



18th ASIAN GAMES

Jakarta
Palembang
2018

第十八屆 印尼亞運會 團長日記

by Dr. Herman Hu
胡曉明博士 著



目錄

第十八屆
印尼亞運會
團長日記

前言.....	P.3
團長日記.....	P.5
團結篇.....	P.11
長勝篇.....	P.21
挑戰篇.....	P.27
突破篇.....	P.29
總結.....	P.31

前言

從小時候開始，我已經與運動結下不解緣。曾經組織及參與過無數地區性及國際性的體育活動，今次能夠出席第十八屆印尼亞洲運動會並擔任香港隊團長一職，而且為香港取得歷年來最佳的成績，確實為我寫下人生難忘的一頁。因此編寫這本日記以留念。

有別於一般的世界或亞洲錦標賽，亞運會以國家或地區為參賽單位，運動員為國家或地區的榮譽而奮鬥，若他們勝出，他們只會在頒獎台上聽到自己國家的國歌、得到一面獎牌以及一份光榮，而並非得到獎金。

今屆香港代表團的人數為歷屆之最，多達800人，要帶領這麼多人出賽實在不易。每個隊伍除了領隊、教練、運動員外，還有許多工作人員，包括醫護人員、攝影師以及照顧運動員各方面需要的後勤人員，他們負責運動員的起居、生活、交通、記錄和傳訊等事務。今屆香港代表團由36個體育總會組成，參加四十多項賽事，總成績是歷屆之冠，合共取得八金、十八銀和二十銅的佳績，我能夠以團長身份參與，實在感到與有榮焉。

作為團長，近三個星期的時間讓我經歷了很多，感受了不少的喜怒哀樂和擔憂。我十分著重團隊的安全，因為印尼是世界上最大的回教國家，時常發生宗教衝擊以及恐怖襲擊，因此，我們建議領隊及教練們要時刻注意安全，要求團員要以參賽為首要目標，起居飲食都要留在選手村內，如果需要外出，必須事先獲得我的批准。

在出發前，我本定下承諾，親自探望四十多個參賽隊伍，為他們打氣，但是這次比賽分別在雅加達和巨港兩地舉行，有些運動場地實



在太過偏遠，令我無法實現承諾。總括而言，今次的經歷確實難能可貴。這次能夠取得佳績必須歸功於整個團隊的合作和努力，尤其是各運動員付出的努力和汗水，在此我要特別感謝香港特區政府、各贊助商和各體育總會的支持，讓我們的健兒們能夠有足夠的準備參與這次盛會！

我感謝中國香港體育協會暨奧林匹克委員會給我這次機會，並感謝幾位副團長劉掌珠、郭志樑、施文信、貝鈞奇、湯偉掄和我一同分担工作上的一切。最後，我們隊醫張維醫生可說是今次付出最大的義工，不但貢獻了他的私人時間，又在數天內往返雅加達及香港兩次護送受傷的港隊運動員。



團長日記

第十八屆
印尼亞運會
團長日記

Aug
15

- 搭飛機夜晚8pm到雅加達 ✈️
- 10pm到達選手村的飯堂，晚餐後辦理入住手續
- 武術隊的運動員於整理行李時弄傷，血流滿面 💡

Aug
16

- 8am早餐 🍳
- 9.30am視察代表團辦事處和週圍環境，拜訪中國代表團辦事處
- 中午王敏超秘書長探班兼一起午餐 🍽️
- 探望受傷的武術運動員
- 4.30pm舉行入村升旗儀式 🇨🇳
- 5.30pm霍震霆會長入村探班，並於8pm共進晚餐
- 晚餐後辦事處同事通知，單車隊入住的酒店，房間不足馬上提請大會協助解決 💡

Aug
17

- 這天是印尼國慶日
- 5.30am被街外播經文的聲音叫醒 📻
- 12.30pm到機場迎接民政事務局劉江華局長，🚗
隨即前往觀看香港對巴勒斯坦足球賽
- 7pm霍會長宴請劉局長一行 🍽️

Aug
18

- 上午與劉江華局長到代表團辦事處視察，🤝
午餐後探訪運動員及醫護人員
- 2.30pm集合準備開幕禮
- 6.15pm列隊
- 7.30pm開始開幕禮進場
- 9pm返回選手村

Aug
19

- 9am - 4pm OCA General Assembly
- 5pm 見證劉局長替女子籃球隊打氣
- 6pm 替游泳隊打氣，並見證今屆亞運第一個獎牌，🏊
女子 4x100 接力銅牌 3rd x 1

Aug
20

- 8am團長會議
- 10am替武術運動員打氣，喜聞她們獲得銀牌 2nd x 1 銅牌 3rd x 1
- 11.00am探望劍擊隊運動員
- 12.30pm 在當地商場餐廳用餐後
- 2.30pm 探望羽毛球隊
- 3.30pm為水球運動員打氣
- 5pm為游泳運動員打氣
- 7pm觀看劍擊比賽並見證他們獲得銅牌 3rd x 3

Aug
21

- 9am為射箭運動員打氣 🏹
- 10.15am劉局長離開雅加達
- 10.30am為橋牌隊員打氣
- 2pm為體操隊打氣
- 4pm為水球運動員打氣
- 5pm為游泳運動員打氣
- 5.30pm為劍擊運動員打氣，並看到他們
獲頒銀牌 2nd x 1 銅牌 3rd x 2

2018

團長日記

第十八屆
印尼亞運會
團長日記

- Aug 22
- 9am為武術隊打氣，可惜港隊運動員以0.01分之微屈居第四 
 - 10.30am為橋牌隊打氣
 - 11.30am返選手村看醫生
 - 2.30pm為曲棍球隊打氣 
 - 3.30pm為籃球隊打氣 
 - 6pm為手球隊打氣
 - 8pm霍震霆會長宴請民政事務局及代表團首長們 

- Aug 23
- 8am團長會議
 - 10.30am為馬術隊打氣及見證到第一金的頒獎一刻 
 - 1.30pm返飯堂用餐
 - 2.00pm為劍擊隊打氣
 - 3.00pm參觀紀念品店並巧遇馬逢國議員 
 - 4.00pm為女子曲棍球隊打氣 
 - 並參加隊員盧苡葭代表港隊第100次的典禮
 - 5.30pm - 7.30pm往返游泳及 
劍擊場地為劍擊隊打氣並見證取得1銅 
 - 7.30pm女子 4 x 100 混合接力，
因為中國隊及韓國隊技術犯規，港隊由第四晉升銀牌 
 - 9.30pm返選手村討論泳總選拔問題 

- Aug 24
- 早上在村內整休，欣聞划艇隊在巨港獲得1銀  2銅  佳績，單車隊員在公路賽也勇奪1銅 
 - 1pm與體育專員楊德強和馬議員在飯堂內共進午餐 
 - 2pm為石偉雄打氣並見證他蟬聯金牌 
 - 6pm為壁球隊打氣
 - 7pm為劍擊隊打氣並勇奪1銀  1銅 
 - 10pm返選手村飯堂食飯

- Aug 25
- 5am搭飛機去巨港 
 - 8.30am為龍舟隊打氣
 - 3.00pm為保齡球隊打氣並目睹男團勇奪銀牌的過程，
並獲邀為大會頒獎嘉賓

- Aug 26
- 5.45am搭飛機返雅加達 
 - 8.45am由於塞車，來不及出席電競開幕禮
 - 往返羽毛球及空手道比賽，羽毛球混雙贏了準決賽晉身決賽，保證一面銀牌 
 - 6pm為壁球隊打氣並出席男單囊括1金  1銀  的盛舉
 - 8.45pm林大輝主席宴請 

- Aug 27
- 8am團長會議
 - 10.30am為空手道隊、排球隊、棒球隊打氣 
 - 3pm為單車隊打氣並參與女子隊爭先賽銀牌頒獎儀式 
 - 6.30pm祝賀橋牌隊勇奪兩面銀牌並獲邀成為大會頒獎嘉賓 
 - 8.30pm為乒乓球隊打氣並且目睹女團殺入準決賽，
保證最少一面銅牌 

2018

團長日記

第十八屆
印尼亞運會
團長日記

- Aug 28
- 9am為花式游泳隊、曲棍球、乒乓球隊打氣 
 - 中午回選手村午餐後去單車館見證隊員們又奪取1金  1銀 
 - 6pm出席亞洲電競總會酒會
 - 8.30pm返回團隊辦事處總結成績，4金  12銀  16銅 

- Aug 29
- 7am為田徑競步隊打氣 
 - 8am為柔道隊打氣
 - 9am在團隊辦事處討論沙排運動員受傷和保險事宜 
 - 1pm接待創新及科技局鍾偉強副局長視察選手村設施 
 - 6pm為電競隊打氣
 - 8pm為田徑隊打氣 

- Aug 30
- 8am團長會議
 - 10am為欖球隊打氣
 - 3pm為單車隊打氣並喜獲一面男子全能銀牌 
 - 7pm前往乒乓球館觀看各項決賽後參與頒獎禮(1銅) 
 - 隊醫報告一名帆船運動員喉嚨發炎要動手術 

- Aug 31
- 10.30am為電競隊打氣
 - 1pm為單車隊打氣並見證隊員勇奪2金  1銀 
 - 6pm探望帆船隊及風帆隊隊員並參加頒獎典禮(3銀) 
 - 8pm團長宴會所有工作人員和義工/司機們

- Sep 01
- 8am團長會議
 - 9am於團隊辦事處商討閉幕禮的安排，驚聞欖球賽技術代表  臨時改制，即時與欖球隊領隊發致函向大會投訴
 - 3pm參與為橋牌隊頒獎典禮(2銀)
 - 4.30pm為壁球隊打氣並出席頒獎典禮(1金  1銀 )
 - 9pm為男子隊決賽打氣，戰勝宿敵日本，當晚在團隊辦事處再檢討成績，總獎牌數目已創新高! 8金18銀19銅 
 - 11pm與棒球隊經理和教練討論失竊及被滋擾問題

- Sep 02
- 一早起聞三項鐵人在巨港勇奪一面銅牌，令獎牌數目再有突破 
 - 3pm出發前往閉幕禮
 - 7 - 10pm閉幕禮 

- Sep 03
- 搭飛機返港 
 - 9pm 劉江華局長和謝凌潔貞常任秘書長在  香港國際機場迎接代表團返港 

2018

隊制運動一直都不是香港的強項，但是它講求團隊精神、互相合作包容、遵守規則紀律以及對教練的服從，這些素質對社會都有正面的影響。因此政府近年來，特地增加了對隊制運動的支持。今屆亞運的隊制項目包括欖球、足球、手球、棒球、水球、籃球、曲棍球、壘球、排球及龍舟。其中，最令我印象深刻的是壘球隊，他們年紀雖然不大，但是都非常有禮貌，家長啦啦隊自費隨團打氣，這份投入感及關愛真的令我刮目相看。

其實在今屆亞運會的隊制比賽中，發生了不少特別的事情，其中最令我腎上腺上升的就是保齡球男子團體賽了。整天的比賽到了最後一局時，港、日、星三隊的分數都非常接近，而到最後一球時，港隊必須全中，才能奪取一個銀牌。當胡兆康氣定神閒地打出一個全中時，我們的歡呼聲響徹雲霄。亦由於港隊卓越的表現，使大會邀請我為頒獎嘉賓，令我今次的經歷添上了一份美好的回憶。

七人欖球賽的港隊也是一個好例子，香港男子隊已是亞洲一流水平，但前兩次亞運都敗給日本，而得銀牌。今次決賽時再與宿敵相遇，隊員們均鬥志高昂，誓要奪冠，我們也為他們搖旗吶喊，終於以14比0獲勝，吐氣揚眉，令我感動萬分。

同時，今次亞運會令我深切體會到我們隊制運動員的鬥志是非常可敬的，他們不會輕易認輸，奮鬥到最後一分鐘，即使技不如人，仍可在過程中吸取經驗藉以提升水平，採長補短，增強自身實力。許多時候，我可以見到他們每場表現都有進步。不理成績如何，能夠多些參與這些國際賽事，必定可以提升整體的水平。



Bowling Mens Team
男子保齡球隊



Rugby Womens Team
女子欖球隊



Bowling Mens Team Medal Ceremony
男子保齡球隊國際頒獎典禮



Basketball Womens Team and Lau Kong Wah,
JP, Secretary for Home Affairs
女子籃球隊與劉江華局長



Water Polo Womens Team
女子水球隊



Artistic Swimming Womens Team
女子韻律泳隊



Fencing mens Team
男子劍擊隊



Triathlon Mixed Relay Team
三項鐵人混合接力隊



Cycling mens Team
男子單車隊



Dragon Boat mens Team
男子龍舟隊



Sarah Lee, Coach Shen & Cycling Team
李慧詩、沈金康教練及單車隊



Taekwondo athlete
跆拳道運動員



Hockey Womens Team
女子曲棍球隊



Water polo Womens Team
女子水球隊



Basketball Mens Team
男子籃球隊



Bridge Team
橋牌隊



Archery Team
射箭隊



Hockey Mens Team
男子曲棍球隊



Judo Mens Team
男子柔道隊



E.Sport Team & Innovation and Technology Bureau
Under Secretary David Chung
電競隊與創科局副局長鍾偉強博士



Badminton Mixed Doubles Team
混雙羽毛球隊



Bridge Team
橋牌隊



Fencing Team with Hon. FK. Ma
擊劍隊與馬逢國議員合照

今屆亞運會中港隊得到特別多的銀牌，這表示香港運動員在某些項目已經成功躋身亞洲頂尖行列，有數項賽事，如果運氣較佳，我們這屆的金牌數目肯定能更上一層樓。

賽事中讓我見證了港隊內不少成績超卓的運動員，而一個成功的運動員，除了運動表現卓越外，心理因素亦是重要的一環，勝不驕敗不餒，才能夠處理壓力，保持鬥志。其中我感到最感人的一場比賽就是體操運動員石偉雄奪金的一幕。跳馬項目中，高手林立，他又要衛冕金牌，若他未能取得獎牌，體操項目便會喪失體院的資助。當比賽到最後一輪的時候，韓國選手跳了近乎完美的一跳，令我們大驚失色，幸好石偉雄也不惶多讓順利蟬聯金牌。後來，與他談及比賽的情況時，他表示特意於比賽時，留在休息區沒有觀看比賽，所以沒有被韓國選手的超卓表現所影響，這證明了運動員的戰略和心理素質的重要。

還有一些令我難忘而且表現出色的運動員。其中香港獎牌實力最強的仍是單車隊，總成績取得三金四銀一銅，最令我欣慰的就是見到李慧詩的水平已明顯達到世界級，看她幾場金牌賽的表現都非常輕鬆，留有餘地以免暴露真正實力。另一位值得一提的就是梁俊榮，他取得一金一銀，可以說是黃金寶的接班人，其實如果運氣稍佳，他應該可以取得兩個金牌。單車隊能夠取得如此佳績，必須歸功於政府在將軍澳興建單車館，令選手們可以更方便自由地練習備戰，令成績突飛猛進！

第二個金牌大戶便是壁球隊，他們勇奪兩金兩銀，在所有的賽事中均躋身決賽。最大的亮點在於男單決賽就是香港運動員之戰。香港壁球隊能在亞洲名列前茅，有賴於政府早年的政策，在社區興建許多壁球場，讓更多青少年有機會接觸到這個運動，令專業球手有如雨後春筍。

另外一個獎牌大戶就是劍擊隊，共獲得兩銀六銅，比2014年亞運所得的八個銅牌為佳。雖然獎牌數目理想，但是總教練對此仍感到十分失望，他們於比賽前曾表示希望爭取三至四面金牌，因為江旻憓已是亞洲錦標賽的冠軍、張家朗及崔浩然的技術也有長足進步，可是他們都並未能取得金牌，就是因為運動員在比賽中都出現了一些小失誤，導致金牌擦肩而過，實在令人惋惜。



Gold Medal Gymnastics Athlete - Shek Wai Hung
金牌體操運動員-石偉雄



Gold Medal Cycling Athlete - Sarah Lee
金牌單車運動員-李慧詩



Gold Medal Cycling Athlete - Leung Chun Wing
金牌單車運動員-梁峻榮



Gold Medal Madison Venue Cycling Athlete -
Leung Chun Wing & Cheung King Lok
男子麥迪遜賽單車(場地)金牌-梁峻榮及張敬樂



Silver Medal Badminton Mixed Doubles Athlete -
Tang Chun Man & Tse Ying Suet
銀牌混雙羽毛球隊-鄧俊文及謝影雪



HK Squash Team
香港壁球隊



Bronze Medal Fencing Athlete - Chu Ka Mong
銅牌劍擊運動員-朱嘉望



Bronze Medal Fencing Athlete - Kong Man Wai
銅牌劍擊運動員-江旻憐



HK Fencing Team
香港劍擊隊



Fencing Mens Team
男子劍擊隊

除了比賽是很多場的挑戰，亞運的團隊還要面對安排上的挑戰，突破自己。首先，團隊每天的行程都十分緊密，秘書處每天都會按照比賽進度，安排探訪不同的隊伍，為他們打氣。每天大都是朝七晚十一，有些時候，賽事在六時開始的話，便要更早動身。

再者，團隊要面對突發事件，其中運動比賽當然亦少不免出現受傷和意外，這次情況較嚴重的有七宗，其中三宗，運動員要即時送返香港治理。第一宗是一位沙灘排球運動員比賽時體力不支，後來發現他患了白血病；第二宗是一位曲棍球女運動員於比賽時，撞傷頸骨以致半身癱瘓；第三宗是一個滑翔傘運動員於落地時，震傷了脊骨。這幾位都要即時由隨團醫生張維護送返港。因為涉及費用和人員調配，必須由團長批准。

另外一件突發事件則比較罕見，欖球賽事在比賽中途大會技術代表擅自更改賽程，我們的領隊認為這一無理變動影響了我們女子隊的出線機會，要求按原來規定的賽程重賽。因為賽事已在進行中，我們爭分奪秒地準備抗議信，由團長簽署，並即時遞交大會的賽事委員會。

亞運的團隊更要面對起居飲食等的挑戰，選手村內的餐飲是無限量供應的，村內有一個可容納二千多人的飯堂，每天由早上五時到凌晨一時，提供不同地區的菜式，當中包括：東亞、東南亞、西亞、中東、印尼及西餐，以迎合來自亞洲不同地方選手們的口味，可以說是非常細心。可是食物是以營養及安全為先，因此食物都被處理致全熟，口感真的不敢恭維。而且，今次亞運分別在雅加達及巨港舉行，雅加達的交通非常擠塞，令每日的行程都十分趕急，要與時間競賽。



Karate Team
空手道隊



Deputy Chefs de Mission - Brian Stevenson
副團長 - Brian Stevenson

今屆亞運會對港隊而言，最大的驚喜是隊伍得到第一面金牌，這個獎牌是馬術盛裝舞步，由蕭穎瑩獲得，賽前我們都估計可獲得獎牌，但獲得金牌，令我們所有人都覺得非常鼓舞。第二個驚喜便是女子4 x 100 游泳接力隊獲得一面銀牌，港隊原本排名第四，由於其中兩隊被判犯規並取消資格，港隊即時進佔第二，令人喜出望外。

另一個我想一提的是橋牌隊，這是一個對智力及體力都有相當要求的比賽，而且各隊成員的平均年齡皆較高。13隊參賽隊伍要經歷五天朝十晚七的循環賽，然後再作兩天的準決賽和決賽。團體賽後還有數項雙人賽。因為橋牌是首次成為亞運會獎牌項目，橋牌隊十分重視，在兩年前就開始集訓和選拔，並聘用世界冠軍做教練。因此，橋牌隊在強隊林立之下，得到兩金兩銀實在並非運氣使然。



Equestrian
馬術



Bridge Team
橋牌隊



Bridge Team
橋牌隊

總結

經過三個星期的亞運比賽，能夠為中國香港帶來如此出色的成績，我感到非常榮幸，並且為自己訂下了下一個目標，再次積極推動運動，加強推動體育「普及化」，培育更多有潛質的運動員，為中國香港爭取更佳成績。而為了繼續支持香港運動員在國際比賽中爭取更佳表現，政府已經決定向「精英運動員發展基金」注資60億元，讓精英運動員得到更強的支援，如增加教練團隊、陪練安排、運動科學及醫學支援等。

今屆亞運會中，我覺得最大的遺憾就是沒有足夠的紀念品。精美的紀念品往往是運動會的重要收入來源，而且運動員們難得來一次印尼，他們都想帶一些美好的回憶回去。我也一開始便選購了一些，可是後來想加添時發覺大部份都已售罄了。

我會繼續致力於提升運動員的社會地位和形象，令更多年青人可以投入全職運動員的行列，以運動為職業，發展運動產業，令本港的體育發展更全面及多元化。



In the Asian Games Village
在選手村



Paul Cheng of HAB, Trisha Leahy and Prof. Chung Pak Kwong
民政事務局鄭青雲、體院現任及前任院長李翠莎及鍾伯光



Squash team
壁球隊



Team Welcome Ceremony
代表團歡迎儀式(一)



Opening Ceremony
開幕禮 (一)



Team Welcome Ceremony
代表團歡迎儀式(二)



Opening Ceremony
開幕禮 (二)



President with SFOC supporting team
會長與後勤人員



Medical Team and volunteers of Asian Games
醫療團隊及亞運會志願者

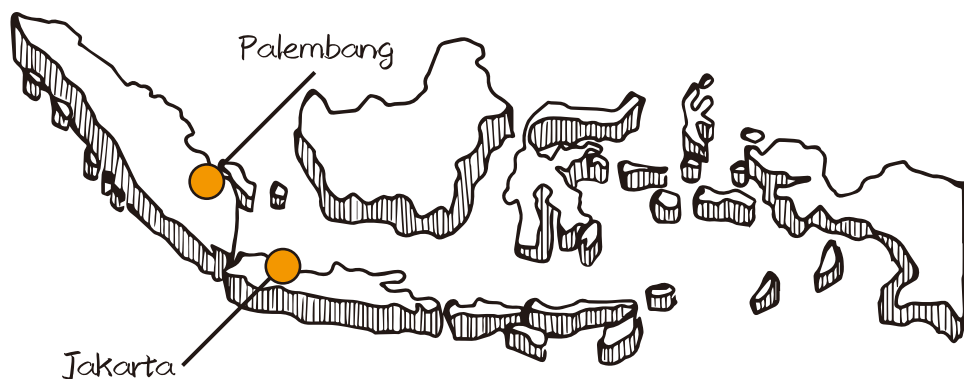


Welcome President to Jakarta
歡迎會長到雅加達



Welcome Lau Kong Wah, JP, Secretary for Home Affairs to Jakarta
歡迎劉江華局長到雅加達

印尼地圖



書名：第十八屆印尼亞運會團長日記

作者：胡曉明

電話：2510 1119

傳真：2806 3431

網址：www.bermanhu.hk

電郵：office@bermanhu.hk

地址：灣仔告士打道56號東亞銀行港灣中心19樓