕、敗不餒的概念，隊員們建立了正確的價值觀。

另外也安排了兩場友誼賽，一勝一負，贏了的那一場，隊員們的士氣也明顯地提高了，一眾小將們落力打氣（其中包括小兒帶頭去喊口號），看到小兒如此投入，外子和我都非常感動！對方投手的一次失誤，送了小兒一個觸身球在腰上，小兒馬上大喊了一聲“哎呀”，不過沒有忘記要上壘，忍住痛馬上放下球棍，一拐一拐地跑到一壘，最後也成功跑回本壘奪分，沒有乘機撒嬌或放棄，有體育精神，well done！

這次菊島盃共有38隊參賽的隊伍，36隊是臺灣各地國小的精英隊伍，國際的就只有我們和日本的全筑波隊。賽事的第2天我們隊伍沒有賽事，我和外子就趁這個空檔去看日本隊和澎湖講美國小的比賽。外子是日本人的關係，跟對方說想跟著去“応援”，對方也歡迎，那我和外子兩個不速之客就跟著日本隊的車出發，人家先到水族館逛逛我們又跟著去，人家吃午飯也多留兩個便當（飯盒）給我們，真客氣。

去澎湖的飛機上，我們快要下飛機的時候有一位老伯伯從後喊了一聲“Ito-san!”當時我還以為是外子的朋友，原來不是。這位老伯伯坐在靠近隊員的位置，看到小兒拿住日本護照，便跟小兒以流利日語交談起來。小孩告訴老伯伯爸媽坐在前面，他就過來跟我們打招呼，非常客氣，說小兒很可愛，還留下名片叫我們在澎湖有需要的話可以去找他，真有人情味。老伯伯還在第一天比賽的時候親自到場帶同果汁飲料過來“応援”，又說小兒可愛，想過來替他打打氣，這樣，小兒就迎來了他的第一位“粉絲”！

每場賽事完畢以後，兩隊的隊員都會握手，拍照，看到那些雙方隊員都真誠地伸出友誼之手，友誼第一、比賽第二這句話真的沒有錯。小兒可能因為個子較小，人家都覺得他特別突出，對方球員爭相跟他握手，拍拍他的肩膀，把他圍攏起來，看來小兒蠻有人緣！

出發前在網絡上找過一些資料，知道澎湖講美國小棒球隊的輝煌歷史，曾在2002年取得亞洲盃冠軍，當時轟動全台，譽為“紅葉精神再現”，當年的小將們都已經上了國中，這群師弟們也不弱，力挫了日本隊，名不虛傳。我們也有幸到他們的主場進行了一場友誼賽，這一次他們的主將因為要繼續菊島盃的賽事，所以這場友誼賽他們只派出較為年輕的球員，不過不能小看這些小球員，平日訓練有素的關係，年紀小小都已經有不錯的球技。這是一個

難得的交流機會，我更冒昧地攜同小兒已經不常穿的球衣向他們的主教練王長壽老師提出交換的要求，最後能換到強隊的一號球衣，成了小兒最喜愛的紀念品，我和外子也非常高興。

看了多天高水平的比賽，感受到臺灣朋友們對棒球的狂熱，只可惜在澎湖售賣的棒球用品不多，選擇有限，然而外子看球賽看得異常興奮，還說：“能重拾年少時的棒球情懷。”看來，他比我更享受這次菊島盃的賽事。

### 賽事以外

白天主要就是看隊伍的比賽，下午太陽太猛了，如果沒有賽事，大夥還是回酒店/民宿休息充電（外子和我留在電視機前看職棒重播，爽！），黃昏等太陽快下山的時候才出外走走。我們隨隊的家長們有時候也相約一起吃晚飯。當地因為是海島的關係，漁獲豐富，我們都吃了好多頓美味的海鮮餐，價錢比香港便宜，大家聊聊天，歡樂的時光很快就過去。

我特地選了一家非常靠近隊伍下榻酒店的民宿入住，方便我和外子每天去看小兒。隊伍的酒店有洗衣機，真方便，我差不多每天都把我們的衣服，連同小兒的衣服，都一併拿到隊伍的酒店來自助洗衣，擔當了“家族洗衣部經理”。民宿的老闆娘非常友善，還開放了民宿的天台讓我晾衣服，還提供了大量的衣架、夾子隨我使用，感謝民宿的貼心服務。

臺灣經歷了日本的殖民統治數十年，日式的影響到今天還是隨處可見，老一輩能說流利的日語，新一代對於日本文化趨之若鶩，日式建築比比皆是。澎湖比臺灣本島更寧靜，也保留了不少日本風貌。外子不止一次說：“這裡真有我們昭和時代的風味”。由於好多天都有球賽，我和外子差不多都到場出席，餘下來觀光的時間就不多了，我們只能去看看馬公市內的古跡。我特別推薦大家去看看澎湖拓展館和兩蔣都住過的第一賓館，兩個地方都是日式建築，澎湖拓展館闡述了澎湖多方面的歷史，第一賓館除了有兩蔣時期他們用過的家具陳設以外，更有地下軍事指揮室，喜愛歷史的朋友不要錯過。

### 要感謝 ○○○○

首先要感謝香港棒總和香港仔棒球會，分齡學員不夠人數組成隊伍參賽，而最終香港仔棒球會能派隊出賽，也不嫌小兒技術稚嫩，接納了加入訓練，最終能成行，讓小兒得到一次寶貴的經驗，感謝兩方的盡力安排。梁領隊和各位教練賽前的悉心教導和旅途上的照顧，讓小兒在棒球興趣上和技術上大得得以提升。

棒球會各位家長的無私奉獻，採購、製作等等瑣細的工作都一一辦妥，讓隊伍的各項出隊的工作得以完滿完成。大家態度友善，沒有因為我和外子是“外來客”而有隔閡，非常感謝各家長的熱情。我們也很高興大家因為這次菊島之旅而成了好友。

各位隊員在旅途上跟小兒成了好友，又展示了紀律、團隊精神和奮鬥心，是小兒的一個好榜樣。

日本全筑波隊讓我們隨行，讓我們度過了愉快的一天。

講美國小的王老師和一眾職員的熱情，非常感謝那件一號球衣，讓小兒有個美好回憶。

飛機上遇上的老伯伯、我們入住的民宿老闆夫婦倆的親切服務，為我們這次菊島之旅增添了色彩。

### 後記

小兒回來後滔滔不絕跟我們分享他這次菊島之行的點滴，看來他也非常享受這次出行，更說假若明年有同樣的機會，他想多去一次，雖然言之尚早，不過看到他從前比較害羞、被動的性格有所改善，令我們感到欣慰。

“忘記背後，努力向前，向著標杆直跑。”道路還是很漫長，孩子，努力吧！

# Tradition to Future

## The history and current situation of women's baseball in Japan

Baseball was a sport not only for men but also for women when it was first introduced to Japan. A women's team was formed in Imabari Girl's High School before WWII, an inauguration tournament for women with other schools was held as early as 1919.

Right after WWII in 1950, Japan Women's Baseball Federation was formed to organize a women's professional baseball league. **Mineko Kousaka** who played in the professional league back then is still an active player in her seventies.

The post WWII women's professional baseball boom did not last long, but a nonprofessional league organized by some companies' baseball clubs lasted till early 1970's.

In 1978, Fuji Television who successfully created the women's pro-wrestling boom took lead to form a women's baseball team **New Yankees**, it did make some noise but failed to entrench. At the same time, women's rubber baseball teams started to flourish in high schools, universities and district leagues and tournaments were held in different parts of Japan during which no single women's hardball team existed.

During that time, **Keiko Suzuki** reached the headlines of the media when she went to the USA on her own and joined the American women's professional league. Suzuki joining as the Captain of the team which participated in 1999 South Florida Diamond Classic tournament organized by American Women's Baseball Federation became a turning point. The Formation of team Japan triggered a huge development of women's baseball in Japan.

A voluntary organization, The All Japan Women's Hardball Team Executive Committee for the first time held an open selection in Japan in December of the same year, this offered hopes for women players who used to play together with men all over the country. In 2002, **Women's Baseball Association Japan** was established with the Committee as the core. The Association was then approved as an incorporated nonprofit organization and was qualified to join Japan Amateur Baseball Association in 2004. Till this day, women's baseball finally became in par with men's baseball.

**Mr. Kohei Yotsu** accelerated these wave of success by providing his own fortune in promoting women's baseball. He organized Japan-China High School Girl's Hardball Baseball Tournament in 1995 and Japan-Korea High School Girl's Hardball Baseball Tournament in the following years. Mr. Yotsu invited players from China and Korea and established an international communication channel throughout baseball communities among the girl's players of different countries.

Mr. Yotsu took one step further and created the inauguration **National High School Girl's Hardball Baseball Championship** in Fussa City Tokyo during 1997. He dedicated his last few years of his life to the development of women's baseball until his demise in 2004.

Starting from 2004, **Women's Baseball World Cup** is being held every two years by **International Baseball Federation (IBAF)**. Japan sent a team consisted mostly by high school players and achieved runner-up for the first World Cup in Edmonton Canada, 2004.

After suffered the same indignity of becoming runner-up for the second consecutive World Cup which was held in Taipei 2006, Japan beat their strong opponents USA and Canada and won the World Cup for the first time in Matsuyama, Japan 2008. Japan also became the back-to-back champion in the fourth World Cup held in Venezuela last year.

In Kanto area of Japan, **"Venus League"** supported by NPB team Yomiuri Giants is held in every spring and autumn and the league is increasing its scale yearly. There are also movements to start a league in Kansai area. The number of girl's high school hardball teams has increased to seven teams in the country. The high school tournament which was founded by Mr. Kohei Yotsu out of his own pocket is now well-established and held in every spring and summer with great competitiveness.

**Ayumi Kataoka** of Ibaraki Golden Golds and **Eri Yoshida** who is known by the nickname of "Knuckle Princess" are frequently used by the media to draw public attention. At length, **"Girls Professional Baseball League (GPBL)"** has been founded last year to organize a professional league consists of Kyoto Astro Dreams and Hyogo Swing Smiley in Kansai area. The news of the foundation of full professional league is attracting rising attention throughout the country.

Also in the last summer, thanks to the great effort by **Mr. Yoji Sudo**, **"The First National Girls Hardball Baseball Youth Championship"** was held. The tournament had **Ms. Machiko Takahashi** who contributed to women's baseball over the years as the home-plate umpire of the championship game. This successfully forged together the past and present generations of women's baseball players. Despite the great loss of Mr. Sudo soon after witnessing the success of the first championship, his wish has been carried out now as this second championship being organized.

This May, before this championship, a memorial Japanese Ash tree was donated from "Association of Growing Japanese Ash" of Iwate Prefecture to memorize the event. The donation is done by the courtesy of **Mr. Osamu Hara**, the president of the association, for the past ten years, had single handedly grew 15,000 Japanese Ash wood used for baseball bats. The tree is going to be planted beside the baseball field of Heisei International University which is the birthplace of the championship overseeing the future growth of the youth event.

This year the long awaited championship is about to start. The battle of the girls is being kicked off in order to create "Traditions" set by the forerunners who had laid a solid foundation for the "Future".

(Non-fiction Writer Shoichi Hasegawa, translated by Miyoshi Masanori, translation supervised by David Wong)

# 深圳棒球發展史—父子精神

(向已故的王健、王福林致敬)

## 一、初遇

第一次見到王福林老教練時，時間大約在2007夏天的一個上午，當時我和兒子在學校門口的路邊等待去商場購物的免費接送巴士，王教練和他的夫人也在候車。剛剛加入棒球隊訓練的兒子告訴我，那是他們的棒球教練。於是我過去和老教練打了個招呼並自我介紹了一下，在寒暄的過程中，感覺老教練非常和藹可親，談吐不凡。

2007年，王教練執教的深圳市同樂學校棒球隊奪得全國青少年棒球錦標賽A組（小學組）冠軍。

## 二、追憶

深圳的棒球運動，時間可追溯至1994年。畢業於天津體育學院棒球專業王健教練來到深圳大學成為一名體育老師以後，一直有一個夢想，那就是要做一名棒球教練，要帶出一支高水準的棒球隊伍。他先是在深圳大學組建了一支隊伍，可是大學裏學生的流動性太強，選材也受到一定的局限，棒球運動開展後，起色不大。但他堅信深圳是一塊棒球的沃土，他要在深圳播下棒球的種子，讓棒球運動在深圳生根、發芽、成長……

於是，王健教練就將目光轉向了一些附近的中小學。最後，他與華僑城小學的賈笑純校長找到了“共同語言”。

1997年，他終於實現了他的夢想的第一部分：在華僑城小學正式組建了一支少兒棒球隊。建隊之初，場地與器材的缺乏以及棒球運動的群眾基礎薄弱使棒球隊面臨著重重的困難。但是，王健教練內心的信念永遠沒有動搖，他一邊利用業餘時間帶領一群小孩子開始了他們的棒球啟蒙訓練，一邊憧憬深圳棒球的美好前景……

1999年球隊中的許周堆、盧小龍被選派到中國國家少棒隊集訓，並代表中國少棒隊參加日本舉辦的世界少年棒球錦標賽，最終以全勝戰績獲得世界冠軍。

2000年球隊中的羅志遠、林志雄、梁永樂被選派中國國家少棒隊集訓，並代表中國少棒隊參加日本舉辦的世界少年棒球錦標賽，並取得了世界少年棒球錦標賽亞軍的好成績。

一個個春夏秋冬，王健教練陪著這群孩子從小學升入中學。在這期間，華僑城中學的體育教師黃永東也就成了他的“黃金搭檔”。在教練和隊員的努力下，深圳的棒球終於開花結果了：

2000年，華僑城中學棒球隊代表深圳市在上海舉行的全國少年棒球比賽中奪得了冠軍！

2001年9月全國少年棒球錦標賽上，深圳少年棒球隊再次以優異的表現取得亞軍。並代表國家青年隊參加在日本大阪舉行的世界青少年棒球錦標賽，淘汰賽中戰勝了衛冕冠軍美國隊，一度轟動全球。最中在16個參賽國家中獲得第8名得好成績。

2002年華僑城中學棒球隊代表深圳市參加廣東省運動會棒球專案的比賽，並獲得亞軍。

正當深圳棒球在王健教練的帶領下取得良好發展的時候，不幸卻突然降臨：2002年11月的一天，王健教練遭遇車禍不幸去世！天嫉英才，王健教練時年32歲。

## 三、再續棒球情

王健教練的父親王福林，中國棒球的功勳元老、曾任教於天津體育學院棒球專業，一位從事了幾十年棒壘球教育事業已退休在家的老教練，本來已到了頤養天年的年齡。突然從南方深圳傳來兒子王健去世的消息，如五雷擊頂。但是，老教練沒有太多的時間悲傷，他趕來深圳辦完了兒子的後事之後，他做出了一個驚人的決定：他要留在深圳，他要抬起兒子的教鞭。因為他知道，剛剛成長起來的深圳棒球運動以及青少年棒球人才的培養不能因為兒子王健教練的突然去世而陷入停頓或中斷……

深圳的棒球運動在繼續的發展：

2003年全國青少年AA組棒球錦標賽，華僑城中學再次獲得冠軍！

2004年，華僑城中學棒球隊代表中國參加在美國舉行的世界青年棒球精英錦標賽，面對各國強手，無論從身材、力量、技術水平都有著較大差距，最終獲得小組第三名。

為了讓棒球運動在深圳的各個學校得到更好的普及，2004年王福林老教練來到了深圳市南山區同樂學校任教。同樂學校是一所新開辦的學校，老教練希望在這塊棒球的荒蕪之地上開懇，種下棒球的

種子。同樂學校的孩子們很快喜歡上了棒球這一新鮮而有趣的運動。老教練精心的呵護和培養著一棵棵棒球的“幼苗”，他希望，這些“幼苗”最終能成長為“參天大樹”。

常常看見，在同樂學校的球場，一群小球員在練得熱火朝天，而老教練也在忙個不停。夕陽西下，球場上倒影著老教練長長的身影，他還沒有休息，他在集合隊員進行訓練總結，這樣的總結，常常一講就半個多小時甚至一個小時，他希望能儘量詳細的給小球員講解棒球的知識，幫助小棒球隊員成長。

老教練的勤奮工作和敬業精神深深感動了身邊的許多人，包括老師、學生與家長。2007年，70多歲的老教練被評為深圳市南山區教育系統優秀共產黨員。面對榮譽，老教練作了一篇《這一切都是我應該做的》的報告，以樸實的語言闡述了作為一名共產黨員應該具備的奉獻精神。

他依然每天起早貪黑的忙著訓練棒球隊員。

#### 四、噩耗再次降臨

2009年初夏的一天，天氣比較悶熱，老教練依然像平時一樣，帶領隊員訓練完了各項科目，然後是訓練總結，最後把孩子送出校門。當老教練回到體育組辦公室後，他突然中暑暈倒了！長時間超負荷的工作的和年事已高，他的身體吃不消了！但是在蘇醒之後，他沒休息幾天，也沒去醫院，他依然每天帶著孩子們訓練。他在用自己的精神和意志在硬撐著自己……

同樂學校領導注意到了老教練的身體狀況，他們反復的勸說老教練，希望教練能結束工作。在深圳，經過多年的培養，原王健教練的多名弟子已學有所成，成長為棒球教練後，現在在深圳多所學校發展棒球運動，深圳的棒球已呈現蓬勃發展的勢頭。

帶著無限的留戀，2009年9月，老教練離開了多年執教的同樂學校棒球隊，回到了天津老家。他一直捨不得他在深圳的棒球小隊員，他一直在牽掛著深圳棒球的發展……

大學畢業回到深圳的王家弟子許周堆接棒王福林教練，深圳市的棒球運動經過多年的努力，在2010年又進入了一個高峰期，優異的比賽成績接踵而來：

2010年5月，深圳同樂學校棒球隊奪得中國青少年棒球聯賽華南區總決賽冠軍！

2010年6月30日，以原同樂學校棒球隊員主要球員組成的華僑城中學棒球隊代表深圳隊歷史性奪得第13屆廣東省運會棒球冠軍！



2010年8月，代表華南賽區的深圳同樂學校棒球隊奪得中國青少年棒球聯賽全國總決賽冠軍。

2010年8月，深圳同樂學校棒球隊4名小隊員在參加MLB（美國職棒聯盟）中國夏令營時被美國教練選中，成為MLB中國棒球發展中心的學員，他們將在今後接受美國式最先進的訓練。MLB期望從這些在全國範圍內所選取的最優秀青少年球員中培養出棒球界的“姚明”。

就在深圳的棒球運動發展又進入一個高峰時期時，2010年9月，從天津傳來了王福林老教練突然去世的噩耗！頓時，深圳棒球界陷入一片悲痛之中……

#### 五、發揚父子精神

綜觀深圳棒球運動的發展歷史，也是一段悲情交織的歷史。王建教練、王福林教練父子先後將深圳棒球運動的事業推向高峰，然後又相繼突然離世，令人無限痛惜！但是他們為深圳棒球運動的發展奉獻一切的精神，必將激勵深圳的棒球工作者繼續將深圳的棒球運動推向更高峰！

深圳同樂學校棒球隊教練  
許周堆  
2011-7-16

（本文參考棒球忠實愛好者同樂學校棒球隊員黃立威家長、黃徐波文章“棒球人生”）

# 棒球知多少

雅篤

1. 福本豐曾經保持生涯最多盜壘紀錄，他單季最多盜壘的紀錄為：

- A) 95個
- B) 86個
- C) 106個
- D) 130個
- E) 75個

2. 名將野村克也至今仍然保持多項日職個人紀錄，以下各項中並非由他保持的紀錄是：

- A) 生涯最多雙殺打
- B) 生涯最多打席數
- C) 生涯最多打數
- D) 生涯最多安打
- E) 生涯最多犧牲高飛球

3. 保持最多連續出賽紀錄的Cal Ripken Jr.主要防守位置為：

- A) 左外野手
- B) 游擊手
- C) 二壘手
- D) 三壘手
- E) 一壘手

4. 日職史上唯一三次獲得三冠王寶座的是：

- A) 落合博滿
- B) 王貞治
- C) 野村克也
- D) Randy Bass
- E) Greg "Boomer" Wells

5. 鈴木一郎在1994年打破日職單季最多安打紀錄，原來的紀錄保持者是：

- A) 張本勳
- B) 王貞治
- C) 新井宏昌
- D) 長嶋茂雄
- E) 山內一弘

答案：見第47頁



## 一代名將 揮別沙場

黃寶潮

(1925-2011)

黃寶潮，原名黃彪，晚輩尊稱“黃 Sir”，於二〇一一年七月八日悠然辭世，享年八十六歲，永別了他熱愛的、幾乎終其一生奔馳其上的棒壘球場。

追思會於八月五日舉行。

會上致詞的有其兒棒時代的隊友羅偉豪、八十年代在沙田並肩為華人少棒拓荒、組織《沙燕》少棒隊打出一片天的戰友基覺小學校長盧光輝、晚年一直多方關懷照顧的周炳洪夫婦、知交石盟偉、第一代《沙燕》少棒球員陳家強、以及“海豚”少棒代表。

追思會由前香港棒球代表隊隊員周德邦主持。

黃 Sir 的親屬三弟婦致感謝詞並祝福。

送行的學生、家長、好友甚眾。

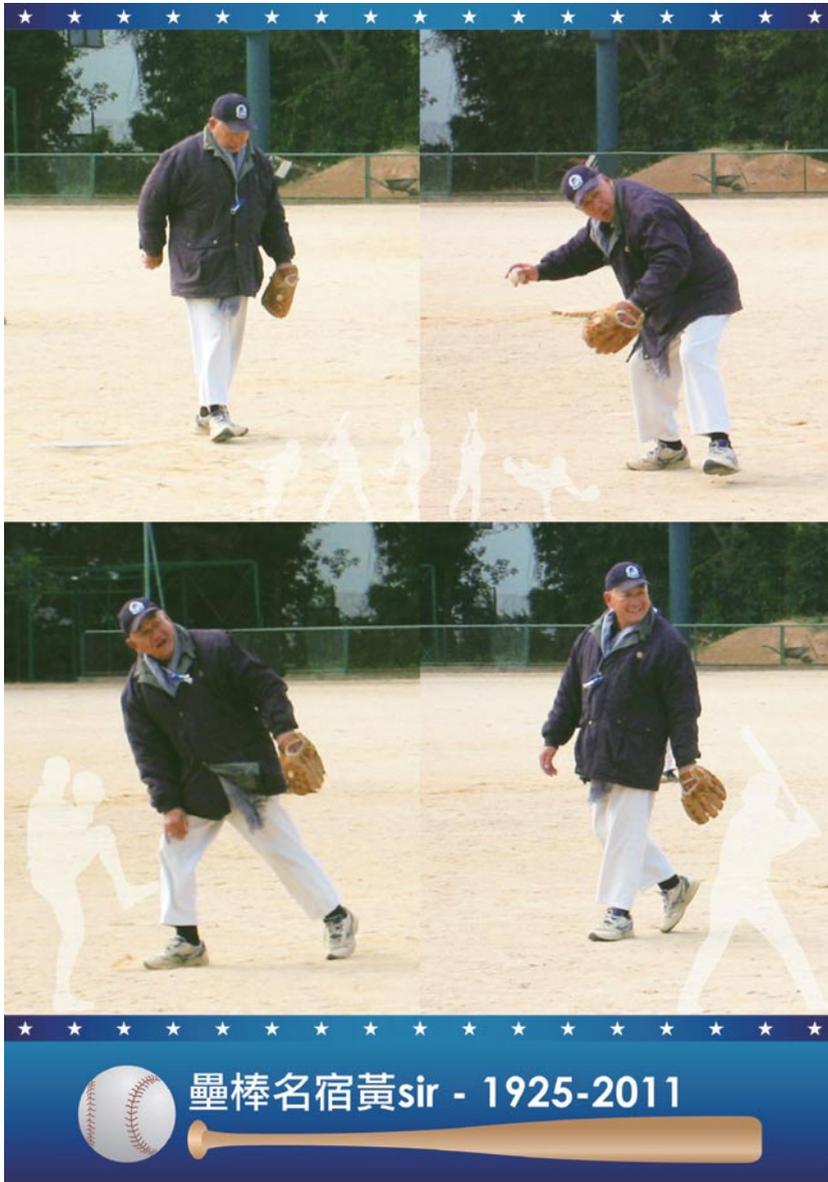
### 簡歷

- |           |                                   |
|-----------|-----------------------------------|
| 1925      | 出生，父為留日愛國教育家，曾投身孫中山先生的革命活動；       |
| 1939-41   | 獲選中華少年棒球訓練團，師承梁扶初，此後終身稱梁為“師傅”而不名； |
| 1946-78   | 參加中華壘/棒隊、南華體育會僑聯壘球隊及代表中國參加國際賽；    |
| 1948      | 代表廣東省壘/棒隊參加上海舉行的第七屆全國運動大會；        |
| 1959-60   | 壘球聯賽中登上全壘打王座 (.448)；              |
| 1960-75   | 任南華會女子壘球教練，奪得多屆聯賽冠軍；              |
| 1969      | 獲取香港康體局合格壘球教練證書；                  |
| 1978-85   | 任香港大學/香港理工學院學生 Sports Club 男女子教練； |
| 1982      | 任香港康體局舉辦全港體育教練壘球培訓班總教練；           |
| 1983-85   | 任沙田區香港少棒聯盟棒球隊總教練；                 |
| 1986-94   | 任《Pandas》及《Giants》少棒隊教練；          |
| 1993      | 棒總第一期男女子成棒訓練班，任總教練；               |
| 1994      | 任《奔豹》少棒隊主教練；                      |
| 1994      | 棒總成立後首度派隊外訪廣州，任總教練；               |
| 1995      | 應香港中文大學體育教師研討會的邀請，主講壘球教練心得；       |
| 1995-2005 | 組織《Dolphins》少棒隊並任主教練；             |
| 2006      | 榮休。                               |

■ 上圖攝於一九九三年秋何文田東配水庫雜草場，棒總第一屆棒球訓練班女子組開課，導師黃寶潮。

撰文及攝影 趙耀靈

## 敬之！黃寶潮教練



天下無不散之筵席，我們敬重的棒球界資深教練“黃寶潮”在上月離開了，到了天國那邊！！

黃教練一生貢獻給棒球，人人皆知。本會在創立初時，亦得到黃教練不遺餘力的協助，是本會的“創會”教練。他悉心培育年幼球員，相信今天的港隊名將，有不少都是他曾經指導過？

黃教練雖已離去，但大家都認為他的精神仍在，因此為着紀念黃教練，亦希望將來每位棒球小戰士，都認識到黃教練對棒球熱誠、執着的精神。

本會謹在此攀黃教練之名，將本會過往一直舉辦的「深水埗棒球會(第三屆)棒球邀請賽」易名為「深水埗棒球會(第三屆)‘黃寶潮’棒球邀請賽」以作紀念。

# 深水埗棒球會2011清遠暑期訓練營

一年一度的約會，暑期集訓又來了！今期由區教練為暑期訓練營訂好安排及計劃，請了來自台灣的林教練及北京李教練，還有我們的Nok Sir, Billy Sir, Berny Sir。

台灣林教練帶來了不少的訓練新元素，相信他們都一嘗台灣棒球小子的如何、如何！！



失蹤日誌稿件。

你在他鄉的感受！

..... !

八月十九日 星期三 兩天  
今天真是一天到清遠，今年比較不同，以往都是內地的教練任教，但今年卻是有港及台灣的教練來教，所以感覺很親切。  
今天練習時，原本天氣很陰涼很舒服，但突然天氣一變，對面的烏雲籠罩過來，不對面來到球場，我們立刻去避雨，但大約十分鐘後，停雨了，太陽也出來了！不過，練了不久，又下雨了。

所以最後都在此練習。  
今天晚餐真的很好吃，很多冬瓜，真是消暑解渴。  
八月二十日 星期三 晴天  
今天和昨天一樣，早上練習，午餐，下午又打了一場全壘打，真的很有心。  
下午，又練防守，又再投高球球，我們風風雨雨。  
今天，所有人員都要報關，而北京網教練也來了。  
晚上，吃晚餐時，可能預先報關了，晚餐特別安靜。

A君

回到房間，下場和Relief又來了，這期又來了。  
當大家成為自己的日記時，突然Billy Sir和Berny Sir帶著一隻熊筆，這是熊筆一筆一筆的。

麥浩謙

星期日 Date: 21-7-2011 page  
我叫Henry，今年9歲，我是第一次去清遠。今天和一班同學在紀念，我們和教練一起到一家餐廳，我們非常開心。晚上我們去酒店吃宵夜，吃完後我們去睡覺。雖然下雨，幸好雨不大，所以不用回宿舍。出來到中午五時，我們去打球。我的感想：有黑占開心，因為我的爸爸就回去了香港沒有陪他。

星期三 Date: 3-8-2011 page  
我叫Henry，今年9歲，我是第一次去清遠。今天是星期一，我們已經去了清遠，差不多一星期了，我在的Sam老師非常照顧我們，他帶我們去酒店吃宵夜，吃完後我們去睡覺。雖然下雨，幸好雨不大，所以不用回宿舍。出來到中午五時，我們去打球。我的感想：有黑占開心，因為我的爸爸就回去了香港沒有陪他。

文正康

1<sup>st</sup> August, 2011  
Today, we play baseball, first, we do a hard form of throwing. Next, we do a easy form of throwing. Next I go to a dinner and is chi chi's birthday! Next, we finally go and write this diary!  
ps. we learn of ground ball and left ball and right ball!

今天我們很早起床，我很快穿衣服，我很快去去棒球场。今天我們打了昨晚的球，我的支也是棒王隊。我的支是棒王隊。小管叫的Nikis。我也要去練。

梁詠姿

今天晴，我在這裡很快樂，很快樂。我今天生相我很快樂，我認識了木木。木木是台灣人他很好人殺。

莊泓峰

29/7/2011  
Today 今天我到了清遠，我們一起去打棒球。Today, I went to (清遠) Training and play Baseball. We to play baseball, there is fun.  
相  
我的感想是快樂。  
My feel telling is happy. (女字)



# 西九龍棒球會國內集訓

教練：張安橋、梁宇聰

日期：2011年3月25-27日



西九棒球隊每年都會到國內集訓，並與內地球隊進行友賽。今年除了張安橋教練外，棒球隊還邀請到梁宇聰教練一起參與本年度集訓。首日在中山公園棒球場進行傳接球、接滾地球及高飛球等基本技術訓練，次日就到龍珠中學棒球場進行打擊及內外野守備訓練，最後一日就進行戰術訓練及把是次訓練成果應用於友賽上。

ninewest Pit

**Day 1**

揮棒之練習

1. 合身，雙腳並排站，以肩膀為軸
2. 肩部的肌肉要一收一放，肩關節要一伸一屈
3. 轉腰，重心要落在後腳上，擊球時重心要前移，重心要落在前腳上，重心要落在前腳上。

主要動作練習

1. 握棒之姿勢要緊，重心要落在前腳上
2. 擊球時重心要前移，重心要落在前腳上
3. 擊球時重心要前移

**Day 2**

揮棒之練習

1. 重心要前移，重心要落在前腳上
2. 擊球時重心要前移
3. 擊球時重心要前移

**Day 3**

打擊之練習

1. 重心要前移，重心要落在前腳上
2. 擊球時重心要前移
3. 擊球時重心要前移

**Day 4**

打擊之練習

1. 重心要前移，重心要落在前腳上
2. 擊球時重心要前移
3. 擊球時重心要前移

**Day 5**

打擊之練習

1. 重心要前移，重心要落在前腳上
2. 擊球時重心要前移
3. 擊球時重心要前移



**ninewest**  
Kevin

每年一度的外地集訓，那幾天是 NINEWEST 隊友

可以放下平常繁忙的工作，專注地練習只有棒球的好機會。今年一如以往在深圳龍珠中學棒球場，在香港確實好少機會在一個標準棒球場去練習或者比賽。因此各隊友都很珍惜這三日的時間，去聽從教練的指導和改善自己技術。今年除了西九主教練張安橋之外，還有客席教練梁宇聰，因為有兩位教練的關係，所以隊友們能夠分開內野和外野，以及打擊和跑壘練習。這樣各人都多點機會去接球，傳球和打擊，這些都是很難在香港平常練習時做到的，原因是時間和場地所限。完成三日練習之後，自己感覺獲益良多，希望學習到的會在之後練習時或比賽中能夠運用出來。亦希望自己和其他隊友能夠保持對棒球的熱誠，去運用所學到的來提升技術水平。

**ninewest**  
Kam

最初還擔心連續三天的集訓會令身體超出負荷，但各隊員的全情投入，令人

把一切疲累拋諸腦後，全力爭取每一分鐘進行練習。畢竟香港場地設施有限，能夠在這樣優美的棒球場練習的機會真的少之又少，就此感謝各位負責安排和聯絡的隊友們，他們在工餘犧牲了寶貴的時間，去把這次集訓做得盡善盡美，可見大家除了喜歡棒球外，還對 Ninewest 有一份特別的感情。希望各位棒球愛好者也感受到 Ninewest 的熱誠，一起讓棒球在香港強大起來。

**ninewest**  
Nick

每次集訓都令各隊員除平時的練習和比賽外，對對方有更多的了解，大家

相處更為融洽，新隊員更快融入我們這個大家庭。在集訓期間發覺自己基礎不足，希望可以在下一次集訓前練好自己的基本技術，令教練可以教授更高層次的技巧。

**ninewest**  
Oran

今年已是第三次參加西九舉行的國內集訓，今次訓練時

的天氣沒有過住的炎熱。在比較清涼的天氣，練習起來都比較輕鬆和集中。

星期五晨早，於上水集合後，一同過關，然後便驅車前往中山公園棒球場。

因為此場地比正常棒球場細，所以第一天的訓練主要集中於守備。包括接滾地球及高飛球。接滾地球的重點在於下蹲及保持重心低，眼注視球的跳動，把握最好的時機把球接好。那是重覆的蹲下動作已令我的大腿有點酸痛。下午練習打棒，經過教練指示怎樣轉動下盆後，打棒力量已感到有所改善。

第二日訓練在龍珠中學棒球場，集中於打擊訓練，經過教練教導改善握棒姿勢和上半身後，打棒的球感都改善很多。另外，短打的技巧也改良了不少，重點在於球棒必需在眼睛的前面位置，才會輕易把球點中。

最後一天是同場混合練習打擊及跑壘的練習。下午與韓國隊作友誼比賽。

雖然打棒的感覺在訓練時已有所改善，但是在比賽中兩次都未能掌握好，把球打出。幸好最後一次上場打擊時按教練指示成功使用犧牲觸擊，把一壘跑者送上二壘，而我就按預計中犧牲出局。除着我隊小勝韓國隊之後，集訓亦隨之結束。

多謝張 sir 和聰 sir 的教導，我還有很多棒球技巧需要多加訓練和學習，才能成為更好的棒球員。亦要多謝 Thomas 及阿 Tak 的完善安排。





**ninewest**  
Black Ghost

我已是第二次參加西九的 training camp。今年好玩多了，又有

2 個教練，同埋沒有受傷。想起上年給棒球打中眼真係好掃興，打唔到 friendly game。從之後的 B grade 賽事，我覺得今次 training game 是有成效的。雖然比賽結果是大敗，但自己覺得自己做到在 training camp 練習過的要求，其他隊友也有不錯的表現。希望日後所有西九隊員都能保持這種態度去練習去比賽！！ Go ninewest go!!!

**ninewest**  
Beo

一年一度的 Ninewest 訓練營轉眼已經過去。但這三天對於我們平時不多運動終日

在辦公室上班的一群來說可謂累得要命。雖然如此，我們仍然非常享受棒球帶來的樂趣。我之前也參加過其他的本地球隊，但只有 Ninewest 可以提供這樣的訓練可謂絕無僅有。其實場地對於運動項目來說真的非常重要，不論是哪個運動沒有一個好的場地要爭取到好的成績可謂天方夜譚。所以我們各隊員都非常真惜這機會善用這香港難得的資源。

雖然 Ninewest 已經是我見過本地球隊中最多練習的球隊，但其實仍然跟香港少棒聯盟有一段距離。不論是常規練習及比賽場數，成棒始終比不上少棒。這對於打了十多年棒球的愛好者來說就好像跌入了斷層似的。棒球是一種要經常練習的運動，放低了太久就會荒廢了，之前辛辛苦苦經營的青少年訓練就會白費了。

真心很想有心推廣香港棒球運動的朋友，可以投入更多資源於棒運。那麼香港才會有更出色的棒球員。

As Coach Onkyo and Coach Ar Chung pointed out at the annual Ninewest training camp, the most important skills in baseball are: the Basic Skills. Most players in B league, myself included, did not play baseball when we were young. We only learn about the sport thru TV or comics, and did not receive proper trainings early on. We always look at the little kids playing now and ask ourselves, how come they can throw faster than us, hit further than us, field better than us... Well, the simple answer is: Basic Skills.

While natural talent plays a big part in sports, training and good forms are equally important. Some people might argue that he is so strong that he can throw 90ft without even trying, or he is so fast that he can chase down any ball when fielding. It's all good until one day he realized he is getting older and isn't as strong or as fast as he used to be... Without the basic skills, your body wouldn't know how to react when all your physical prowess have faded.

While we might never become professional baseball players, or even get into the Hong Kong team, we should always try to improve ourselves. It might not always be about winning or losing, but at least you are trying. If you truly love the sport, practice your basic skills to become a baseball player, not just a guy with a metal stick.

**ninewest**  
Jerry

Three days in this China training camp I would like to conclude this wonderful trip with a quote:

"If you take out the team in teamwork, it's just work now who wants that?" - Matthew Stover

A piece of ninewest,

**ninewest**  
Marco



## 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/">http://www.aberdeen-baseball-club.org.hk/</a>	<a href="mailto:aberdeen_baseball@yahoo.com.hk">aberdeen_baseball@yahoo.com.hk</a>
	長沙灣棒球會 Cheung Sha Wan Baseball Club	<a href="http://www.sspbaseballclub.org">www.sspbaseballclub.org</a>	<a href="mailto:info@sspbaseballclub.org">info@sspbaseballclub.org</a>
	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>	<a href="mailto:dhbc.info@gmail.com">dhbc.info@gmail.com</a>
	蜻蜓棒球會 Dragonflies Baseball Club	<a href="http://www.dragonflies.hk">www.dragonflies.hk</a>	<a href="mailto:info@dragonflies.hk">info@dragonflies.hk</a>
	菁英女子棒球會 Elite Women's Baseball Club	<a href="http://ewbc.sinahappy.com/index.html">http://ewbc.sinahappy.com/index.html</a>	<a href="mailto:elite_wbc@yahoo.com.hk">elite_wbc@yahoo.com.hk</a>
	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>	<a href="mailto:hercules.bchk@yahoo.com.hk">hercules.bchk@yahoo.com.hk</a>
	英雄棒球會 Heroes Baseball Club	<a href="http://www.heroesbc.com">www.heroesbc.com</a>	<a href="mailto:admin@heroesbc.com">admin@heroesbc.com</a>
	何文田棒球會 Ho Man Tin Baseball Club	<a href="http://www.hmtbc.hk/index.htm">www.hmtbc.hk/index.htm</a>	<a href="mailto:hmtbaseball_club@hotmail.com">hmtbaseball_club@hotmail.com</a>
	香港棒壘推廣有限公司 Hong Kong Baseball & Softball Promotion Ltd	<a href="http://www.hkbsp.com.hk">www.hkbsp.com.hk</a>	<a href="mailto:promo@hkbsp.com.hk">promo@hkbsp.com.hk</a>
	香港島棒球會 Hong Kong Island Baseball Club	<a href="http://www.kwuntongylbc.com">www.kwuntongylbc.com</a>	<a href="mailto:wclobilly@gmail.com">wclobilly@gmail.com</a>
	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/">http://www.syps.edu.hk/</a>	<a href="mailto:syps@syps.edu.hk">syps@syps.edu.hk</a>
	葵青棒球會 Kwai Tsing Baseball Club	<a href="http://www.ktbc.hk">www.ktbc.hk</a>	<a href="mailto:jacchui@yahoo.com.hk">jacchui@yahoo.com.hk</a>
	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>	<a href="mailto:ktmc@ktmc.edu.hk">ktmc@ktmc.edu.hk</a>
	觀塘(青少年)棒球會 Kwun Tong (Youth League) Baseball Club	<a href="http://www.kwuntongylbc.com">www.kwuntongylbc.com</a>	<a href="mailto:tsedavis@netvigator.com">tsedavis@netvigator.com</a>

## 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
	Philippine Sluggers (Baseball Women, Philippine Team Hong Kong) 西貢棒球會 Sai Kung Baseball Club		cecillelerran@yahoo.com thephilippine_slugger@yahoo.com info@saikungbaseball.com
	深水埗棒球會 Sham Shui Po Baseball Club	www.sspbaseballclub.org	info@sspbaseballclub.org
	沙田體育會棒球會 Shatin Sports Association Baseball Club	http://sbcbaseballclub.wordpress.com/ http://www.facebook.com/baseballclub.shatin	kanbikki@yahoo.com.hk stsald@yahoo.com.hk
	Sluggers Sports Association	www.sluggers.com.hk	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	http://members.lycos.co.uk/wtsbaseball/html	wtsbaseball@yahoo.com.hk
	西九龍棒球會 West Kowloon Baseball Club	www.ninewesthk.com	info@ninewesthk.com

棒球知多少答案：1. C

2. D

3. B

4. A

5. C

## 2011-2012年度香港棒球總會活動概覽

日期	活動	地點	主辦單位
2011. 1 ~ 2011. 3	2011年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. 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年度女子棒球精英培訓暨海外交流計劃	晒草灣	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年度棒球精英延續強化培訓計劃(第一期)	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. 4	2011 HKBA PONY League	Sai Tso Wan/Lion Rock	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. 6	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. 7 ~ 9	2011/2012年度全港棒球公開賽(丙組)	康文署轄下場地	HKBA
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. 7. 9 ~ 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. 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. 9 ~ 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. 9	2011/2012年度全港棒球公開賽(男子甲組) 開鑼	晒草灣	LCSD / HKBA
2011. 9	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. 9	2011/2012年度棒球一級教練員證書課程	康文署轄下場地/奧運大樓	HKBA
2011. 9 ~ 2011. 12	2011年香港男子成棒精英持續培訓計劃	晒草灣	HKBA
2011. 9 ~ 2011. 12	2011-2012 年度男子棒球精英強化培訓計劃(第二期)	晒草灣	HKBA
2011. 9 ~ 2012. 2	備戰第五屆《鳳凰盃》香港國際女子棒球錦標賽2012	晒草灣/獅子山	HKBA
2011. 10 ~ 2011. 12	備戰香港第五屆《少年珠江盃》2011棒球錦標賽	晒草灣/獅子山	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. 10. 23 ~ 2011. 10. 28	裁判深化課程	獅子山棒球場/奧運大樓	裁判學院/HKBA
2011. 11	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
2011. 11. 4	BFA Congress	Seoul, Korea	BFA
2011. 11. 9 ~ 2011. 12	第十五屆棒球指導員證書暨領隊課程	奧運大樓/晒草灣	HKBA
2011. 11. 25	2010/2011年度香港棒球總會周年會員大會	奧運大樓	HKBA
2011. 12. 3	IBAF Congress	Dallas, Texas, USA	IBAF
2011. 12. 24 ~ 28	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. 23 ~ 2011. 12. 28	Taipei International "AA" Baseball Invitational Tournament 2011	Taipei, Taiwan	TPE
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 ~ 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. 2. 10 ~ 2012. 2. 13	"Phoenix Cup 2012" Hong Kong International Women's Baseball Tournament	Sai Tso Wan/Lion Rock	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
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



與王真洽合照

# 9th Asian AAA Baseball CHAMPIONSHIP



Scoreboard for the 9th Asian AAA Baseball Championship.

TEAM	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	合計	H	E
JPN	2	3	1	2	1	1	4				23	19	0
HKG	0	0	0	0	0	0	0				0	0	3

TM	一	二	三	四	五	六	七	八	九
JPN	8	7	5	6	3	1	2	9	4
HKG	吳	葉	甄	梁	方	李	黃	張	梁
				浩	永	汝	張	仲	

TM	一	二	三	四	五	六	七	八	九
JPN	4	3	6	5	8	2	1	7	9
HKG	板	近	高	横	畔	道	吉	北	白
	崎	藤	橋	尾	上	端	永	川	田