

Hong Kong Elite Athletes Association



2022-2023
Annual Report



許晉奎先生 GBS MBE JP

香港精英運動員協會 名譽會長

首先本人謹祝賀協會會務蒸蒸日上，繼續為本港體壇服務並作出貢獻。

2023 年是精英運動員非常重要的一年；因為亞運會即將於 9 月在杭州舉行，精英運動員磨刀十年，就是要在國際舞臺上證明自身的實力。

香港精英運動員從去年起四出征戰，為備戰亞運而努力，屆時我們期望香港有破紀錄數目的精英運動員出戰杭州亞運。在此，本人衷心祝願他們能穿金戴銀、為港爭光！

而在年底亞運過後，相信將有一批精英運動員選擇退役，投身社會或重返校園，不論選擇的是那一條路，香港精英運動員協會都能為他們作出支援，提供意見，解答種種疑難，面對日後的挑戰！

最後，我要感謝各執行委員會委員對協會的服務及貢獻；亦希望年輕的會員能積極參與協會所舉辦的活動，繼續為社會服務，發光發熱。



胡經昌先生 BBS JP

香港精英運動員協會會長

香港精英運動員協會其中的一個特色是身體力行。二十多年來，我們組織和參與的每一項活動，均是由會員及我們動員的義工親身去完成，去年亦不例外。

在去年 8 月，協會繼續實踐傷健共融的宗旨，與香港紅十字會甘迺迪中心合力舉辦了「香港紅十字會甘迺迪中心運動同樂日」，讓弱能學童接觸多類型運動及向他們推廣參與運動的訊息，幫助他們發展潛能，讓身心得到全面的發展。

每年年底我們都會與協辦機構香港基督教女青年會為長者送上溫暖的「愛心送暖行動」。去年也不例外，而且得到香港賽馬會為主要贊助商，連同其它熱心的贊助機構和人士，及 1,400 名充滿愛心的義工，探訪 12 區超過 2,800 戶獨居長者及低收入家庭。在此感謝各贊助商的慷慨支持及各團體義工們的熱心參與，活動才得以完滿的舉行。

近年，協會積極推廣「動感校園」及「動感社區」計劃，目標是透過推廣富趣味性的體育活動，為校園及社區注入活力及正能量。目前「動感校園」計劃已推展至 301 間學校，而「動感社區」計劃自 2018 年起至今，已推廣體育運動班至 10 個社區。

另外，協會的旗艦活動「毅力十二愛心跑」於今年元旦亦完滿舉辦，當日欣蒙教育局局長蔡若蓮博士在百忙中抽空蒞臨主禮，亦得到體育界、教育界、紀律部隊及超過 900 名參賽者以 2 小時接力跑的形式展現了毅力和愛心，並為精英運動員慈善基金籌得 30 多萬善款。

我謹代表協會向文化體育及旅遊局、中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、各體育總會、香港體育學院、以及所有友好團體、贊助商、校長和義工們表示謝意，感謝你們一直對協會的愛護、鼓勵和協助。也希望你們能繼續支持和指導，使協會為香港的精英運動發展，為香港的社會和諧能夠盡一點綿力。

最後，我也藉此向為協會任勞任怨地工作的協會執行委員會成員和秘書處全人，致以最崇高的敬意和感謝！



吳守基先生 SBS MH JP

香港精英運動員協會名譽副會長

在過去的一年，「新冠肺炎」疫情逐漸緩和，學校亦漸漸回復實體課堂。我們精英運動員協會亦努力為各「動感校園」安排實體運動訓練及體驗課堂，為參與「精英運動員慈善基金賽馬會動感校園」計劃的學校注入正能量，堅持我們的宗旨 - 「承諾培養我們的孩子能夠在一個開心快樂的環境下健康成長」。

我們欣喜「精英運動員慈善基金賽馬會動感校園」計劃現今已獲得超過 300 間學校註冊；在過去的一年共開辦 3,071 課程共 100,227 位同學參與。

而「精英運動員慈善基金賽馬會動感社區」計劃則因各個社區中心多次關閉而停辦部份活動；在過去的十二個月裏，我們夥拍五區的民政事務處，共開辦了 45 個課程及 3 個社區同樂日；參與人數共有 3,724 位。

我們的周年活動亦因疫情緩和，逐步恢復，包括 11 月份的「2022 愛心送暖」行動 - 今年已踏入第十八個年頭，我們安排多名香港精英運動員聯同香港賽馬會及女青年會等機構的義工隊，組成一支近 1,400 名義工的隊伍，分別前往探訪居住於西環、西灣河、何文田、黃大仙、牛頭角、深水埗、青衣、北區、沙田、將軍澳、天水圍、屯門共 12 區約 2,800 戶獨居人士及低收入家庭，為他們送上愛心與溫暖。

另外停辦了三年的「毅力十二愛心跑」，今年在元旦日在粉嶺香港哥爾夫球會復辦了，共獲得 140 支參賽隊伍共 910 位跑手支持進行兩小時接力長跑比賽；並為「精英運動員慈善基金」籌得三十多萬善款。

期望在未來的日子裏，大家可以慢慢回復正軌的生活。讓我們香港精英運動員協會在安排各項活動時，亦可以順利進行；好讓我們的宗旨 - 「承諾培養我們的孩子能夠在一個開心快樂的環境下健康成長」可以延續，令每個家庭成員及學校老師們都能夠在一個開心快樂的環境下，健康愉快的享受生活。



陳念慈女士 BEM JP

香港精英運動員協會主席

動感校園

在過去一年逐步復常的日子裏，「精英運動員慈善基金賽馬會動感校園」計劃共舉行了 3,071 課實體及 601 個有趣味及簡易運動網上課程。截至今年三月底，已有 301 所學校註冊成為「動感校園」；共有 100 項運動項目給各校選擇。在本年 2 月至 7 月份的第二期課程中就共有 129 間學校及 56,062 位同學報名參加 1,752 個課程。

動感社區

在「精英運動員慈善基金賽馬會動感社區」計劃中，因疫情漸見曙光，所有實體活動亦漸漸恢復。本會分別夥拍了油尖旺、深水埗、觀塘、東區、黃大仙及沙田區的民政事務處，在當區會堂、學校及社區中心舉辦了 45 個「動感社區運動班」讓社會人士參與；項目包括銀髮瑜伽、活力操、詠春、匹克球及地壺球；親子瑜珈、圓網球、桌球、洪拳及三葉球；青少年劍擊及啦啦隊訓練等等，共獲得 1,806 多位參加者積極參與。我們並分別於 8 月及 11 月在東區的佛教中華康山小學及觀塘秀茂坪社區會堂舉辦了兩個親子及動感社區同樂日，安排了不同的試玩運動項目，包括劍擊、地壺球、圓網球、兒童欖球、體操、空手道及匹克球等等，共有 750 位市民參與。我們也首次與香港少年警訊黃大仙分區於 2 月 11 日於聖文德書院舉辦「動感社區新興運動體驗日」，共有 150 位少年警訊隊員及嘉賓參與。

愛心送暖

每年與基督教女青年會合辦的「愛心送暖」行動，亦於十一月十三日順利舉行。為了配合今年「社區關懷、鄰里互助」的主題，由主要贊助機構香港賽馬會，裕榮昌製品廠蘇陳偉香女士及許耀斌先生贊助的愛心禮物包內有白米、梳打餅、快熟燕麥片、平安膏、粉絲、年曆等食物及日常用品外；屈臣氏集團及 Amazing Grace 亦分別贊助了口罩、肥皂及搓手液等的防疫用品。此外，五位香港精英運動員，劉知名、李浩賢、莫宛螢、陳浩源及湯芷穎更親筆撰寫了鼓勵和慰問的心意卡。我們更邀得各機構的義工隊，於活動前一天在保良局雨川小學準備愛心禮物，並於活動當天安排共 1,400 位義工派送到西環、西灣河、何文田、黃大仙、牛頭角、深水埗、青衣、北區、沙田、將軍澳、天水圍及屯門等共十二區予 2,800 戶獨居長者及低收入家庭；為他們送上愛心與溫暖。

毅力十二愛心跑

於一九九八年創辦，希望透過接力跑的形式，推廣體育運動對健康的好處，同時籌集善款為個人及慈善團體提供教育、進修、醫療及其他緊急援助等的資助的「毅力十二愛心跑」，在過去三年因為疫情停辦了。今年在元旦日終於在粉嶺香港哥爾夫球會完滿的復辦了，共獲得 140 支參賽隊伍共 910 位跑手支持進行兩小時接力長跑比賽；並為「精英運動員慈善基金」籌得三十多萬善款。

以上各項活動於過去一年的復常路上持續舉辦，有賴香港賽馬會慈善基金的全力支持，各合作夥伴、義工、政府部門包括文化體育及旅遊局、教育局、各區民政事務處、紀律部隊包括海關、警察體育會及各體育總會協助安排各項活動及課程等等，我藉此衷心表示感謝；更要多謝各校校長及師生，贊助商及運動員們的積極參與及支持，感謝許會長、基金委員、義務顧問、執委會成員的指導、各會員的積極參與及秘書處的努力工作。

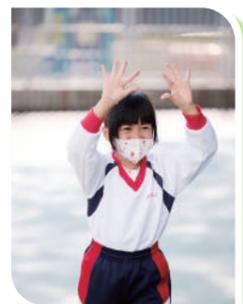
展望未來，香港精英運動員協會將為未來的「動感」活動，包括「動感校園」、「動感社區」及「動感學院」繼續努力；讓我們香港的每一個人都能夠「在一個開心快樂的環境下成長」及健康生活。

精英運動員慈善基金 賽馬會動感校園計劃



由香港精英運動員協會推出的「動感校園」踏入第10年，該計劃由9年前的12間學校開始，擴展至現時的301間中、小學參與，推廣之快，有賴於各學校校長及老師的推介及支持。計劃宗旨是「承諾培養我們的孩子能夠在一個開心快樂的環境下健康成長」，希望透過全港中小學及特殊學校的廣泛參與，共同為香港每一位小朋友建立充滿活力及健康的成長環境。

2016年起，計劃有幸得到香港賽馬會慈善信託基金全力支持，捐助「精英運動員慈善基金賽馬會動感校園計劃」，讓更多的學生能透過富趣味性的體育活動，為校注入活力及正能量。2022/23年度共兩期的計劃中，暫有43間機構提供多達100個運動項目課程推廣至全港約301間小學、中學及特殊學校，讓學校每天定時與學生一起運動，鍛鍊體魄，共同為香港每一位小朋友建立充滿活力及健康快樂的成長環境。此外，除過往動感校園各項體育活動訓練課程之外，更有小記者培訓、教師/學生培訓課程、毅力十二愛心跑及參與不同香港大型活動比賽、政府機構設施體驗日...等等的機會。



顧問委員會成員

主席：吳守基太平紳士

成員：陳美娟校長、莫鳳儀女士、金惠玲校長、梁兆棠校長、張志鴻校長、盧秀枝校長、張漪薇校長、何兆餘校長、蘇陳偉香女士、陳肖齡女士、凌劉月芬女士、洪詠慈校長、潘淑嫻校長、邱子昭先生、容樹恆醫生、郭亮明先生、孫泰吐媚女士、吳潔貞女士、林國良先生、王敏超先生、王倩儀女士、譚贛蘭女士、陳淑薇女士



2022-23 參與學校名單

小學學校名稱

| | | | |
|---------------------|--------------------|----------------------|----------------------|
| 九龍區 | 53 藍田循道衛理小學 | 102 港九街坊婦女會孫方中小學 | 155 香港基督教服務處培愛學校 |
| 1 聖公會聖匠小學 | 54 天主教佑華小學 | 103 德萃小學 | 156 香港普道研習社科技創意小學 |
| 2 保良局林文燦英文小學 | 55 長沙灣天主教小學 | 104 香港教育大學賽馬會小學 | 157 寶血會思源學校 |
| 3 農圃道官立小學 | 56 大角嘴天主教小學(海帆道) | 105 香港教育工作者聯會黃楚標學校 | 158 佛教林金殿紀念小學 |
| 4 大坑東官道小學 | 57 中華基督教會基法小學 | 106 元朗公立中學校友會小學 | 159 大埔浸信會公立學校 |
| 5 基督教香港信義會深信學校 | 58 循道學校 | 107 潮陽百欣小學 | 160 基督教道會宣基小學 |
| 6 陳瑞祺(樹沙)小學 | 59 馬頭涌官立小學(紅磡灣) | 108 和富慈善基金李宗德小學 | 161 匡智元朗樂善學校 |
| 7 中華基督教會望覺堂啟愛學校 | 60 馬頭涌官立小學 | 109 聖公會天水圍靈愛小學 | 162 循理會白晝理基金循理小學 |
| 8 東莞同鄉會方樹泉學校 | 61 福榮街官立小學 | 110 香港青年協會李兆基小學 | 163 林漢公立學校 |
| 9 油麻地街坊會學校 | 62 觀塘官立小學 | 111 光明學校 | 164 保良局羅氏信託學校 |
| 10 福建中學附屬學校 | 63 嘉諾撒聖家學校 | 112 元朗朗屏東亮學校 | 165 三水同鄉會羅榮榮學校 |
| 11 聖公會基福小學 | 64 聖公會聖約翰曾肇添小學 | 113 聖公會靈愛小學 | 166 保良局方王錦全小學 |
| 12 德信學校 | | 114 佛教榮因學校 | 167 路德會梁鉅鏐小學 |
| 13 啟基學校 | 香港區 | 115 金巴崙長老會耀道小學 | 168 寶血會培靈學校 |
| 14 黃埔官道小學 | 65 新會商會學校 | 116 保良局香港道教聯合會圓玄小學 | 169 獅子會何德心小學 |
| 15 佐敦谷聖若瑟天主教小學 | 66 李陞大坑學校 | 117 道教青松小學(湖景邨) | 170 中華基督教會基真小學 |
| 16 深水埔街坊福利會小學 | 67 天主教總堂區學校 | 118 沙田公立學校 | 171 上水東莞學校 |
| 17 中華基督教會協和小學(長沙灣) | 68 保良局李慕芬紀念學校 | 119 香港浸會大學附屬學校王錦輝小學 | 172 新界婦孺福利會梁省德學校 |
| 18 香港扶幼會則仁中心學校(小學部) | 69 匡智張玉道晨輝學校 | 120 基督教香港信義會不韋信義學校 | 173 培基小學 |
| 19 保良局陳麗玲(百周年)學校 | 70 寶善小學 | 121 宣道會陳元喜小學 | 174 香港學生輔助會小學 |
| 20 基督教聖約教會堅樂第二小學 | 71 匡智獅子會晨尚學校 | 122 馬鞍山靈耀小學 | 175 青衣商會小學 |
| 21 天民學校 | 72 香港潮商學校 | 123 馬鞍山聖若瑟小學 | 176 石籬聖若瑟天主教小學 |
| 22 慈雲山聖文德天主教小學 | 73 佛教中華康山學校 | 124 救世軍田家炳學校 | 177 西貢崇真天主教學校(小學) |
| 23 聖文德天主教小學 | 74 軒尼詩道官立小學 | 125 九龍城浸信會禧年(恩平)小學 | 178 十八鄉鄉事委員會公益社小學 |
| 24 真輝學校 | 75 勵志會梁李秀娛紀念小學 | 126 東涌天主教學校(小學部) | 179 英聖小學暨幼稚園 |
| 25 聖公會奉基小學 | 76 救恩學校 | 127 上水宣道小學 | 180 天祐小學 |
| 26 嘉諾撒小學 | 77 聖嘉勒小學 | 128 荃灣公立何傳權紀念小學 | 181 伊利沙伯中學舊生會小學分校 |
| 27 聖公會基榮小學 | 78 聖保羅男女中學附屬小學 | 129 柴灣角天主教小學 | 182 將軍澳循道衛理小學 |
| 28 九龍塘官立小學 | 79 聖士提反女子中學附屬小學 | 130 天主教石籬紀念學校 | 183 橋港伍氏宗親會伍時暢紀念學校 |
| 29 黃大仙官立小學 | 80 慈幼學校 | 131 基督教香港信義會馬鞍山信義學校 | 184 香港道教聯合會圓玄學院石圍角小學 |
| 30 廣東道官立小學 | 81 香島道官立小學 | 132 宣道會台山陳元喜小學 | 185 舊園主辦可銘學校 |
| 31 蘭喬小學 | 82 瀝江小學 | 133 保良局黃永樹小學 | 186 屯門官立小學 |
| 32 聖愛德華天主教小學 | 83 聖公會聖雅各小學 | 134 樂善堂劉德學校 | 187 保良局莊啟程小學 |
| 33 明愛培立學校 | 84 香港南區官立小學 | 135 景林天主教小學 | 188 博愛醫院歷屆總理聯誼會鄭安夫學校 |
| 34 聖瑪加利男女英文小學 | 85 海怡實血小學 | 136 仁濟醫院蔡衍濤小學 | 189 大埔崇德黃建常紀念學校 |
| 35 基督教道會宣基小學(坪石) | 86 中西區聖安多尼學校 | 137 保良局雨川小學 | 190 圓玄學院陳國超興德小學 |
| 36 英華小學 | 87 北角衛理小學 | 138 仁濟醫院何式南小學 | 191 中華基督教會長州堂錦江小學 |
| 37 護師德慈學校 | 88 太古小學 | 139 馬鞍山循道衛理小學 | 192 元朗公立中學校友會鄧英業小學 |
| 38 聖公會基樂小學 | 89 漢華中學(小學部) | 140 沙田循道衛理小學 | 193 將軍澳官立小學 |
| 39 聖公會李兆強小學 | 90 聖公會宣富始南小學 | 141 東華三院姚達之紀念小學(元朗) | 194 台山商會學校 |
| 40 香港紅十字會馮嘉烈戴麟趾學校 | 91 聖公會基恩小學 | 142 鳳溪創新小學 | 195 沙頭角中心小學 |
| 41 路德會沙濤學校 | 92 中華基督教會基滙小學(愛蝶灣) | 143 香海正覺蓮社佛教普光學校 | 196 祖堯天主教小學 |
| 42 華德學校 | 93 玫瑰崗學校(小學部) | 144 香海正覺蓮社佛教正慧小學 | 197 聖公會將軍澳基德小學 |
| 43 基督教中國佈道會聖道學校 | 94 瑪利曼小學 | 145 聖公會阮鄭夢芹銀禧小學 | 198 仁德天主教小學 |
| 44 聖方濟愛德小學 | 95 筲箕灣官立小學 | 146 天主教聖母聖心小學 | 199 救世軍中原慈善基金皇后山學校 |
| 45 中華基督教會基全小學 | 96 東華三院鶴山學校 | 147 東華三院洗次雲小學 | 200 慈幼葉漢千禧小學 |
| 46 李鄭屋官立小學 | 97 聖伯多祿天主教小學 | 148 香港中文大學校友會聯會張煊昌學校 | 201 保良局馮晴紀念小學 |
| 47 油麻地天主教小學 | 98 英皇書院同學會小學第二校 | 149 匡智翠林農尚學校 | 202 仁愛堂劉聖發夫人小學 |
| 48 坪石天主教小學 | | 150 聖公會偉倫小學 | 203 粉嶺官立小學 |
| 49 聖公會主愛小學 | 新界區 | 151 港澳信義會明道小學 | 204 香港道教聯合會雲泉吳禮和紀念學校 |
| 50 觀塘官立小學(秀明道) | 99 林村公立黃福鑾紀念學校 | 152 香海正覺蓮社佛教陳式宏小學 | 205 培僑書院(小學) |
| 51 天主教伍華小學 | 100 香海正覺蓮社佛教陳式宏小學 | 153 海嘯街官立小學 | 206 保良局志豪小學 |
| 52 佐敦道官立小學 | 101 保良局田家炳小學 | 154 保良局陳百強伉儷青衣學校 | |

中學學校名稱

| | | |
|--------------------|---------------------|---------------------|
| 九龍區 | 32 聖伯多祿中學 | 64 順德聯誼總會翁祐中學 |
| 1 天主教新民書院 | 33 何東中學 | 65 金巴崙長老會耀道中學 |
| 2 基督教香港信義會信義中學 | 34 皇仁書院 | 66 棉紡會中學 |
| 3 真光女書院 | 35 蘭喬中學 | 67 新界鄉議局大埔區中學 |
| 4 梁式芝書院 | 36 中華基金中學 | 68 保良局李城璧中學 |
| 5 迦密中學 | | 69 新界喇沙中學 |
| 6 香港道教聯合會青松中學 | 新界區 | 70 廖寶珊紀念書院 |
| 7 紫波小學 | 37 基督教道會宣基中學 | 71 荃灣官立中學 |
| 8 華英中學 | 38 靈耀堂劉梅軒中學 | 72 羅定邦中學 |
| 9 聖公會基孝中學 | 39 迦密聖道中學 | 73 中華基督教會譚李麗芬紀念中學 |
| 10 香港四邑商工總會黃棧珊紀念中學 | 40 中華基督教會馮梁結中學 | 74 屯門天主教中學 |
| 11 救世軍卜維廉中學 | 41 佛教復可紀念中學 | 75 博愛醫院歷屆總理聯誼會梁省德中學 |
| 12 中華基督教會基協中學 | 42 伯裘書院 | 76 宣道會陳瑞芝紀念中學 |
| 13 余振強紀念中學 | 43 佛教茂峰法師紀念中學 | 77 香港青年協會李兆基書院 |
| 14 聖瑪加利男女英文中學 | 44 仁濟醫院第二中學 | 78 寶馬會體藝中學 |
| 15 五邑司徒浩中學 | 45 沙田聖公會曾肇添中學 | 79 南亞路德會沐恩中學 |
| 16 佛教孔仙洲紀念中學 | 46 東涌天主教學校(中學部) | 80 中華基督教會基新中學 |
| 17 可立中學(舊園主辦) | 47 東華三院郭一暉中學 | 81 香港道教聯合會鄧顯紀念中學 |
| 18 德貞女子中學 | 48 中華聖潔會靈風中學 | 82 仁愛田家炳中學 |
| 19 中華基督教會蒙民偉書院 | 49 沙田官立中學 | 83 香港教育工作者聯會黃楚標中學 |
| 20 九龍二育中學 | 50 仁濟醫院王華湘中學 | 84 伊利沙伯中學舊生會湯國華中學 |
| | 51 佛教沈香林紀念中學 | 85 路德會呂明才中學 |
| | 52 香港中文大學校友會聯會陳震夏中學 | 86 明愛聖若瑟中學 |
| | 53 香港中文大學校友會聯會張煊昌中學 | 87 王肇枝中學 |
| | 54 中華基督教會基道中學 | 88 新界西貢坑口區鄭植之中學 |
| | 55 佛教黃允敬中學 | 89 仁愛堂陳黃淑芳紀念中學 |
| | 56 青年會書院 | 90 中華傳道會安柱中學 |
| | 57 潮州會館中學 | 91 迦密愛禮信中學 |
| | 58 基督書院 | 92 粉嶺官立中學 |
| | 59 東華三院吳祥川紀念中學 | 93 保良局甲子何玉清中學 |
| | 60 天主教鳴遠中學 | 94 順德聯誼總會梁銑瑤中學 |
| | 61 五育中學 | 95 路德會西門英才中學 |
| | 62 仁濟醫院觀欠伯紀念中學 | 96 沙田蘇浙公學 |
| | 63 香海正覺蓮社佛教正覺中學 | |

* 排名不分先後

43 個活動組織 100+ 體育運動課程



- ◆ 香港海關
- ◆ Active School Dance
- ◆ Active School Yoga
- ◆ 香港專業教育學院
- ◆ 香港高等教育科技學院
- ◆ 徽教愛羣義工團
- ◆ 中國香港體操總會
- ◆ 中國香港台球總會
- ◆ 中國香港棒球總會
- ◆ 中國香港手球總會
- ◆ 中國香港跳繩總會
- ◆ 香港欖球總會
- ◆ 屈臣氏田徑會
- ◆ 傑青武術暨音樂藝術中心
- ◆ 體育先鋒

- ◆ 香港車路士足球學校
- ◆ 晴深體育發展有限公司
- ◆ 香港健球總會
- ◆ 香港浸會大學
- ◆ 香港教育大學
- ◆ 警察體育委員會
- ◆ B23 Sports Production
- ◆ 希望種子籃球亞洲
- ◆ 何偉樑教練
- ◆ 香港運動獵人有限公司
- ◆ 香港網球總會
- ◆ 中國香港棍網球總會
- ◆ 國際地壘球發展有限公司
- ◆ 香港足壘總會
- ◆ 香港體育學院

- ◆ 香港冰球訓練學校
- ◆ 中國香港匹克球總會
- ◆ 香港巧固球協會有限公司
- ◆ 香港板球
- ◆ 香港三項鐵人總會
- ◆ 香港高智爾球總會
- ◆ 香港競技壘球總會
- ◆ 香港三葉球協會
- ◆ BeSMOVE Karate Fitness
- ◆ 大師桌球王國
- ◆ 香港排球總會
- ◆ 劍擊學堂(九龍)有限公司
- ◆ 香港雙節棍總會
- ◆ 電競單車學院



體育運動課程



新活動介紹

雙節棍

除了型之外，雙節棍更加提升身體素質，提高身體協調，強化右腦，加強反應力。

而且容易上手，動作可樸實也可以華麗，視覺效果強，很快可以做到簡單表演。

學習雙節棍沒有門檻，任何程度都可以練。

雙節棍利用鍊子產生的離心力來揮動打擊，因此不需要很大的力氣，就可以產生很大的力量，無論男女老幼都能練。



電競單車

「電競單車」以邊打機邊做運動的優勢，提升學生做運動動機，在室內環境與全世界參加者競賽，用科技打破地理阻隔，過程可監測及記錄專業運動數據（速度、步頻、心跳、功率輸出、熱量消耗），有助了解學生體能狀況。



野外定向 獨木舟一星證書課程 籃球 跆拳道 單車



B23 Sports Production 希望種子籃球亞洲 何偉樑教練 單車訓練 籃球 瑜伽 踢拳



香港運動獵人有限公司 Nerf Hunt 旋風球 躲避盤 基礎體適能 香港圓網球總會 圓網球 中國香港棍網球總會 棍網球 國際地壘球發展有限公司 地壘球



香港足毬總會 足毬 香港體育學院 參觀香港體育學院 香港冰球訓練學校 冰球體驗班 中國香港匹克球總會 匹克球 香港巧固球協會有限公司 巧固球 香港板球 板球



香港三項鐵人總會 三項鐵人 水陸兩項 基礎三鐵 陸上兩項 香港高智爾球總會 高智爾球 香港競技疊杯總會 競技疊杯 香港三葉球協會 三葉球體驗班



BeSMOVE Karate Fitness 競技空手道 大師桌球王國 桌球入門基礎課程 香港排球總會 迷你排球 劍擊學堂(九龍)有限公司 劍擊運動 香港雙節棍總會 雙節棍藝 / 雙節棍道 電競單車學院 電競單車體驗

精英運動員慈善基金 賽馬會動感校園計劃 - 活動花絮

啟動禮 2022

「精英運動員慈善基金賽馬會動感校園計劃」(以下稱為「動感校園計劃」), 的宗旨是『承諾培養我們的孩子能夠在一個開心快樂的環境下健康成長』, 希望透過推廣充滿趣味的專業運動訓練及全人發展活動, 除了為校園注入活力及正能量之外, 更可讓年輕一代對運動產生興趣, 從而為精英體育項目提供更大的人才庫。

「動感校園計劃」啟動禮在 2022 年 8 月 30 日假保良局兩川小學舉行, 並邀請到文化體育及旅遊局局長楊潤雄先生、香港賽馬會慈善事務高級經理(體育及環保)鄧詠茵小姐、香港精英運動員協會名譽會長許晉奎先生等出席主禮, 並請來疊杯及空手道的教練即場示範, 為新一年的「22/23 動感校園計劃」揭開序幕。



一眾主禮嘉賓、顧問團、校長、教練及香港精英運動員協會執行委員合照



精英運動員兼「動感校園計劃」教練李振豪在啟動禮即場示範空手道



各嘉賓參觀保良局兩川小學新建好的劍擊場地

精英運動員慈善基金 賽馬會動感校園計劃 - 活動花絮

香港海關體驗日

今年度一共有五間中學及兩間小學參與了香港海關體驗日, 共有大約 140 名同學參加, 希望同學們在香港海關學院通過親身體驗多個體育運動, 感受運動的樂趣, 讓身心得到全面的發展。

海關義工團首先透過參與龍獅舞活動中的訓練, 讓同學們能夠提升對做運動的興趣, 建立團隊合作和體育精神。此外, 香港海關射擊會希望透過推廣安全射擊, 增強同學們的自信心, 提升集中力和激發鬥志, 為同學帶來正能量。



參與同學努力學習及享受戰略模擬射擊訓練活動



參與同學努力學習及享受龍獅舞活動



活動大合照

精英運動員慈善基金 賽馬會動感校園小記者培訓計劃

「精英運動員慈善基金賽馬會動感校園小記者培訓計劃」自 2016 年起與《體路》合作為小學及初中學生提供新聞理論及體育記者採訪技巧，多年間已接觸逾 46 間中、小學，參與活動的中、小學生超過 860 人。

此計劃的目標是希望透過體育新聞寫作、體育攝影及體育攝錄三方面教學，今年度更加入賽事旁述課堂，並為參加學生提供與不同的現役、退役香港運動員，及香港體育記者訪問的環節，藉此可學習與外界溝通的技巧、基本的拍攝技術，以及從香港運動員身上學習到的堅持與香港精神。獲挑選的實習學生更有幸以記者身分，到大型活動現場進行採訪，親身體驗採訪賽事的滋味。

「香港運動員 X 體育記者 運動之路分享會」

由運動員及體育記者分享其生涯故事，讓學生透過運動員的故事感受堅毅精神，從中體會運動員訓練的辛酸，令他們在學習路上都不輕言放棄。另外，亦讓學生了解體育新聞由採訪至刊登的運作，讓他們了解體育傳媒行業。

課堂大綱

- ◆ 課堂一：新聞寫作 + 採訪技巧
- ◆ 課堂二：體育攝影理論及技巧
- ◆ 課堂三：體育賽事錄影及影片拍攝技巧
- ◆ 課堂四：介紹體育賽事旁述，由事前準備到現場運作，影片播放讓學生體驗旁述工作

執教導師

- ◆ 郭子龍（媒體體育傳媒工作者，曾任職有線電視、espn、無線電視以及香港電視）
- ◆ 郭思華（本地體育記者，現職《星島日報》體育版副採訪主任）
- ◆ 李玥（專業體育攝影師，曾在《星島日報》任職體育記者）
- ◆ 徐飛（《體路》總編輯，逾 10 年體育採訪經驗，曾採訪亞運及奧運）
- ◆ 徐嘉怡（《體路》總編輯，逾 10 年體育採訪經驗，曾出版攝影教學叢書，曾採訪多個大型體育賽事）
- ◆ 程詩詠（資深專業攝影師，擁有近二十年新聞攝影經驗，曾任職本港多間中、英文傳媒機構。）
- ◆ 邢安邦（現職體育主持，曾任港聞及體育記者，同時兼於大專院校教授電視制作及體育傳媒相關科目）

精英運動員慈善基金 賽馬會動感校園小記者培訓計劃

課堂花絮



實習花絮



精英運動員慈善基金 賽馬會動感社區計劃



「精英運動員慈善基金賽馬會動感社區」計劃旨在以長者、婦女及家庭為主要活動對象，自 2018 年起於各區舉辦多個適合長者、婦女及家庭的體育活動及講座，鼓勵他們積極參與社區體育活動，達至社區共融，增進和諧氣氛。

計劃有幸獲香港賽馬會慈善信託基金的贊助，並至今先後得到沙田區、南區、深水埗區、中西區、油尖旺區、觀塘區、離島區、九龍城區、灣仔區及東區，共 10 區的鼎力支持，於各區社區會堂開辦多項體育活動班，給有需要的各年齡層居民參加。

22/23 年度開辦了 28 個銀髮、親子及青年班，共有 675 名參加者，當中包括有瑜伽、活力操、地壺球、詠春、太極、匹克球、Hip Hop、劍擊、健球、競技疊杯、空手道及啦啦隊舞蹈班。

「動感社區 x 動感校園」親子班今年亦在沙田區、深水埗區、離島區及東區的 5 間學校舉行不同的體育活動班，不但深受各校內的學生及家長歡迎，亦能讓他們充分利用課餘時間進行體育活動。22/23 年度總共開辦了 12 個課堂，一共有 339 名參加者。

香港精英運動員協會來年會繼續透過「精英運動員慈善基金賽馬會動感社區」計劃在不同地區推廣有益身心的體育活動，不但要普及社區體育活動，更希望將更多新興運動帶入社區。

精英運動員慈善基金 賽馬會動感社區計劃



啦啦隊舞蹈



銀髮瑜伽

三葉球



地壺球

銀髮劍擊



活力操



親子瑜伽

精英運動員與社區的聯繫

動感社區同樂日

香港精英運動員協會夥拍各區民政事務處及動感校園學校，於2022-23年度分別在東區、觀塘區、黃大仙區等舉辦「精英運動員慈善基金賽馬會動感社區計劃觀塘區同樂日」，安排了多項的試玩項目，例如劍擊、地壺球、空手道、桌球、圓網球、花式跳繩、射擊、匹克球及健球等，吸引共過千名市民參與，與精英運動員一起體驗不同運動項目。



精英運動員與社區的聯繫

4/2022 - 3/2023 參與活動報告

| 活動 |
|---|
| 1 第四七九至四八二屆關員基本訓練課程學員結業會操 |
| 2 香港特別行政區成立 25 周年慶典暨 2022 年香港公開保齡球錦標賽 |
| 3 香港精英運動員協會會員活動 - 哥爾夫球日 |
| 4 「同心·展新」紀律部隊暨青少年團體慶國慶七十三周年暨回歸二十五周年步操大匯演 |
| 5 香港教育大學基金感恩茶聚 |
| 6 「Running SHARK」防騙主題運動會 |
| 7 IVE (Chai Wan and Haking Wong) Student Awards Presentation Ceremony |
| 8 十大傑青與香港青年對話：願·建未來 |
| 9 李寧旗艦店開幕 |
| 10 共創明 Teen 計劃 - 精英運動員分享會 |
| 11 「體路十週年」 |
| 12 聯校教師研討會 2023 |
| 13 民政及青年事務局癸卯年新春酒會 |
| 14 香港浸會大學基金感恩茶聚 |
| 15 第八三至四八七屆關員基本訓練課程學員結業會操 |



精英運動員與社區的聯繫

香港紅十字會甘迺迪中心運動同樂日 2022

日期：2022年8月9日(星期二)
時間：上午9時至下午12時
活動總結：今年是第8次為香港紅十字會甘迺迪中心舉辦運動同樂日，共有大約135名6至20歲同學參加。希望同學們通過親身體驗多個體育運動，感受運動的樂趣，讓身心得到全面的發展。

當天共有4位義工及7間協辦單位提供10項體育活動，包括健球、匹克球、拋圈、活力操、競技疊杯、輕排球、三葉球、躲避盤及射擊等，讓學童在參與活動時，能親身體驗運動的樂趣。



全體大合照及活動合照

共創明「Teen」計劃 香港精英運動員分享會

日期：2022年12月17日(星期六)
地點：伊利沙伯體育館
活動總結：當天活動內容相當豐富，香港羽毛球運動員謝影雪及鄧俊文、乒乓球運動員蘇慧音及李皓晴分享了成為運動員的經歷點滴，並親自示範同指導計劃學員有關羽毛球及乒乓球的技巧。



精英運動員與社區的聯繫

愛心送暖行動 2022

日期：2022年11月13日(星期日)

香港精英運動員協會聯同活動主要贊助機構香港賽馬會、協辦機構香港基督教女青年會(YWCA)以及支持機構保良局兩川小學攜手發動「愛心送暖行動」。

由精英運動員發起的愛心送暖行動，今年已踏入第十八個年頭，多名香港精英運動員聯同香港賽馬會及女青年會等機構的義工隊，組成一支近1400名義工的隊伍，分別前往探訪居住於西環、西灣河、何文田、黃大仙、牛頭角、深水埗、青衣、北區、沙田、將軍澳、天水圍、屯門共12區約2,800戶獨居人士及低收入家庭，為他們送上愛心與溫暖。

為了配合「社區關懷、鄰里互助」的主題，由主要贊助機構香港賽馬會，及裕榮昌製品廠蘇陳偉香女士及許耀斌先生贊助的愛心禮物包內有白米、梳打餅、快熟燕麥片、平安膏、粉絲、年曆等食物及日常用品外，屈臣氏集團及Amazing Grace亦分別贊助了口罩、肥皂及搓手液等的防疫用品。此外，五位香港精英運動員，劉知名、李浩賢、莫宛螢、陳浩源及湯芷穎更親筆撰寫了鼓勵和慰問的心意卡。

一直致力建設更美好社會的香港賽馬會作為今次活動的主要贊助機構，除了資助活動經費，亦動員110名義工隊成員參與活動，香港賽馬會公司事務執行總監譚志源更連同精英運動員代表親身上門探訪基層人士，為弱勢社群送上關懷。

12/11 參與物資包裝的運動員包括：
 武術 - 莫宛螢

13/11 參與送暖活動的運動員包括：
 羽毛球 - 謝影雪
 武術 - 莫宛螢、楊頌熹
 壁球 - 李浩賢、何子樂
 網球 - 張玲
 空手道 - 李振豪



啟動儀式於早上八時正式舉行，各精英運動員隨即出發到各家庭探訪及派發心意包。



香港精英運動員協會副會長倪文玲女士向長者送上充滿愛心的禮物包並為長者按摩。



香港精英運動員協會送暖活動籌委會主席趙詠賢女士、懲教署政務秘書黃展翹博士、懲教署部門主任秘書行政組黃卓亮先生及壁球運動員李浩賢、何子樂上門探訪基層人士。



出發儀式 - 文體旅局局長楊潤雄先生、香港賽馬會公司事務執行總監譚志源先生、香港精英運動員協會主席陳念慈女士、香港精英運動員協會副會長倪文玲女士、香港基督教女青年會服務總監(就業服務及女青運動)胡婉玲女士及一眾精英運動員代表送福袋予老人家代表。



劉知名、李浩賢、莫宛螢、湯芷穎以及陳浩源親筆撰寫了鼓勵和慰問的心意卡。



香港精英運動員協會執行委員會主席陳念慈女士、香港賽馬會公司事務執行總監譚志源先生、香港基督教女青年會服務總監(就業服務及女青運動)胡婉玲女士、香港賽馬會總經理(對外事務)鄭琪先生、羽毛球運動員謝影雪及網球運動員張玲等在深水埗向基層家庭送上關懷。



香港精英運動員協會執行委員會會員湯振傑先生、武術運動員莫宛螢、楊頌熹及空手道運動員李振豪等向長者送上充滿愛心的禮物包。



各主禮嘉賓及香港精英運動員在出發前進行大合照。

毅力十二愛心跑

香港特別行政區教育局局長蔡若蓮博士聯同一眾來自體育界、教育界、紀律部隊的朋友，攜手不同地區的市民以行動展現毅力和愛心，參與在香港哥爾夫球會舉行的「2023 毅力十二愛心跑」。140 支參賽隊伍以接力方式進行兩小時長跑比賽，同時為精英運動員慈善基金籌款。

「毅力十二愛心跑」由精英運動員慈善基金主辦，香港賽馬會慈善信託基金承先啟後地全力支持以及香港哥爾夫球會贊助場地。活動於一九九八年創辦，希望透過接力跑的形式，推廣體育運動對健康的好處，同時籌集善款。慈善基金主要為個人及慈善團體提供教育、進修、醫療及其他緊急援助等的資助。

愛心跑分設「愛心組別」，包括小學組、中學組、親子組（兩名 12 歲或以下即可與家長組隊參加）、視障組等，以及「競賽組別」，包括體育團體組、紀律部隊組、公開組等。另設有多個特別獎項如「最有創意服裝隊伍」等，鼓勵參與隊伍發揮創意，穿上喜愛的愛心服飾跑起來！除了接力比賽外，更有多項豐富的項目同時進行，包括愛心超市、愛心點唱站、歡樂嘉年華等等，為參加者打氣之餘，亦為一家長幼提供一個假日好去處。

出席香港精英運動員包括：梁嘉明（劍擊）、吳浩天（劍擊）、黎家俊（劍擊）、楊均培（劍擊）、陳至鋒（賽艇）、李婉賢（賽艇）、陳晞文（滑浪風帆）、李皓晴（乒乓球）、李振豪（空手道）。

香港退役運動員張玲（網球）、黃金寶（單車）、郭家明（足球）亦到場支持。

毅力十二愛心跑



精英運動員的卓越成就!



運動員代表委任錄

Table listing various committees and their members, including roles like '扶貧委員會成員', '體育委員會委員', and '金搖籃獎' winners.

運動員大使 普及健康大使 (由 2000 年至現在)

主辦機構：康樂及文化事務署

Table listing ambassadors and health ambassadors from 2000 to present, including names like 倪文玲, 田徑 / 賽艇, and 何嘉麗.

金搖籃獎

簡介 香港精英運動員協會於 1999 年設立『金搖籃獎』，旨在表揚一些人士一直在背後默默支持及無條件奉獻予運動員...

歷屆金搖籃獎得主

Table listing past winners of the Golden Cradle Award from 1999 to 2022, including names like 鄭仲賢, 朱啟平, and 梁家樂.

精英運動員慈善基金 Elite Athlete Charitable Trust

香港精英運動員協會（下稱運動員協會）深信運動員除了在體育方面能有所成就外，亦可集合其力量在不同層面回饋社會。為了實現這個理念，運動員協會於2002年決意成立「精英運動員慈善基金」（基金），希望能進一步實踐運動員回饋社會的使命。

功能

- ◆ 提供贊助予認可慈善團體舉行籌款活動、研討會、訓練班、講座及交流計劃等，或其他有助推廣體育活動予社群的機構。
- ◆ 提供獎學金和贊助予運動員以修讀教育或職業訓練的課程。
- ◆ 提供捐款予個人或認可的慈善機構以應付緊急維生的經濟需要。



基金信託委員會

基金由信託委員會（委員會）監管，委員會負責一切有關申請、行政及管理之事務。

基金信託委員會成員

| | |
|------------------|--------------|
| 許晉奎先生 GBS MBE JP | 倪文玲女士 JP |
| 胡經昌先生 BBS JP | 陳念慈女士 BEM JP |
| 郭家明先生 BBS MBE JP | 李忠民先生 |
| 葉恩明醫生 JP | 鄧偉常先生 |

義務法律顧問

洪珀姿律師
洪羽縉律師

義務核數師

梁士豪先生

基金申請辦法

基金將全年公開接受申請，申請可遞至：

香港精英運動員協會 秘書處
精英運動員慈善基金
新界沙田美林邨 美楓樓 B 座地下 36 及 38 號

詳情請瀏覽：<http://www.hkelite.org>

精英運動員慈善基金獎學金簡介

精英運動員慈善基金自2007年開始，與香港浸會大學設立「精英運動員慈善基金獎學金」，每年頒發予2位就讀運動及康樂領袖學系，成績優異的學生。2013年起，獎學金伸延至香港專業教育學院、香港高等教育科技學院及青年學院的運動課程學生。自2020年起，香港教育大學亦加入成為另一間受惠於獎學金的學府。至今，已有多位大專學生獲得「精英運動員慈善基金獎學金」。

精英運動員慈善基金獎學金得獎學生感言

劉添希 | 青年學院（屯門）

你好，我是劉添希，首先感謝精英運動員協會頒發獎學金及多謝學校老師提名有關獎學金的申請。

我希望能成為一名傑出的長跑運動員，將來能夠代表香港出賽，在大型國際比賽獲取佳績。其次我希望日後可以從事一名長跑教練，培育新一代的運動員。我認為要成為一名好教練首先要自身能達到該項目的高水平及取得優秀成績，所以現在我參加了不同的跑步訓練班和跑會，希望加強自己的能力。另外當然需要考取相關專業資格，如田徑教練證書，還需要報讀一些專項課程去獲取進階的跑步技巧和科學知識，拓展自己在不同層面上的專業認知。

如有幸獲取獎學金，我希望可以利用獎學金到不同國家的地方進行訓練，從而提升自己的能力。因為不同國家都會有不同的訓練技巧，我希望從中學習到他們的技巧，從而了解自己不足的地方。其次希望能參加一些國際比賽，獲取一些比賽經驗。另外，希望能報讀一些有關運動治療的課程，因為成為一名教練不只是教導別人訓練還有他們受傷的時候可以如何幫助他們進行恢復。最後需要讓自己的英文能力進一步提升，因為很多時候上一些課程和到不同的地方進行訓練都需要以英語溝通。



姚峻 | 青年學院（將軍澳）

回望過去一年，課程的知識以及老師的悉心教導實在令我獲益良多。完成這項課程後，我選擇了復康服務高級文憑作為我下一階段的學習。在修讀健體及運動課程當中，我明白運動員除了需要保持比賽中的良好狀態外，比賽後的休息亦尤其重要，無論是生理或心理上的休息都對運動員十分重要，充分的休養及康復才能夠讓運動員的生涯更長久。雖然本人在運動方面並非出類拔萃，但我希望我可以藉著在課程中所學到的知識以及技能，盡自己能力去幫助每一位運動員，同樣為喜愛運動的人，我希望他們可以透過我的幫助，在每一場比賽中都能發揮出最佳狀態，對自己的表現感到滿意。如本人能有幸獲頒獎學金，我希望能增值自己，學習更多相關的知識以及技能，一步步地達成自己的目標。例如應考急救牌照，讓我可以更純熟地應付突發情況；我亦希望能夠精進學習，吸收更多知識，讓自己時刻保持競爭力，與運動員們共同進退。



陳嘉禧 | 青年學院（屯門）

首先，感謝精英運動員協會頒發獎學金及多謝院校老師提名有關獎學金的申請。

我未來的志向是想去日本留學，就讀關於舞台劇的課程，並在日本就業舞台劇相關的工作，無論是台前或是幕後，只要有機會，我也想要全力以赴。但由於近幾年家庭經濟的關係，我由一開始深信自己能夠去日本讀書，直到現在知道機會很渺茫。雖然機會渺小，但我還是想要嘗試者相信，儘管會辛苦，我也堅持一邊上課，一邊打工賺錢，哪怕多一點點也好，也算是比較接近自己的夢想。

假若有幸能得到獎學金，我會好好的把它儲存起來，留起來未來當留學基金用。雖然媽媽會支持我願意給錢我去留學，但我不想她太辛苦，單憑她一個人的工資要養活整家人已經很困難，更何況留學需要很龐大的金錢，所以哪怕有一點也好，我想也為她分擔，減輕她的壓力。



李鎧盈 | 青年學院（邱子文）

首先感謝精英運動員協會頒發獎學金，亦感謝老師提名我去申請此獎學金，我深感榮幸。

小時候因為抵抗力較差導致經常生病，因此媽媽就希望令我放棄朗誦比賽和中國舞，讓我加入一些運動的訓練班，期盼能令我變得強壯起來。所以升上中學時，我也先後參加了排球及田徑校隊，起初依然是希望運動能令自己的抵抗力變強，到後來我發現原來運動不單單會令自己身體變得健康，當中亦會令我明白到如何有良好的時間管理和習慣、如何待人接物和與人相處、如何鞭策自己為自己訂立目標，這些體會都是運動為我所帶來的。有在訓練過後所流下的艱辛淚水，有許多互相理解鼓勵的隊友令大家所組成的「團魂」，到最後得獎彼此所擁有的成就感。因為有這些希望和感受，令我慢慢開始變得熱愛運動也堅持運動。也正因為如此，令我放棄升上中四轉而就讀青年學院的健體及運動課程。

當然，對於這次有老師的提名，我亦感到十分驚訝，因為在學校當中，我並不是運動成績特別突出的學生。在學院所設立的各類運動項目的課程中，很多都是我擅長的運動。例如：擲彈、跳繩、乒乓球、足球等。這些都是我從未接觸過的運動。但是我依然很感謝學院中各位老師的教導，是他們以身作則，令我明白到「凡遇任何事都不應逃避，勇往直前終會看見希望」。以上的單元，雖然我的成績依然不是很理想，但我的確也從中學到了不少關於該運動的過往歷史和技術知識。

我從小的第一個志願是希望令成為一位出色的運動教練，希望用我自身的經驗能夠教導更多對運動有興趣的小朋友對他們成為未來的香港之光。第二個志願卻是想成為一名醫生想去救治更多的人。

可是在我就讀了健體課程後，我卻改變了這個一直以來的第一志願。

在一次班主任的安排之下，我上了「擊活人心」的課程（AED&CPR），當中令我學習到一些急救的知識。有一天晚上我在回家的途中，在樓下看見有位路人昏迷不醒地躺在地上，當時附近有一些人前往查看。我二话不說也馬上上前去幫忙。根據我在課程上所學會的知識去協助其他人解救她，最後目送她上了救護車。這一幕雖然已過了好幾個月，但在我的心中，至今依然難忘。對於我而言，雖然現在還不能夠親自在手術室中拿刀救治生命，但是可以令一個即將完全停止的心臟重新燃起生命。令我十分感動，也很慶幸自己能夠參與在這次的救援中，讓我有更多的體會。「離去的人會成為永遠的回憶，但留下的人卻也珍貴無比。原來生命的來與去，全在於那一瞬間」。因為這次的事情和感受，令我想要救治更多的人，想去為社會服務、為大眾服務。所以未來我希望能夠從事醫療人員方面的工作。

在學業上，我也是個堅持努力的人，時常準時上學、上堂認真聽課、填寫筆記，在課餘時間我除了去做兼職努力賺取未來所需的學費之外，亦有購買一些課外圖書去增進其他方面知識。如有幸能夠獲取獎學金，我希望暫時把它存起來，到下一年能夠幫助我在成功取得高級文憑後的學費。距離升讀高級文憑還有一年的時間，我希望這一年能夠繼續勇往直前，努力爭取更好的學業及運動的成績，然而未來能夠進入醫療界，為社會作出貢獻，謝謝



精英運動員慈善基金獎學金得獎學生感言

彭繼冬 | 青年學院 (邱子文)

首先十分榮幸能夠獲得精英運動員協會頒發的獎學金並感謝學校老師提名有關獎學金的申請和這三年來的教導。



我是一名健力運動員。我從中學三年級開始接觸健身，直到現在還在不斷努力尋求進步。我自小都沒什麼信心覺得自己沒什麼優點，當我在這幾年來我不斷地在健身室內揮發汗水，不斷去努力進步。但是我都會遇到瓶頸，無論如何訓練成績也沒有提升也沒有什麼目標、方向，甚至會討厭運動。最後我決定讓自己休息一段時間，好好放鬆聽聽音樂，看電影等。因為常常處於高強度訓練休息又少，身體遲早會崩潰。要記住休息的重要性是自己玩運動，而不是被運動玩。隨後去年我參加了兩項健力比賽並取得兩個項目的冠軍，那刻我覺得自己所有努力都值得，我再不是當初沒什麼信心，我可以挺起胸膛自信地說自己是一名「精英運動員」。我的目標是在未來打破香港青年健力三項的比賽記錄，為此我會懷著這顆心繼續向目標前進。最後再次感謝精英運動員慈善基金獎學金，給予我的肯定，支持和鼓勵。

劉智勇 | 青年學院 (邱子文)

首先，多謝精英運動員協會頒發獎學金和多謝學校老師提名有關獎學金的申請。



我在讀書方面和籃球方面都有目標。讀書方面，我現修讀青年學院的健體及運動職專文憑，所以想繼續讀上運動相關的高級文憑，能夠學更多教練和體適能訓練知識，將來成為一位籃球教練和以及甲一籃球員。

在籃球方面，我現在跟操香港籃球甲一，教練也有跟我說過：「日後將技術提高，在甲一球場上見！」這句話給我很大的動力，所以一直在操練自己的籃球技術和體能，希望能夠如願踏上香港籃球甲一的路。

在家庭方面，媽媽一個人養大我和妹妹兩個小孩，家庭不是太充裕。我曾有想過找一份兼職去減輕媽媽的負擔，不過很多都因為我聽力不健全而不招聘我，心裡也有一些難受，愛莫能助的感覺。

假如我獲頒獎學金，首先我會先幫媽媽減輕負擔，然後一部分用於治療打波的傷患，最後會添置籃球鞋，因為我鞋碼較大，在香港難以購買，而外國的鞋訂購費用較高。

無論我能否獲頒獎學金，我都會努力提升自己，不斷進步向自己的目標出發。

張詠宜 | 青年學院 (邱子文)

感謝今年精英運動員協會頒發獎學金，亦感激多謝學校老師對我的肯定，提名了我使我有幸爭取精英運動員慈善基金獎學金。



我的志願是成為一位香港空手道代表隊成員，代表香港參加國際級體育比賽為港爭光，同時，推廣香港空手道文化。

在一次中學的體育堂，因為有學校體育推廣計劃，我有機會接觸到空手道，當時的師傅亦邀請我加入空手道校隊，因此我就踏上了空手道這條路。

在求學的階段，我有幸爭取成為香港空手道初級代表隊的成員，而職業訓練局今年成立了空手道隊，令我的空手道技術得以大幅進步，向選拔空手道國際賽事目標前進。

我的家庭條件並不算好，家裏只有我和母親二人，她需要長時間工作才能夠維持生活開支，亦常常加班，因此，我很感恩我母親繼續支持我空手道的發展，同時亦要感激我的空手道師傅，讓我有機會於道場教導弟妹賺取微薄的收入，也讓我繼續於道場訓練，各位的支持成為我繼續與空手道發

展的動力，獲獎後我希望用這筆獎學金，參加一些空手道研習會，資助未來出國比賽，以減輕對母親的負擔以及回饋家人。

梁仲儀 | 青年學院 (屯門)

首先，感謝精英運動員協會頒發獎學金及多謝學校老師提名有關獎學金的申請。

我從小培養運動習慣，自此非常熱愛運動，「運動」不知不覺已成為我生活中重要的一環。自己今年更成為香港女子沙灘手球隊一員，每星期、以至每日都有規劃地訓練。我希望可以在這個運動領域深造，不斷鞭策自己，希望自己一直進步，將來能成為運動界中一位「典範」。寄望來年疫情好轉，有機會為香港出外比賽爭光，得到榮耀！

在求學階段，我希望不斷充實自己，開始留意紀律部隊的理想、使命及信念，並對未來立下志向，提醒自己不可放棄，「總有一天，我會是一位消防隊長！」。

即使我家庭未必能夠提供很充裕的物質條件，但我深信只要時刻保持積極奮鬥的態度，仍然可以實現自己「成為香港運動員代表」及「成為消防隊長」這兩個夢想。有幸獲取獎學金後，我會用以繼續升學的學費，修畢學業後，去投考消防隊長一職。

最後，希望貴協會能繼續發掘有潛質的青年選手，推動香港運動發展。再次感謝精英運動員協會頒發獎學金予我。



Yui Chung Yan, Andy | 香港高等教育科技學院

I am really appreciative for the Elite Athletes Charitable Trust Scholarship, which has greatly aided my academic path at THEi as well as my career goals as a professional athlete and sports therapist. As a member of the national squad, I represent Hong Kong in prestigious tournaments. This scholarship has made it easier to balance academic, work, and sports obligations. With my objective to combine sports therapy expertise and professional athlete experience, I hope to raise the sporting standard in Hong Kong. Your funding has allowed me to focus on my goals, resulting in accomplishments like as being the Hong Kong champion and reaching a global rating of 330. Sincerely, I want to express my gratitude to the Hong Kong Elite Athletes Association for your support in my academic and athletic endeavors.



Lam Wing Yan | 香港高等教育科技學院

I am really grateful to have received the Elite Athletes Charitable Trust Scholarship. As a student athlete, I understand how difficult and even frustrating it is to balance academic and athletic achievement. I believe that this situation is not only happen to me but every student athlete. Therefore, I'd like to take this occasion to show my respect and appreciation to all athletes, especially those who are still fighting.



After graduatin from THEi, I am working as a sports therapist while also participating in the Hong Kong Lion Dance Team. I hope I could use my therapeutic knowledge and talents to assist my colleagues and fellow athletes. I was able to attend some advanced courses in sports therapy because of the scholarship. Whether we succeed or fail, I've learned from years of schooling and my sporting career that I must continue to grow myself. Hopefully, I will be able to make a greater contribution to society by educating more Hong Kong citizens about sports therapy.

精英運動員慈善基金獎學金得獎學生感言

Lam Yee Ting | 香港教育大學

I am deeply honored to receive the award from the Hong Kong Elite Athlete's Association in recognition of my work in the master's program. Additionally, this award gives me encouragement to keep improving and drive me to be the best I can be. Furthermore, this recognition motivates student athletes to strive to achieve their full potential not only in sports but also academically. In the future, I will continue my studies to enrich myself and become a more all-round person. In addition, I hope to share and apply the skills and knowledge I gained from the course in the field of sports.



Cathy Ng | 香港教育大學

I am sincerely honoured to be one of the recipients of the Hong Kong Elite Athletes Association Award 2021/22. I am therefore to be grateful for having this opportunity to thank you for your generous contribution, which has allowed me to devote my focus more of my time to studying.



The Hong Kong Elite Athletes Association Award means a lot to me because I was greatly motivated to pursue my passion for learning, and it offers an open door to lead a bright future for me.

The scholarship award inspires me to give back to the community. I hope that one day I might be able to become a donor to help students with outstanding academic to alleviate their financial burden.

Thank you once again for your consideration and support.

Lau Pak Shing | 香港專業教育學院

I am honored to be one of the recipients of the Elite Awards Charitable Trust Scholarship. Thank you for your generous support.



This semester, thanks to the help of the scholarship, the financial pressure has been relieved a lot, and the working hours have been reduced, which has given me more leisure time for training.

I am very passionate in sports. I have been in a rowing team for years and have participated in many races. Rowing is an engaging sport, and the training process is very hard but very enthusiastic. I also learned to persevere when the training gets challenging.

I will use the scholarship to cover my daily expenses and buy sports supplements, and I am sure having these resources will help improving my sports performance.

Once again, I would like to express my sincerest thanks for your generous support.

Luk Ka Hei | 香港專業教育學院

Thank you very much for EACT donation. It really encourages me a lot! I am so grateful that I can get the scholarship. It motivates us to work even harder as our efforts are seen by others.

Through this donation and exposure being granted, it helps me to strengthen my confidence and self-esteem in which inspire me everything is possible when I try my best. I will make use of the scholarship to join different events or activities to keep improving my scholastic attainment and sports such as table tennis, frisbee and basketball as well as to acquire the coaching certificate in various innovative sports.

In the future, I hope I can equip myself to attain the higher education through the studying the Top-up degree in VTC and for my ultimate goal, I am looking forward to being a sport teacher in primary school after my tertiary education life in local university. And thank you again for donor's generosity to sponsor the scholarship.



Ngai Ka Chun | 香港專業教育學院

I am honored to be one of the awardees of the Elite Athlete Charitable Trust Scholarship. I do appreciate the kind words from my teacher Ms. Roberta Ho and delighted that my teacher nominated me as one of the awardees.



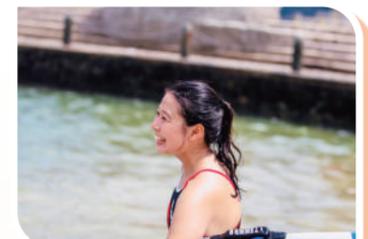
I am specialized in baseball and have been playing it for eight years. I enjoy this game a lot especially during training and competition. Although I've also recently started playing boxing, I'm still most fascinated by the team spirit in baseball that everyone has their own abilities and responsibilities to work together to win a game. It's exactly what the best team in life and work needed.

The scholarship will be used for my tuition fee and to reduce the burden for my family. I would like to focus on the annual sport event in school in the coming months, which is our final year project, namely "Smart, Sports and Leisure Week". I hope to start my career in various sports and recreation events after graduation and would like to further study in degree program in this area.

Thank you so much again for your generosity.

To Wing Yi | 香港專業教育學院

I am To Wing Yi Stephy studying for higher diploma in sport coaching at IVE Chai Wan Campus.



I am sincerely honored to have been selected as the recipient of the Elite Athlete Charitable Trust Scholarship. Thank you for the donor's generosity and EACT donation, which has allowed me to work hard for anything and get a better result in lifesaving sports.

I was very happy and appreciative to learn that I was selected as the recipient of the scholarship. I didn't expect my efforts to be discovered.

I am a lifesaving athlete. I have been enjoying this sport a lot since I joined the Hong Kong lifesaving team. I hope to win the glory for Hong Kong team in the future.

Thank you once again to your generosity, your donation enriches my life and means a lot to me.

Wong Yuk Fai | 香港專業教育學院

I am writing to express my sincere gratitude to you for awarding me with the "Elite Athlete Charitable Trust Scholarship" and I thank you very much for the EACT donation.



I am a Sports Administration major student. I am a rugby player. I really love rugby and I am in a rugby team called "Gai Wu RFC". I play in Championship League for Rugby Union. My goal is to win a medal in the Hong Kong Rugby Union Championship League with my teammates.

The scholarship will be used for preparing me to be a better rugby player and achieving my goal. Apart from training equipment, I will also prepare my own food every day to get enough protein and vitamins. So, I can use the scholarship money to buy protein shakes, some supplements, and rugby training items.

In my career plan, I will be a rugby coach and teach rugby to the next generation in the near future. The scholarship can further facilitate me in the promotion of the popularity of rugby and the importance of the sport in Hong Kong.

Thank you again for your support and your generosity.

香港精英運動員協會 Hong Kong Elite Athletes Association



前體院匯友社

香港精英運動員協會是由一群退役及現役的香港精英運動員組成，於一九九六年成立，為一獨立運動員組織及非牟利之合法團體，致力於推動香港體育發展及鼓勵運動員為社會服務，回饋社會。

宗旨

- ◆ 發揚體育精神，團結會員力量，推動本地體育發展；
- ◆ 推廣及提升精英運動員的公眾形象；
- ◆ 鼓勵及籌組各會員參與公益事務，貢獻社會；
- ◆ 關注體育發展事宜；
- ◆ 增進各會員彼此間的認識、友誼及團結，發揮互助精神。

第十四屆執行委員會 (2022-2024)

贊助人

李寧博士

名譽會長

許晉奎先生 GBS MBE JP

名譽副會長

吳守基先生 GBS MH JP

會長

胡經昌先生 BBS JP

副會長

倪文玲 JP

執行委員會

主席： 陳念慈 BEM JP

副主席： 鄧偉常
李忠民

義務秘書： 李穎詩

義務司庫： 李致和

委員： 李麗珊 MBE BBS
陳敬然
趙詠賢
陳丹蕾
鄧漢昇
湯振傑
張小倫
李嘉文

會員人數統計

| | | |
|----------------------|----------|----|
| Athletics | 田徑 | 32 |
| Badminton | 羽毛球 | 72 |
| Baseball | 棒球 | 1 |
| Basketball | 籃球 | 5 |
| Canoe | 獨木舟 | 6 |
| Climbing | 運動攀登 | 1 |
| Cricket | 板球 | 2 |
| Cycling | 單車 | 34 |
| Dance Sports | 體育舞蹈 | 3 |
| Dragonboat | 龍舟 | 5 |
| Equestrian | 馬術 | 2 |
| Fencing | 劍擊 | 38 |
| Gymnastics | 體操 | 18 |
| Ice-Hockey | 冰上曲棍球 | 1 |
| Judo | 柔道 | 3 |
| Karatedo | 空手道 | 10 |
| Lacrosse | 棍網球 | 1 |
| Life Saving | 拯溺 | 2 |
| Mountaineering | 攀山 | 1 |
| Powerlifting | 健力 | 1 |
| Roller | 滾軸溜冰 | 2 |
| Rowing | 賽艇 | 86 |
| Rugby | 欖球 | 2 |
| Sailing | 帆船 | 2 |
| Shooting | 射擊 | 2 |
| Shuttlecock | 足毬 | 2 |
| Snooker | 桌球 | 3 |
| Soccer | 足球 | 48 |
| Softball | 壘球 | 1 |
| Squash | 壁球 | 18 |
| Swimming | 游泳 | 24 |
| Table Tennis | 乒乓球 | 19 |
| Tennis | 網球 | 4 |
| Tenpin Bowling | 保齡球 | 9 |
| Triathlon | 三項鐵人 | 21 |
| Water Polo | 水球 | 2 |
| Windsurfing | 滑浪風帆 | 15 |
| Wushu | 武術 | 24 |
| HKSAM - Athletics | 智障 - 田徑 | 3 |
| HKSAM - Swimming | 智障 - 游泳 | 6 |
| HKSAM - Table Tennis | 智障 - 乒乓球 | 7 |
| HKSAP - Athletics | 傷殘 - 田徑 | 1 |
| HKSAP - Equestrian | 傷殘 - 騎術 | 1 |
| HKSAP - Fencing | 傷殘 - 劍擊 | 4 |

544

動感校園計劃主題曲

我勁優秀

作詞：糖兄，林子萱
作曲：糖兄

自信心 在我手
就要舉起大志不必怕羞
未怕輸 用兩手
誓要用盡力氣地向上游

是我的 是你的
大眾齊齊亂跳不必怕羞
扭下腰令下 有自信就夠
記住我名字嗎
我勁優秀

自信心 在我手
就要舉起大志不必怕羞
未怕輸 用兩手
誓要用盡力氣地向上游

是我的 是你的
大眾齊齊亂跳不必怕羞
扭下腰令下 有自信就夠
記住我名字嗎
我勁優秀

自信心 在我手
就要舉起大志不必怕羞
未怕輸 用兩手
誓要用盡力氣地向上游

是我的 是你的
大眾齊齊亂跳不必怕羞
扭下腰令下 有自信就夠
記住我名字嗎
我勁優秀

作曲：謝杰
填詞：林子萱 Kiki
編監：謝杰
主唱：香港精英運動員
林子萱
同學仔

Roar Roar Roar Roar
Woo ha ha Woo ha ha
Roar Roar Roar Roar

Wa gu ru roar gu ru
Wa gu ru roar gu ru
Ha ha Woo ha ha
Wa gu ru wa gu ru
Wa gu ru wa gu ru
Ha ha Woo ha ha

用自信跳入未來我決定怎衝線
做自己的標誌

Wa gu ru wa gu ru
Wa gu ru wa gu ru
獅子威武的叫聲
Wa gu ru wa gu ru
Wa gu ru wa gu ru
我勁優秀 yeah

古靈精怪的拍子
拉長隻耳仔
伸長條俐門雞眼
千其咪怕羞

左邊 say 個 hi 右邊 say 個 hi
上面拍兩拍 下面拍兩拍
單腳跳飛機 火車甌山窿
腰又扭扭扭 一齊拍拍手
一齊拍拍手
12345678 最緊要好玩

Wee wee wa wa
Wee wee wa wa
We are Active School *
We are Active School

We Are Active School



香港精英運動員協會 Hong Kong Elite Athletes Association



網址 Website
www.hkelite.org



Facebook
www.facebook.com/hkeliteathletes



Instagram
www.instagram.com/hkeliteathletes

新界沙田美林邨美楓樓 B 座地下 36 及 38 號

Units 36 & 38, G/F, Block B, Mei Fung House, Mei Lam Estate, Shatin, N.T.

電話 TEL (852) 2688 0486 傳真 FAX (852) 2688 0496 電郵 EMAIL info@hkelite.org