

2022 澳門國際 龍舟賽

Regatas Internacionais de Barcos-Dragão de Macau
Macao International Dragon Boat Races



29 / 5
小龍賽事
Regata de Barcos-Dragão para Pequenas Embarcações
Small Dragon Boat Races

3 / 6
標準龍賽事
Regata de Barcos-Dragão para Grandes Embarcações
Standard Dragon Boat Races

Nam Van Lake Nautical Centre
Centro Náutico da Praia Grande
南灣湖水活動中心



www.macaodragonboat.com

主辦單位 / Organização / Organizers



協辦單位 / Co-Organização / Co-Organizers



澳門體育 2022 Macao Sport Desporto de Macau 第一期 N.º1

N.º1 第一期



探射燈

- ◆ 望廈體育中心全面開放
- ◆ 體育攝影賽名花有主

體壇報道

- ◆ 紅藍嵐紅藍包辦排球銀牌錦標
- ◆ 澳羽賽黃覺永林學賢首奪冠
- ◆ 首場雙項鐵人賽 黃展華許朗展亞運代表實力

大眾體育

- ◆ 中國女足奪冠提升女足熱度

2022 澳門體育

Desporto de Macau
Macao Sport

WTT 冠軍誕生



澳門特別行政區政府體育局
Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Sports Bureau of Macao SAR Government

www.sport.gov.mo

Prática Desporto, Reforça a Tua Saúde
齊運動 健體魄

主辦: Organizado por
體育局
Instituto do Desporto

眾康體日

Dia de Desporto para Todos

每月舉行一次

Actividade a realizar mensalmente

活動將會在全澳不同地點舉行

A actividade decorrerá em diferentes locais e

as demais informações serão divulgadas em tempo oportuno

查詢詳情・請掃二維碼
Para informação, é favor de
digitalizar o código QR



☎ : 28236363

www.sport.gov.mo

目錄

Índice
Index

澳門體育
Desporto de Macau
Macao Sport

體壇焦點 / Foco no Desporto / Sports Focus

- 4 **WTT 澳門冠軍賽 王楚欽王曼昱男女單掄元**
Torneio de Campeões WTT Macau Wang Chuqin e Wang Manyu vencem os torneios singulares masculino e feminino
Two Wangs Crowned King and Queen for the WTT Champions Macao
- 8 **澳門國際帆船賽圓滿結束 木屋燒烤隊奪澳門盃**
Terminou a Regata Internacional de Macau Equipa Muwu BBQ vence a Taça Macau
2022 MGM Macao International Regatta Successfully Held Muwu BBQ Team Won the Macao Cup
- 12 **全國男子三人籃球超級聯賽 廣東長隆稱霸總決賽**
Super Liga Nacional de Basquetebol 3x3 Masculinos A equipa Chang Long de Guang Dong dominou as finais
National Men's 3x3 Basketball Super League Guangdong Changlong dominates the finals

人物誌 / História de Personagem / The Personage

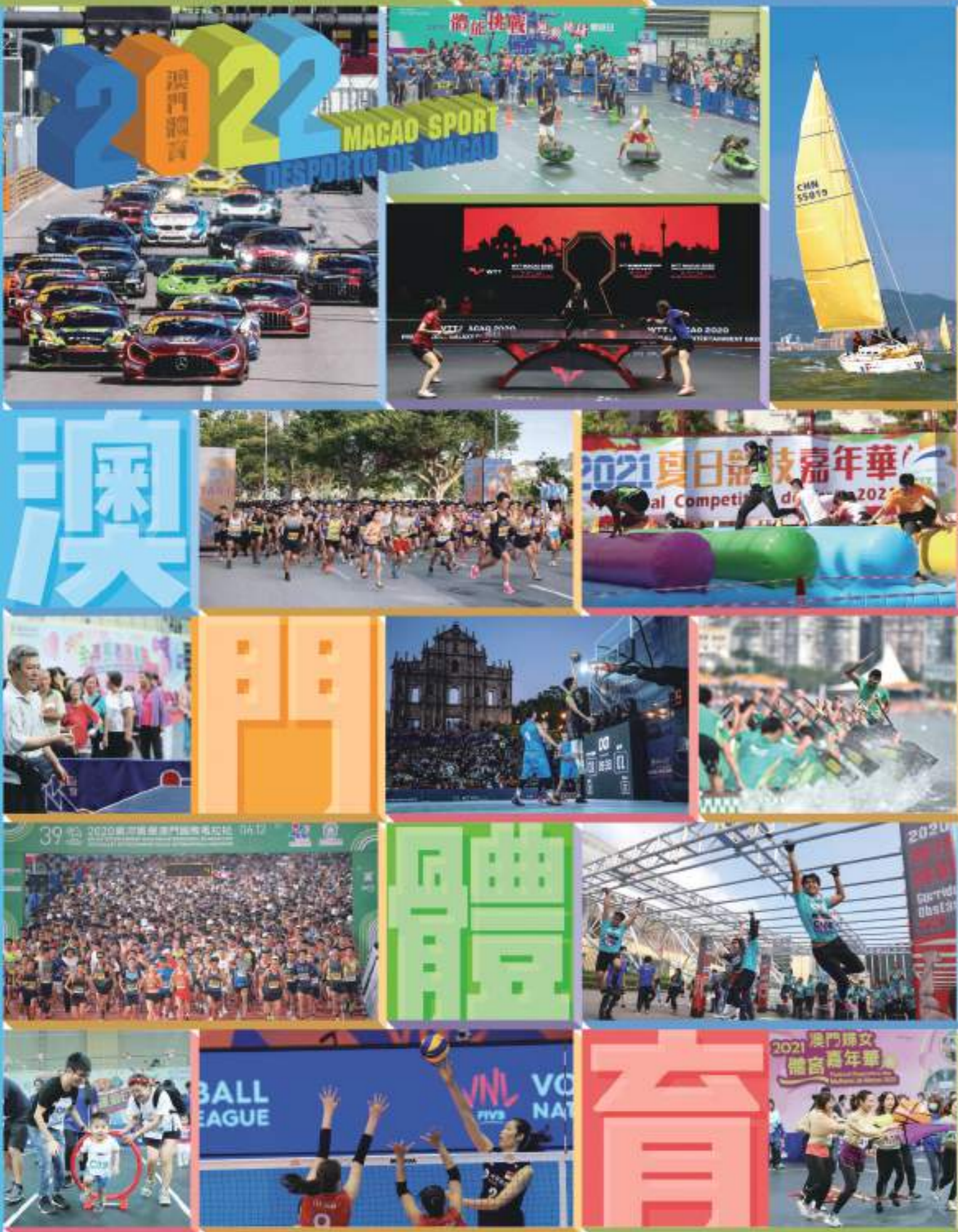
- 16 **勞偉源半年三破 800 米澳績**
Lou Wai Un bateu o recorde de Macau dos 800 metros três vezes em meio ano
Lou Breaks Macao's 800-meter Record Thrice in 6 Months
- 20 **興奮劑檢查官譚穎兒——赴京參加冬奧興奮劑檢查工作**
Inspectora Anti-dopagem Tam Veng I
Deslocou-se a Pequim para participar nos trabalhos de controlo de dopagem dos Jogos Olímpicos de Inverno
Doping Control Officer Tam Veng I
Travelled to Beijing for Winter Olympics Doping Control Works

探射燈 / Em Foco / Spotlight

- 26 **體育委員會召開 2022 年第一次會議**
Conselho do Desporto convoca a primeira reunião de 2022
Sports Committee held its first meeting of 2022
- 28 **望廈體育中心全面開放**
O Centro Desportivo Mong-Há está aberto plenamente
Mong-Ha Sports Centre is fully open
- 30 **體育攝影賽名花有主**
Anunciados os vencedores do Concurso Fotográfico "Desporto em Macau"
Winners of Macao Sports Photography Competitions Announced

體壇報道 / Reportagem do Mundo Desportivo / Sports News

- 34 **紅藍嵐紅藍包辦排球銀牌錦標**
Hong Nam "Nam" e Hong Nam dominam o Torneio de Medalha de Prata de Voleibol de Macau
Macao Volleyball Silver Shield Tournament Winners came from Hong Nam "Nam" and Hong Nam
- 38 **澳羽賽黃覺永林學賢首奪冠**
Vong Kok Weng e Lam Hok In ganham os seus primeiros títulos no Torneio Aberto de Badminton de Macau
Vong Kok Weng and Lam Hok In win their first championships at the Macau Open Badminton Championship
- 42 **全澳籃球聯賽 福建高級組十一連霸**
Liga de Basquetebol de Macau Fukien vence décimo primeiro campeonato consecutivo na Categoria Superior
Macao Basketball League Fujian Team won its 11th consecutive championships



46 李康喬空手道膺雙料冠軍

Lei Hong Kio vence duas categorias do torneio de Karate-do
Lei Hong Kio Won Double Champions for Karate Championship

50 壁球賽廖浚汶楊慧鈴摘冠

Liu Tsun Man e Yeung Wai Leng vencem o Torneio de Squash
Liu Tsun Man and Yeung Wai Leng Won the Squash Tournament

54 首場雙項鐵人賽 黃展華許朗展亞運代表實力

Primeira Prova de Biatlo
Wong Chin Wa e Hoi Long apresentam a competitividade de representantes dos Jogos Asiáticos
First Round of Duathlon Held
Wong Chin Wa and Hoi Long showed strengths comparable to Asian Games standards

58 全澳分齡短池賽 林思庄鄭穎芝刷新紀錄

Torneio de Natação de piscina de curta distância de Macau
Lin Sizhuang e Cheang Weng Chi estabelecem um novo recorde
New Records Made by Lin and Cheang in Short-Distance Swimming Contest in Different Age Groups

62 甲足女足雙雙開鑼

Arranque da Liga de Elite e do Campeonato de Futebol Feminino
Commencements of First Division Men's and Women's Football Matches

互通互訪 / Intercâmbio / Exchange

66 粵澳盃籃球賽澳隊力戰負廣東

Equipa de Basquetebol de Macau perdeu contra a equipa de Guangdong na Taça de Guangdong e Macau
Macao's Team loses against Guangdong at the "Guangdong-Macao Cup" Basketball Competition

體壇新勢力 / Novo Poder do Mundo Desportivo / New Sports Forces

70 專訪蘇芷瑤、楊軒

Entrevistas a De Jesus Marta do Carmo, Yang Xuan
Interviews De Jesus Marta do Carmo, Yang Xuan

大眾體育 / Desporto para Todos / Sport for All

74 迎冬奧賀歲活動氣氛佳

Ambiente animado nas Actividades de Celebração dos Jogos Olímpicos de Inverno e do Ano Novo Chinês
Further Good Vibes Brought to the Winter Olympics and the Chinese New Year Activities

78 中國女足奪冠提升女足熱度

Futebol feminino ganha popularidade com a selecção feminina da China a sagrar-se campeã
Higher Fervor in Women's Football with the Championship of the Chinese Women's Football Team

體育科學點滴 / Breve Informação de Ciência Desportiva / Insight on Sport Science

82 運動員的心理康康不容忽視

Dar a devida importância à saúde mental dos atletas
Awareness to the mental health of athletes

出版：澳門特別行政區政府體育局
設計及印刷：Happymacao出版社
發行數量：500本
發行周期：3個月（季刊）
總期數：第80期
國際標準期刊號：ISSN 1728-113X
發行機構：澳門特別行政區政府體育局
發行機構地址：澳門羅理基博士大馬路818號
發行機構地址：www.sport.gov.mo
發行機構電郵：info@sport.gov.mo
版權所有，不得翻印，違者追究法律責任。

Edição: Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Design e impressão: Happymacao
Tiragem: 500 exemplares
Tipo de publicação: Trimestral
N.º da edição: 80
ISSN 1728-113X
Entidade editor: Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Endereço da entidade: Av. Dr. Rodrigo Rodrigues, N.º818 Macau
Website da entidade editor: www.sport.gov.mo
Email da entidade editor: info@sport.gov.mo
Reservados todos os direitos. Esta publicação não pode ser reproduzida, no todo ou em parte, por qualquer processo, fotocópia ou outros, sem previa autorização escrita do editor.

Publication: Sports Bureau of Macao SAR Government
Design and Printing: Happymacao
Circulation: 500 copies
Period of publication: 3 months
Total no. of edition: 80
ISSN 1728-113X
Publisher: Sports Bureau of Macao SAR Government
Publisher's address: Av. Dr. Rodrigo Rodrigues, N.º 818 Macau
Publisher's Website: www.sport.gov.mo
Publisher's Email: info@sport.gov.mo
Copyright. All rights reserved. Violator will be held accountable by law

WTT 澳門冠軍賽 王楚欽 王曼昱 男女單掄元

體育局及WTT世界乒乓球職業大聯盟主辦、澳門乒乓球總會協辦的“WTT 澳門冠軍賽2021中國之星”於1月19日至23日在塔石體育館舉行，男、女單冠軍由王楚欽、王曼昱奪得。

王楚欽及林高遠分別在四強擊敗許昕及徐瑛彬晉級23日上演的男單冠軍賽，兩人合演一場激戰，王楚欽以11比8先取一局；林高遠以11比9扳平一局。第三

局，王楚欽以11比9再度領先，林高遠在第四局以12比10再次追平，並乘住氣勢再贏一局11比9，總局數反超前3比2。關鍵第六局，王楚欽打至“刁時”贏14比12，總局數追平3比3。決勝局，兩人互有攻守，把握機會的王楚欽最終以11比9勝出，總局數贏4比3，奪得男單錦標。

女子單打決賽由王曼昱對劉詩雯，迅速入局的王曼昱在首局贏11比6，並乘勝追擊再取

兩局11比7，勝券在握的王曼昱在第四局有驚無險下再取12比10，直落四局擊退劉詩雯，捧走女單后冠。

22日舉行的混雙決賽，許昕/劉詩雯以11比6，11比6，11比5直落三局擊敗樊振東/蒯曼捧得WTT首項混雙冠軍。

中國澳門今次派出張子澄出賽，在男單首戰對上世界排名第一的樊振東，結果以9比11、11比11及6比11，直落三局落敗，但表現備受肯定。



王楚欽繼2019年瑞典公開賽後再奪男單錦標



王曼昱勇奪女單冠軍



澳門乒乓球手張子澄首戰對上國家隊樊振東



許昕及劉詩雯以較大優勢贏得混雙冠軍

Torneio de Campeões WTT Macau

Wang Chuqin e Wang Manyu vencem os torneios singulares masculino e feminino

O Torneio de Campeões WTT Macau 2021 Estrelas da China, organizado pelo Instituto do Desporto e pela World Table Tennis (WTT) e co-organizado pela Associação Geral de Ping-Pong de Macau, teve lugar entre 19 e 23 de Janeiro de 2021 no Pavilhão Polidesportivo Tap Seac. Os campeões nos torneios singulares masculino e feminino foram Wang Chuqin e Wang Manyu.

Wang Chuqin e Lin Gaoyuan derrotaram respectivamente Xu Xin e Xu Yingbin nas semi-finais, apurando-se para as provas finais singulares masculino do dia 23. Wang e Lin travaram uma batalha renhida. Wang Chuqin venceu o primeiro set por 11:8 e Lin Gaoyuan o segundo por 11:9. No terceiro set, Wang venceu novamente por 11:9, mas Lin Gaoyuan empatou novamente o marcador no quarto set com 12:10. Lin aproveitou o ímpeto e arrebatou o quinto set por 11:9, conseguindo uma vantagem total de 3 sets contra 2. No crítico sexto set, Wang Chuqin venceu por desempate, arrebatando uma vitória por 14:12 e igualando o marcador com 3 vitórias. No último e decisivo set, ambos os jogadores se revezaram para atacar e defender, mas Wang, aproveitando uma oportunidade, acabou vencendo por 11:9, com 4 sets contra 3, o que lhe valeu a vitória no campeonato singular masculino.

Nas provas finais singulares femininas, Wang Manyu jogou contra Liu Shiwen. Wang, que entrou rapidamente ao ataque, venceu o primeiro set por 11:6 e daí seguiu para mais duas vitórias por 11:7 nos dois sets seguintes. Em total controlo do jogo, Wang Manyu venceu o quarto e último set por 12:10, conseguindo uma vitória imaculada contra Liu Shiwen e arrebatando o título de campeã no torneio singular feminino.

Na prova final de duplas mistas do dia 22, Xu Xin / Liu Shiwen bateram-se contra Fan Zhendong / Kuai Man. Xu / Liu venceram os primeiros dois sets por 11:6 e o terceiro set por 11:5, conquistando pela primeira vez o campeonato em Macau.

Desta vez, Macau foi representado por Cheong Chi Cheng, que jogou contra o campeão do mundo, Fan Zhendong, na partida de abertura singular masculina. A partida do resultado na derrota de Cheong por 9:11, 9:11 e 6:11 em três sets consecutivos, mas o seu desempenho foi bastante reconhecido.

Two Wangs Crowned King and Queen for the WTT Champions Macao

Organized by the Sports Bureau and World Table Tennis (WTT), and co-organized by Macau Table Tennis Association, the WTT Champions Macao 2021 China Stars was hosted between 19 to 23 January at the Tap Seac Multisport Pavilion. The men's and women's championships went to Wang Chuqin and Wang Manyu.

Before advancing to the men's final held on 23 January, Wang Chuqin and Lin Gaoyuan defeated Xu Xin and Xu Yingbin respectively in the semifinal. The game was sensational and breathtaking. While Wang took the first set by the score of 11:8, Lin won the second set by the score of 11:9. In the third set, Wang took the lead again after winning it by the set score of 11:9. However, Lin made the game in a tie again by the fourth set score of 12:10. Keeping the momentum, Lin won another set by the score of 11:9, overtaking Wang by the total set score of 3:2. In the critical sixth set, Wang managed to take that set through deuce by the score of 14:12, taking the game back in a tie again by the total set score of 3:3. In the final set, both players took turns to attack and defense. By seizing the opportunity, Wang finally won that set by the score of 11:9, taking the men's single championship by the total set score of 4:3.

In the women's single, Wang Manyu played against Liu Shiwen. With her good shape at the beginning of the game, Wang took the first set by the score of 11:6. Without losing her upper hand, she took another two sets by the same scores of 11:7. Even gaining the overwhelming dominance, Wang could only get the marginal victory by the score of 12:10 in the fourth set. With the four straight sets of victories, Wang defeated Liu and was crowned queen.

In the mixed doubles final that held on 22 January, the duo Xu Xin and Liu Shiwen defeated the duo of Fan Zhendong and Kuai Man in three straight sets by the scores of 11:6, 11:6 and 11:5, getting their first championship in WTT mixed doubles.

Cheong Chi Cheng was chosen to represent Macao in this game. In the first game of men's single, he played against the world's rank one player Fan Zhendong. Even Cheong lost in three straight sets by the scores of 9:11, 9:11 and 6:11, his performance was greatly appreciated.



嘉賓與獲獎球手合影

澳門國際帆船賽圓滿結束 木屋燒烤隊奪澳門盃

由體育局與北斗星航海賽事管理主辦、澳門海事及水務局以及澳門風帆船總會協辦、珠海市文化廣電旅遊體育局支持、美高梅冠名贊助的“2022美高梅澳門國際帆船賽”已於1月13日至16日一連四日圓滿舉行，共有34支船隊爭奪三項賽事錦標殊榮。

“2022美高梅澳門國際帆船賽”共設有三個比賽項目，分別為：“粵港澳大灣區盃帆船賽”IRC組、“澳門盃國際帆船賽”博納多First 40.7統一設計組及“雙體帆船國際邀請賽”Hobie 16統一設計組。最終，華雲智能健康隊、木屋燒烤隊及三亞UC.18帆船隊分別奪得各組別的總冠軍。



木屋燒烤隊勇奪“澳門杯”總冠軍

首三日於“澳門盃國際帆船賽”領先的木屋燒烤隊在16日最後一天繼續保持勢頭，並以第一名衝線，最終奪得冠軍，總成績排名亞軍為廣西北海老男孩夢之隊，季軍為意大利遊艇帆船隊。

表現穩定的華雲智能健康隊最終奪得“粵港澳大灣區盃帆船賽”總冠軍，亞軍是上海老水手。最後一個賽事日表現出色的如一航海隊以首名衝線，總成績排第三。

“雙體帆船國際邀請賽”首三日的賽事穩佔首兩位的三亞UC.18帆船隊，在最後一場比賽排第六位，但累計成績仍獲得總冠軍，亞軍及季軍分別由營口追風夏日隊和Cat Fever奪得。



六支船隊展開激烈競逐



木屋燒烤隊員捧起“澳門杯”冠軍



華雲智能健康隊運動員接過“粵港澳大灣區杯”冠軍



前三日穩佔首兩席的三亞UC.18帆船隊奪雙體帆船賽冠軍

三亞 UC.18 帆船隊喜獲雙體帆船賽冠軍



2022 MGM Macao International Regatta Successfully Held Muwu BBQ Team Won the Macao Cup

Organized by the Sports Bureau and Ursa Major Sailing Event Management, co-organized by the Marine and Water Bureau and Macao Sailing Association, supported by the Culture, Radio, Television, Tourism and Sports Bureau of Zhuhai Municipality, and sponsored by MGM, the 2022 MGM Macao International Regatta that held in four consecutive days from 13 to 16 January with a total of 34 teams competed for the three championships has been completed successfully.

The 2022 MGM Macao International Regatta had three competition events, namely: Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area Cup — IRC Group, Macao Cup International Regatta — Beneteau First 40.7 Design Group, and International Catamaran Invitational — Hobie 16 Design Group. In the end, Hua Yun Health Care Sailing Team, Muwu BBQ Team and Sanya UC.18 Sailing Team won the championships in each group respectively.

Muwu BBQ Team, which took the lead in the Macao Cup of International Regatta on the first three days, continued to maintain its momentum on the last day of the championship on 16 January, crossing the line with the first place and winning the championship. The second place in the overall ranking went to Guangxi Beihai Big Boys Sailing Team, and the third place belonged to Italia Yachts Sailing Team.

The sound performance of Hua Yun Health Care Sailing Team finally led to its victory in the overall championship of the Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area Cup. The first runner-up went to Shanghai Senior Sailors. The Ruyi Squadron, which performed well on the last competition day, crossed the line in first place and ranked third in total.

The Sanya UC.18 Sailing Team, which ranked the top two in the first three days of the International Catamaran Invitational, ranked sixth in the last race, yet still managed to win the overall championship with cumulative results. Wind Chaser and Cat Fever won the first and second runner-up respectively.

Terminou a Regata Internacional de Macau Equipa Muwu BBQ vence a Taça Macau

A Regata Internacional MGM Macau 2022 ocorreu durante quatro dias consecutivos, entre 13 a 16 de Janeiro, e contou com a participação de 34 equipas, que disputaram três campeonatos. O evento foi promovido pelo Instituto do Desporto e pela Gestão de Eventos em Navegação dos Ursa Maior, co-organizado pela Direcção dos Serviços de Assuntos Marítimos e de Água e pela Associação de Vela de Macau, contando com o apoio da Secretaria Municipal de Cultura, Rádio, Televisão, Turismo e Desporto de Zhuhai e o patrocínio do MGM.

A Regata Internacional MGM Macau 2022 foi constituído por três corridas, nomeadamente a Regata da Taça Grande Baía Guangdong-Hong Kong-Macau (grupo IRC), a Regata Internacional Taça Macau (grupo Beneteau First 40.7) e a Regata Internacional de Catamarã por Convites (grupo Hobie 16). As três equipas vencedoras das três corridas foram, respectivamente, Hua Yun Health Care Sailing, Muwu BBQ e Sanya UC.18 Sailing.

A equipa Muwu BBQ, que havia assegurado uma posição de liderança durante os três primeiros dias da Regata Internacional Taça Macau, conseguiu manter a vantagem no último dia da competição e cruzou a meta em primeiro lugar, sagrando-se assim campeã. O segundo lugar coube a Guangxi Beihai Big Boys Sailing e o terceiro a Italia Yachts Sailing.

A sólida prestação de Hua Yun Health Care Sailing valeu-lhe o primeiro lugar da Regata da Taça Grande Baía Guangdong-Hong Kong-Macau. A segunda posição coube a Shanghai Senior Sailors, e a terceira a Ruyi Squadron, que cruzou a meta em primeiro lugar no último dia da competição, numa mostra de desempenho notável.

A equipa Sanya UC.18 Sailing, que ficou entre os dois primeiros classificados durante os três primeiros dias da Regata Internacional de Catamarã por Convites, terminou em sexto lugar na última competição, mas ainda assim venceu o campeonato em termos de pontuação total. O segundo e terceiro lugares no pódio couberam a Wind Chaser e a Cat Fever, respectivamente.



華雲智能健康隊(左)在四日賽事發揮穩定

澳門大豐戰狼在第十輪賽事收穫季軍



廣東 長隆

全國男子三人籃球超級聯賽

稱霸總決賽

中國籃球協會主辦，深籃體育(北京)有限公司承辦，澳門賽區由澳門特別行政區政府體育局支持，中國澳門籃球總會、澳門澳科戰狼有限公司、澳門戰狼體育俱樂部承辦的“2021全國男子三人籃球超級聯賽”，1月3日至23日在澳門東亞運體育館舉行，最終，廣東長隆以21比10擊敗上海上實龍創，奪得賽事總冠軍。

全國最高水平的男子三人籃球超級聯賽共有21支全國勁旅參加，首階段共六輪賽事於2021年12月於河北保定市順利完成，次階段六輪於1月3至6日、8及9日、11及12日、15及16日、18及19日在澳門東亞運體育館舉行，總決賽於22及23日上演。23日進行的總決賽冠軍戰由廣東長隆對上海上實

龍創，結果，廣東長隆以21比10擊敗上海上實龍創，奪得總冠軍。上海久事以21比18險勝浙江捷英收穫季軍。

參賽的兩支澳門球隊澳門大豐戰狼及澳門生涯均有不俗發揮，同時躋身12強的總決賽。其中，第十輪賽事，澳門大豐戰狼以21比19擊敗廣東長隆，拿下季軍，取得參賽以來最佳成績。總決賽，澳門大豐戰狼在排位賽以21比19擊敗浙江普徠收穫第九名，澳門生涯不敵成都和眾排名第十二。

頒獎儀式上，中國籃球協會主席姚明、中央人民政府駐澳門特別行政區聯絡辦公室宣傳文化部部长萬速成及澳門特別行政區政府體育局局長潘永權為冠軍球隊頒發獎盃與獎牌。



廣東長隆黃文威(左)突破對手防線

頒獎嘉賓與冠軍廣東長隆合影



National Men's 3x3 Basketball Super League Guangdong Changlong dominates the finals

The 2021 National Men's 3x3 Basketball Super League was held from 3 to 23 January at the Macao East Asian Games Dome. It was organized by the Chinese Basketball Association with the support of Shenzhen Basketball (Beijing) Co. Ltd. The games in Macao were supported by the Sports Bureau of Macao SAR and hosted by the Macau-China Basketball Association, Macau MUST Wolf Warriors Co. Ltd, and Macau Wolf Warriors Sport Club. In the end, Guangdong Changlong defeated Shanghai Shangshi Longchuang by 21-10, winning the championship.

21 high-level teams from all over the country took part in the National Men's 3x3 Basketball Super League. At the first stage, in December 2021, six rounds were held at Baoding, Hebei. The six rounds of the second stage were held in January, at the Macao East Asian Games Dome, from 3-6, then 8-9, 11-12, 15-16, 18-19, and the finals held on the days 22 and 23 January. The final title match was held on 23 January between Guangdong Changlong and Shanghai Shangshi Longchuang, ending with the victory of the Guangdong team by 21-10, granting them the championship. The Shanghai Jiushi defeated Zhejiang Zheyang by 21-18, earning them third place.

The two teams from Macao taking part in the competition, the Macau Taifung Wolf Warriors and Macau Shangya, both had a great performance, finishing among the final 12 teams. From these, the Macau Taifung Wolf Warriors defeated Guangdong Changlong by 21-19 on the tenth round, establishing itself as a runner-up, its best result ever in the competition. On the finals, the Macau Taifung Wolf Warriors defeated Zhejiang Pulai by 21-19, ending in 9th place. Macau Shangya lost against Chengdu Hezhong, ranking 12nd.

During the award ceremony, the trophies and medals were handed to the champion team by the Chairman of the Chinese Basketball Association, Yao Ming, the Director of the Department of Publicity and Culture of the Liaison Office of the Central People's Government in the Macao SAR, Wan Sucheng, and the President of the Sports Bureau, Pun Weng Kun.

Super Liga Nacional de Basquetebol 3x3 Masculinos A equipa Chang Long de Guang Dong dominou as finais

A Super Liga Nacional de Basquetebol 3x3 Masculinos de 2021 foi realizada entre os dias 3 e 23 de Janeiro na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau, organizada pela Associação de Basquetebol da China com o apoio da Shenzhen Basquetebol (Pequim) Co. Lda. Os jogos na região de Macau foram apoiados pelo Instituto do Desporto da RAEM e, realizados pela Associação Geral de Basquetebol de Macau-China, pela "Macao MUST Wolf Warriors Co. Ltd." e pelo Clube Desportivo Lobo Guerreiro de Macau. No fim, a equipa Chang Long de Guang Dong derrotou a Shangshi Longchuang de Xangai por 21-10, conquistando o campeonato.

A Super Liga Nacional de Basquetebol 3x3 Masculinos contou com a participação de 21 equipas do mais alto nível de todo o país. Na primeira fase, em Dezembro de 2021, realizaram-se no total seis rondas, em Baoding, Hebei. As seis rondas da segunda fase foram realizadas em Janeiro na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau, nos dias 3 a 6, 8 e 9, 11 e 12, 15 e 16, 18 e 19 e, com as finais a serem disputadas nos dias 22 e 23. O encontro final pelo título foi disputado no dia 23 entre as equipas de Chang Long de Guang Dong e Shangshi Longchuang de Xangai, resultando na vitória da primeira por 21-10, conquistando assim o campeonato. Os Jiushi de Xangai derrotaram a Zheyang de Zhejiang por 21-18, assegurando assim o terceiro lugar.

As duas equipas de Macau que participaram na competição, os Macau Taifung Wolf Warriors e Shengya de Macau, contaram ambas com um bom desempenho, tendo entrado nas finais entre as melhores 12 equipas. Destas, na décima ronda, os Macau Taifung Wolf Warriors derrotaram a Chang Long de Guang Dong por 21-19, estabelecendo a equipa como finalista, o seu melhor resultado de sempre na competição. Nas finais, os Macau Taifung Wolf Warriors derrotaram a equipa Pulai de Zhejiang por 21-19, terminando em nono lugar. A Shengya de Macau perdeu contra os Hezhong de Chengdu e ficou em décimo segundo lugar.

Na cerimónia de entrega de prémios, os troféus e medalhas foram entregues às respectivas equipas pelo Presidente da Associação de Basquetebol da China, Sr. Yao Ming, pelo Director do Departamento de Publicidade e Cultura do Gabinete de Ligação do Governo Popular Central na RAEM, Wan Sucheng e pelo Presidente do Instituto do Desporto, Pun Weng Kun.



黎家棟(右二)協助澳門大豐戰狼打出主場士氣

勞偉源 半年三破800米澳績

2021年初把塵封廿六年的800米澳門紀錄改寫的勞偉源，於7月在肇興舉行的“菲普萊盃”分區邀請賽(華東賽區)，再把800米紀錄推快差不多一秒。接著9月在西安舉行的全國運動會上，勞偉源第三次超越自己，將澳門紀錄定格在1分55秒54。不斷取得突破的勞偉源表示：“多謝教練梁嘉雯一直的鼓勵，給予我信心，結果也做到了，非常興奮。”

男子800米的澳門紀錄，今年3月的澳門學界田徑賽，勞偉源在大學組賽事跑出1分56秒60，終於打破由李偉權保持了廿六年的澳門紀錄；7月的“菲普萊盃”，勞偉源再跑出1分55秒70，二度刷新澳門紀錄。9月21日，專注跑好首次全運會的勞偉源造出1分55秒54，將兩個月前才剛剛刷新的紀錄又推前0.16秒，半年內三度打破澳門紀錄。

出發全運會前，勞偉源報了400米和800米兩個項目，一心向800米澳

門紀錄衝擊的他選擇放棄400米，專注跑好800米預賽。被編入第三組的勞偉源起跑順暢，一直按照節奏盡量緊隨前列跑手，並於最後100米拼盡所有衝刺，結果跑出1分55秒54，雖然未能晉級，但足以讓勞偉源達成再破澳門紀錄的目標。在高水平的全運會賽場上超越自己，第三次打破澳績的勞偉源表示：“賽前，教練梁嘉雯叫我甚麼都不用想，總之前六、七百米跟住前面跑手跑就可以，最後100米還有幾多就衝到盡，結果做到了。”

受疫情影響，勞偉源跟全澳運動員一樣，已有一段長時間沒有比賽；他認為凡是都有好與壞，重點是好好裝備自己，目標是跑到1分54秒50，達到國家一級運動員標準的勞偉源表示：“無法出外比賽，留在澳門也少了娛樂，相對地多了時間，反而更加專注在訓練上。一直以來的目標都是繼續進步，多謝體育局給予我參賽機會，所以我做足訓練上的準備，結果也是滿意的。”



勞偉源在全運會再度突破自我



勞偉源打破澳門紀錄，獲體育局局長兼代表團副團長潘永權鼓勵

Lou Wai Un bateu o recorde de Macau dos 800 metros três vezes em meio ano

No início de 2021, Lou Wai Un reescreveu o recorde dos 800 metros de Macau que durava 26 anos. Lou participou no torneio de convite “Fairplay Cup” (região leste da China), realizado em Zhaoxing, no mês de Julho, batendo o recorde em quase um segundo. Posteriormente, nos Jogos Nacionais realizados em Xian, em Setembro, superou-se pela terceira vez, estabelecendo o recorde de Macau em 1:55,54. Lou Wai Un, que tem feito melhorias contínuas, disse: “Agradeço à treinadora Leong Ka Man pelo incentivo e confiança contínuos. Estou muito entusiasmado por ter alcançado este resultado”.

Recorde masculino dos 800 metros de Macau, nas Competições Escolares de Atletismo, realizadas em Março deste ano, Lou Wai Un correu 1:56,60 na prova do grupo universitário, quebrando finalmente o recorde de Macau detido por Lei Wai Kun durante 26 anos. Na “Fairplay Cup”, Lou Wai Un correu em 1:55,70, quebrando o recorde de Macau pela segunda vez. Em 21 de Setembro, o atleta, que se concentrou em manter o seu desempenho nos seus primeiros Jogos Nacionais, conseguiu alcançar a marca de 1:55,54, ultrapassando o recorde, com apenas dois meses, em 0,16 segundos, batendo o recorde de Macau três vezes em seis meses.

Antes de partir para os Jogos Nacionais, Lou Wai Un inscreveu-se nas provas dos 400m e dos 800m. Como o seu objectivo era estabelecer um novo recorde de 800 metros de Macau, optou por abandonar a corrida de 400m e apostar na qualificação dos 800m. Lou Wai Un, colocado no terceiro grupo, arrancou bem, mantendo o ritmo sempre próximo dos primeiros colocados, para o sprint nos 100m finais. O resultado foi de 1:55,54. Embora não tenha qualificado para a próxima prova, bastou para atingir o objectivo de bater novamente o recorde de Macau. Lou Wai Un, que se superou nos Jogos Nacionais, nos jogos de alto nível, e que bateu três vezes o recorde de Macau, disse: “Antes da prova, a treinadora Leong Ka Man disse-me para não pensar em nada e acompanhar sempre os atletas da frente durante os primeiros seiscentos ou setecentos metros. No fim, dar o meu máximo nos últimos 100 metros e consegui”.

Afectado pela pandemia, Lou Wai Un, como todos os atletas de Macau, não compete há muito tempo. Ele acredita que tudo tem vantagens e desvantagens. O mais importante é uma boa preparação. A meta é atingir a marca dos 1:54,50. Lou, que já atingiu o nível dos atletas nacionais, confessa: “Uma vez que não posso sair para competir e em Macau há poucas actividades de lazer, tenho relativamente mais tempo para concentrar-me nos treinos. O objectivo sempre foi continuar a melhorar. Agradeço ao Instituto do Desporto por me ter dado a oportunidade de participar nas competições. Foi para isso que me preparei e o resultado foi satisfatório”.

Lou Breaks Macao's 800-meter Record Thrice in 6 Months

Lou Wai Un, who broke the 26 years kept 800-meter record of Macao at the beginning of 2021, reduced it even further with almost one second at the regional invitation match (Eastern China region) of "Fairplay Cup" held in Zhaoxing in July. Shortly afterwards, Lou surpassed himself the third time by setting the Macao record at 1'55" 54 in the National Games held in Xi'an Province in September. Lou, who has endless breakthroughs, says, "My thankfulness goes to my coach, Leong Ka Man. She encourages me and makes me feel confident. I am very excited that I finally made it."

In the Macao Inter-School Athletics Competition held in March, Lou finished the race with 1'56" 60, breaking the 26-year long Men's 800-meter record of Macao kept by Lei Wai Kun. In July, Lou finished the race with 1'55"70 in the "Fairplay Cup", setting a new Macao record the second time. With full concentration on his debut in the National Games on 21 September, Lou finished his race with 1'55"70, further breaking the record he made only two months earlier with 0.16 seconds less. All in all, he has made an achievement of breaking the Macao record thrice in six months.

Before setting off for the National Games, Lou has signed up for the 400-meter and 800-meter races. Aiming to set a new 800-meter record of Macao, he forwent the 400-meter and concentrated on the 800-meter qualification. Being assigned to Group 3, Lou made a good start and kept his rhythm all the way to this sprint in the last 100 meters, finishing his race with 1'55"54. Even he was not qualified for the next round, he did achieve his goal of breaking the Macao's record. Being able to excel himself in the high-level National Games and break Macao's record thrice, Lou says, "My coach, Leong Ka Man, told me to stay focused and keep up with the leading runners in the first 600 to 700 meters. All I need to do is to dash with all-out efforts in the last 100 meters. I finally made it."

Hamstrung by the pandemic, Lou is very much the same as the other Macao athletes who have had no matches for a long time. He asserts that everything has its pros and cons, and the main point is to be well-prepared and achieve the goal of 1'54"50. Reaching the standard of top national athlete, Lou says, "I have much more time as there are no overseas matches and fewer leisure activities in Macao. It makes me even more concentrated on training. Keep making progress has always been my objective, and I am thankful that the Sports Bureau has given me a chance to participate in matches. Therefore, I have made all sorts of preparation in training and the result is satisfactory."



勞偉源今年成績不斷提升

公共體育設施網絡 Rede das Instalações Desportivas Públicas



公共體育設施網絡
大眾同享運動歡樂

A Rede das Instalações Desportivas Públicas
Todos Compartilham Alegria do Desporto!

2022北京冬季奧運會於2月4日至20日在北京順利舉行，雖然澳門運動員未能參與賽事，但亦有澳門志願人士參與今次盛事，本澳的譚穎兒以興奮劑檢查官的身份遠赴北京，參與大會的運動員興奮劑檢查工作。

興奮劑檢查官譚穎兒

——赴京參加冬奧興奮劑檢查工作



譚穎兒表示能夠為冬奧出一分力不僅是榮譽，也是對祖國的一份責任



譚穎兒表示今次經歷讓自己獲益良多



譚穎兒(第三排左四)與來自全國各地的興奮劑檢查官一同工作

冬奧組委會和國家體育總局反興奮劑中心自2020年11月起，開始向全國各省市發出興奮劑檢查官招募工作。經過一輪面試，約有300名檢查官具備條件，最後入圍共241人。入選後再經過一系列專業培訓，方可成為此次北京冬奧會的興奮劑檢查官。被體育局提名並入選本次北京冬奧會興奮劑檢查官的譚穎兒，自2014年起被國家體育總局反興奮劑中心培訓成為一名興奮劑檢查官，主要在大型賽事為運動員作興奮劑檢查的工作。譚穎兒表示，北京是一座舉辦了“雙奧”的城市，作為中國人能夠在這座“雙奧”城市為國家出一分力，這不僅是榮譽，也是對祖國的一份責任。

是一份責任一種榮譽

興奮劑檢查主要是在賽前、賽後兩個階段，通過採集運動員尿液、血液樣本，送往世界反興奮劑機

構認可的實驗室進行檢測，檢查運動員是否有服用違規藥品，保證賽事公平公正。興奮劑檢查也是不定時、不間斷的，從早上6點到晚上23點的各個時間段，以及休息、度假、訓練、參賽等不同階段，運動員都有可能被抽查。興奮劑檢查對每位運動員來說都是至關重要的一個環節，過程中如果出現錯誤，不僅對運動員的成績有影響，還會涉及上訴等糾紛。因此在冬奧期間，興奮劑檢查官要在世界反興奮劑機構(WADA)、國際檢查機構(ITA)以及國際單項體育聯合會(IF)的工作人員監督下完成。除了賽前培訓，進入場館工作後，每天都有業務培訓，要針對各個場館發現的細微問題進行調整，全力確保檢查“零失誤”，在國際友人面前顯示出中國人的專業性和嚴謹性。譚穎兒表示，是這種讓賽事公平公正進行，讓運動員證明自己實力的使命感讓她一直堅持興奮劑檢查官的工作。

乾血點檢測正式亮相

今次的經歷亦讓譚穎兒獲益良多，因為除了常規的尿液、血液檢查，本屆冬奧會及冬殘奧會興奮劑檢查檢測工作中的一大亮點就是首次將乾血點檢查檢測作為興奮劑常規檢測手段。去年東京奧運會上，乾血點技術進行試驗性應用，而在北京冬奧會及冬殘奧會上，乾血點檢測正式亮相。這項新技術是取運動員極少量末梢血放在試紙上以測試是否含有違禁物質，過程類似醫院採指血。與傳統血檢相比，乾血點技術對運動員傷害極小、樣本更易運輸和存儲、更好地保持樣本的穩定性，具有便捷、經濟的突出優點，被反興奮劑業內人士寄予厚望。乾血點器材是由中國自主研發及製造，完全能窺見中國科技的進步。

另一大亮點是本屆冬奧會第一次使用了無紙化檢

查系統，這系統有著自動糾錯及漏填提示功能，大大減低填寫檢查單時出錯及漏填的情況。無紙化檢查系統還能把檢查單自動上傳到WADA的ADAMS系統，加快單子的錄入。

獲邀為杭州亞運出力

在防疫方面，譚穎兒同樣覺得十分滿意，本屆冬奧會為檢查官提供了優良的住宿條件，並提供從酒店到工作場館的點對點車輛接送服務，既高效方便又保證了安全，使得檢查官可以安心地專注於工作。

譚穎兒提及體育局有幸再次得到國家體育總局反興奮劑中心的邀請，在未來日子，將派員參與本年度杭州亞運會組委會相關的反興奮劑工作，為澳門將來舉辦大型比賽時積累工作經驗和培養專業人才，全力為2025年粵港澳承辦的第15屆全國運動會作充分準備，為澳門區賽事的興奮劑檢查工作奠定基礎。

Inspectora Anti-dopagem Tam Veng I

Deslocou-se a Pequim para participar nos trabalhos de controlo de dopagem dos Jogos Olímpicos de Inverno

Os Jogos Olímpicos de Inverno de 2022 foram realizados com sucesso em Pequim, de 4 a 20 de Fevereiro. Apesar de Macau não ter contado com a presença de atletas neste evento, houve, ainda assim, voluntários de Macau a participar. Tam Veng I, de Macau, deslocou-se a Pequim na qualidade de oficial de controlo de dopagem para participar nos esforços de controlo de dopagem dos atletas na competição.

A Comissão Organizadora dos Jogos Olímpicos de Inverno e a Agência de Antidopagem da China da Administração Geral de Desporto do Estado deram início ao recrutamento de inspectores antidopagem, em todas as províncias e cidades do país, desde Novembro de 2020. Depois de uma ronda de entrevistas, foram identificados cerca de 300 inspectores, dos quais foram seleccionados 241. Após a selecção, foram submetidos a uma série de acções de formação profissional antes de se tornarem oficialmente inspectores antidopagem nos Jogos Olímpicos de Inverno de Pequim. Tam Veng I, nomeada pelo Instituto do Desporto, foi seleccionada para ser inspectora antidopagem nos Jogos Olímpicos de Inverno. Desde 2014, tem vindo a receber formação na Agência de Antidopagem da China, focada especialmente no controlo de dopagem de atletas a participar em grandes eventos. Tam Veng I afirmou que para ela é uma honra mas também uma responsabilidade para com o país poder contribuir para a realização do evento em Pequim, uma cidade que hospedou os “Duplos Olímpicos” .

Uma Responsabilidade e uma Honra

O controlo de dopagem realiza-se principalmente em duas fases, antes e depois da competição. São recolhidas amostras de urina e de sangue dos atletas, que são depois enviadas para laboratórios certificados pela Agência Mundial Anti-dopagem, onde são testadas para verificar se os atletas consumiram drogas ilegais, garantindo a igualdade e justiça das competições. As inspecções anti-dopagem são ainda realizadas de forma espontânea e ininterrupta. Os atletas podem ser sujeitos a inspecções aleatórias das 6:00 às 23:00, assim como em diferentes momentos, tais como descansos, férias, treinos e durante a própria competição. O controlo de dopagem é crucial para todos os atletas. Se ocorrer algum erro no processo, isso irá afectar não só o desempenho dos atletas, mas também irá dar origem a disputas, tais como recursos dos resultados dos testes. Assim sendo, durante os Jogos Olímpicos de Inverno, os inspectores antidopagem deverão estar totalmente sob a supervisão da Agência Mundial Anti-dopagem (AMA), Agência Internacional de Testes (ITA) e a Associação Global de Federações Desportivas Internacionais (IF). Além da formação prévia ao evento, após a entrada no recinto continuam a ser organizadas acções de formação profissional. É necessário fazer-se uma adequação aos problemas subtis encontrados em cada recinto, e envidar todos os esforços para garantir “zero erros” nos testes, demonstrando, face aos seus amigos internacionais, o profissionalismo e o rigor dos chineses. Tam Veng I disse ser este sentido de missão para fazer com que a competição se desenrole com igualdade e justiça, permitindo aos atletas provar as suas valências, que a leva a insistir no seu trabalho de inspectora anti-dopagem.

Teste de Mancha de Sangue Seco Oficialmente Revelado

Esta experiência também beneficiou Tam Veng I, pois além dos testes de urina e sangue de rotina, um dos destaques no trabalho de inspecção anti-dopagem neste Jogos Olímpicos de Inverno e Jogos Paralímpicos de Inverno foi a primeira utilização de rotina do método de testagem com manchas de sangue seco. Nos Jogos Olímpicos de Tóquio do ano anterior, a tecnologia de testagem de mancha de sangue seco foi aplicada experimentalmente. Agora esse método foi oficialmente apresentado nos Jogos Olímpicos de Inverno e Jogos Paralímpicos de Inverno. A nova tecnologia consiste em recolher uma amostra muito pequena de sangue periférico dos atletas e colocá-la numa tira de testagem a

譚穎兒與冬奧吉祥物冰墩墩合影



入選冬奧興奮劑檢查官之後譚穎兒接受了一系列的專業培訓



substâncias proibidas, um processo semelhante à recolha de sangue no dedo pelos hospitais. Comparativamente aos testes sanguíneos tradicionais, a tecnologia de mancha de sangue seco tem um impacto mínimo nos atletas, é mais fácil para transportar e armazenar amostras, e conta com mais estabilidade nas amostras. O equipamento para os testes de mancha de sangue seco é desenvolvido e produzido independentemente na China, transmitindo um vislumbre do progresso científico e tecnológico do país.

Outro destaque nestes Jogos Olímpicos de Inverno é a primeira utilização de um sistema de inspecção livre de papel. Este sistema conta com funcionalidades de correcção automática de erros e avisos de falhas no preenchimento, reduzindo, de forma drástica, os erros e omissões no preenchimento das fichas. O sistema de inspecção livre de papel também pode carregar automaticamente as listas de inspecções para o sistema ADAMS da AMA, aumentando a celeridade do processo.

Convite para Contribuir para os Jogos Asiáticos de Hangzhou

No que toca à prevenção epidémica, Tam Veng I também está muito satisfeita. Os Jogos Olímpicos de Inverno proporcionaram aos inspectores excelentes condições de acomodação, assim como serviços de transporte de ponto a ponto do hotel para o local de trabalho. Isto garante uma segurança eficaz e conveniente, para que os inspectores possam focar-se no seu trabalho com toda a serenidade.

Tam Veng I expressou sentir-se afortunada por o Instituto do Desporto a ter novamente convidado para a Agência de Anti-dopagem da China. Nos dias que se seguem, serão enviados funcionários para participar nos trabalhos de anti-dopagem da Comissão Organizadora dos Jogos Asiáticos de Hangzhou do corrente ano, e ao fazer parte desta equipa poderá acumular experiência de trabalho e cultivar talentos profissionais para partilhar com Macau na organização futura de competições de larga escala. Os seus esforços estarão totalmente focados nas preparações para estabelecer as fundações do trabalho anti-dopagem para os 15^{os} Jogos Nacionais, recebidos por Guangdong, Hong Kong e Macau em 2025.

Doping Control Officer Tam Veng I

Travelled to Beijing for Winter Olympics Doping Control Works

The Olympic Winter Games Beijing 2022 was successfully held in Beijing from 4 to 20 February. Although Macao athletes could not participate in the event, there were volunteers from Macao who participated in the Games. Tam Veng I of Macao went to Beijing as a doping control officer, participating in the doping control work of athletes at the event.

The Beijing Organising Committee for the 2022 Olympic Winter Games and the China Anti-doping Agency (CADA) of the General Administration of Sport of China have started to recruit doping officers from all provinces and cities across the country since November 2020. After a round of interviews, about 300 officers were qualified, and 241 were shortlisted. After being selected, they went through a series of professional training before becoming the doping officers for the Olympics Winter Games of Beijing. Tam Veng I, who was nominated by the MSAR Sports Bureau and selected as the doping control officer for the Games, has been trained by the CADA to become a doping control officer since 2014, mainly doing doping control for athletes in major events. Tam said that as a Chinese she felt honored and dedicated to contributing to the country by helping in the city where both the Olympic and Paralympic Winter Games took place subsequently. It is not only an honor, but also a responsibility towards the Motherland.

By Virtue of Honor and a Sense of Responsibility

Doping control is mainly in two stages - before and after the competition. Urine and blood samples are collected from athletes and sent to laboratories recognized by the World Anti-Doping Agency (WADA) for testing to check whether athletes have taken illegal drugs to ensure the fairness and justice of the competition. Doping inspections are also a constant job and can be sampled randomly. Athletes may be subject to random inspections any time from 6:00 a.m. to 11:00 p.m. and at different stages such as rest, vacation, training, and competition. Doping control is a crucial part of every athlete. If there is an error in the process, it will affect the athlete's performance and might involve disputes such as appeals. Therefore, during the Games, the doping control officers should complete their job under the supervision of the staff of the WADA, the International Inspection Agency (ITA) and the International Sports Federation (IF). Doping control officers would also attend relevant training every day in addition to the pre-match training. It is necessary to spot very subtle issues and make timely adjustments to ensure "zero mistakes", showing the professionalism and meticulousness of the Chinese people in front of friends from overseas. Tam said that it is this sense of mission to make the competition fair and just so the athletes can prove their strength that keeps her insistence on the work of the doping officer.

Dried Blood Spot Test Officially Unveiled

This experience has also benefited Tam a lot; she has not only taken part in routine urine and blood tests but also experienced the dried blood spot test, which was adopted for the first time in the Games this year as part of the routine doping test. At the Tokyo Olympics last year, the dried blood spot technology was on pilot application. The dried blood spot test was then officially unveiled at the Beijing Olympic and Paralympic Winter Games. This new technology takes a minimal amount of peripheral blood from athletes and puts it on test strips to test for banned substances, a process similar to a finger blood sample in a hospital. Compared with traditional blood tests, the dried blood spot technology has minuscule harm to athletes, easier transportation and storage of samples, and better stability of samples. It encompasses the advantages of convenience, rapidity and inexpensive, and practitioners in the anti-doping sector do have high hope on it. The dried blood spot test equipment is independently developed and manufactured by China, showcasing the progress of China's scientific and technological advancement.



譚穎兒表示防疫方面賽會做得十分完善

Another highlight of the Games this year is the use of a paperless inspection system. This system has functions such as automatic error corrections and missing information alerts, which greatly reduce errors and omissions when filling out the checklist. The paperless inspection system can also automatically upload the inspection list to WADA's ADAMS system to speed up the entry of the list.

Invitation to the Hangzhou Asian Games for Assistance

In terms of pandemic prevention measures, Tam's experience is also satisfactory. This Games has provided excellent accommodation conditions for the officers, as well as a point-to-point vehicle pick-up service from the hotel to the workplace, which is efficient and convenient and ensures safety, so that the officers can feel reassured and focus on their work.

Tam mentioned that the Sports Bureau has a privilege of being invited by the CADA again, and it will send staff to participate in the anti-doping work of the Hangzhou Asian Games Organising Committee this year to accumulate experience for Macao on holding large-scale competitions in the future. It is hoped that Macao can lay a more solid foundation for the local doping inspection work and be fully prepared for the 15th National Games to be hosted by Guangdong, Hong Kong and Macao in 2025.

體育委員會 召開2022年第一次會議

體育委員會於2月28日下午假塔石體育館會議室舉行了今年第一次的會議，會議由社會文化司司長、體育委員會主席歐陽瑜主持，討論了多項議題。

會議第一項議程介紹2022年度固定資助及特別資助的預算情況，接著報告了本澳今年的大型體育活動及正在商討的中國男子籃球職業聯賽季後賽等籌備工作，並簡介了大眾體育活動及多項青少年體育交流工作。

會上匯報了澳門特區本年度組織體育代表團參加多個大型綜合運動會，包括在成都市的第31屆世界



體委會召開今年首次全體會議

大學生運動會，杭州市的第19屆亞洲運動會等備戰情況。此外，介紹了公共體育設施網絡及體育設施規劃等工作概況及報告了2020年澳門市民體質監測的工作進度。委員們就會議議題作討論交流，並發表了多項寶貴意見。

出席的體育委員中有第一次當選的委員，包括：胡偉強、陳榮中、趙文杜、馬兆祥、何力輝、歐陽善盈、許樂敏、嚴耀庭、林錦雄、陸南德，各新當選委員於會上介紹自己並發表了對體育委員會工作的願景。



體育委員會全體委員合照

Conselho do Desporto convoca a primeira reunião de 2022

A primeira reunião do Conselho do Desporto do presente ano teve lugar à tarde de 28 de Fevereiro, na Sala de Reuniões do Pavilhão Polidesportivo Tap Seac. A reunião foi presidida pela Secretária para os Assuntos Sociais e Cultura e Presidente do Conselho do Desporto, Ao Ieong U e foi discutida uma série de temas.

O primeiro ponto da ordem de trabalhos da reunião consistiu na apresentação da situação orçamental dos subsídios regulares e específicos para o ano de 2022. Em seguida, apresentaram-se ainda os preparativos dos grandes eventos desportivos de Macau para este ano, entre eles as eliminatórias da Associação Chinesa de Basquetebol e uma série de actividades do Desporto para Todos e intercâmbios desportivos juvenis.

Durante a reunião, foi também apresentado o ponto de situação da organização da Delegação Desportiva de Macau que marcará presença em diversos eventos desportivos em grande escala, incluindo a 31ª Universíada em Chengdu e a preparação dos atletas para a 19ª Edição dos Jogos Asiáticos de Hangzhou. Por fim, foi também apresentada a situação geral da rede de instalações desportivas públicas e planeamento de futuras instalações desportivas, assim como o relatório de progresso no âmbito da Avaliação da Condição Física da População de Macau 2020. Os membros trocaram ideias sobre os vários temas da ordem de trabalhos e apresentaram opiniões relevantes no domínio do desporto.

Estiveram também a representar o Conselho do Desporto membros recém-eleitos, tais como: Wu Wai Keong, Chan Veng Chong, Chio Man Tou, Eurico de Jesus, Ho Lek Fai, Au Ieong Sin Ieng, Hoi Lok Man, Im Io Teng, Lam Kam Hung e Lok Nam Tak. Os membros recentemente eleitos apresentaram-se na reunião e partilharam as suas visões para os trabalhos do Conselho do Desporto.

Sports Committee held its first meeting of 2022

Chaired by Ms. Ao Ieong U, Secretary for Social Affairs and Culture and President of Sports Committee, the Sports Committee held its first meeting this year in the afternoon on 28 February at Tap Seac Multisport Pavilion's Meeting Room and a variety of topics were discussed.

The first agenda of the meeting was an introduction of the recurrent and special subsidization budget in 2022. A report was presented on work preparations for mega sports events, including the Chinese Basketball Association playoffs and a series of sports for all activities and youth exchange activities.

Furthermore, the committee members were also briefed about the formation of sports delegates for joining the multi-sport events that would take place this year, including the 31st Universiade in Chengdu and the assistance given to the athletes for preparing for the 19th Edition of the Hangzhou Asian Games. Finally, the general condition of the public sports facilities network and planning of future sports facilities was also presented, as well as the progress report of the Physical Fitness Study of Macao SAR Citizens of 2020. There were fruitful discussions and exchanges of all of the meeting agendas among committee members, and valuable comments were given to the committee.

Among the attendees, there were the first elected committee members including Wu Wai Keong, Chan Veng Chong, Chio Man Tou, Eurico de Jesus, Ho Lek Fai, Au Ieong Sin Ieng, Hoi Lok Man, Im Io Teng, Lam Kam Hung and Lok Nam Tak. They introduced themselves and shared their visions about their works for the Sports Committee in the meeting.

望廈體育中心設有不同體育設施



望廈體育中心全面開放

望廈體育中心於本年1月26日起增加開放三樓及五樓的體育設施，包括室內足球場、壁球室和排球場予大眾使用，此外，還有首階段已開放的羽毛球場、乒乓球室、籃球場及位於天台設有緩跑徑的休閒運動區，設施開放時間為星期一至星期日早上8時至晚上10時。

望廈體育中心樓高五層，每層設置了不同的體育設施，以受大眾歡迎的體育項目為主，為市民提供了可進行多項體育運動的鍛鍊空間，鼓勵全民運動的健康生活模式。為便利市民安排日常運動計劃，望廈體育中心的運動場地以電子化購票方式為主。



天台設有緩跑徑



市民使用乒乓球室設施

籃球場為大眾提供運動及鍛鍊場所

O Centro Desportivo Mong-Há está aberto plenamente

A 26 de Janeiro do corrente ano, o Centro Desportivo Mong-Há abriu ao público as instalações desportivas localizadas no terceiro e quinto andares, sendo estas um campo de futsal, um campo de squash e um campo de voleibol. Para além disso, encontram-se também abertos ao público, o campo de badminton, a sala de ténis de mesa, o campo de basquetebol e a zona desportiva e de lazer com pistas de jogging no terraço. O horário de funcionamento é das 8h às 22h, de segunda a domingo.

O Centro Desportivo Mong-Há dispõe cinco andares, oferece diferentes instalações desportivas em cada andar, com foco nos desportos mais procuradas pelo público, tendo em vista proporcionar aos residentes espaços para a prática de diferentes desportos e promover, junto da população em geral, o estilo de vida saudável através da prática desportiva ao longo da vida. Para que os residentes possam organizar mais facilmente os seus planos de prática de exercício, a utilização das instalações desportivas do Centro é efectuada essencialmente através da compra de bilhetes por via electrónica.

Mong-Ha Sports Centre is fully open

From 26 January, 2022, the Mong-Ha Sports Centre has opened up the sports facilities on the third and fifth floors, including a futsal court, squash courts and a volleyball court. Combining with badminton courts, table tennis room, basketball courts and the rooftop leisure area with jogging trail that have already been in place at the beginning stage of the Centre, all venues are open from 8:00 am to 10:00 pm from Mondays to Sundays.

Mong-Ha Sports Centre is a five-storey high building which offers different sports facilities in each floor for the most popular sports among the general public. It provides training places that are suitable for various kinds of sports for residents and promotes a healthy living style through supporting the concept of sports for all. In order to facilitate routine exercise planning for the residents, the venue booking system of the Mong-Ha Sports Centre will mainly be processed in an electronic manner.

得獎者與嘉賓合照



體育攝影賽名花有主

由體育局主辦，澳門攝影學會協辦的2021“澳門體育活動”專題攝影比賽，以及第68屆澳門格蘭披治大賽車攝影比賽2月17日於體育局舉行了頒獎儀式，王國輝、黃開榮和陳永堅分別於三個組別中摘冠。

今次攝影比賽反應踴躍，吸引眾多攝影愛好者參加，經過評審後，各獎項名花有主，本次比賽的精選作品已上載到體育局官方網頁進行線上展覽（<https://www.sport.gov.mo/zh/calendary/type/item/id/8105>），市民可到上述網址瀏覽。

比賽的獲獎名單如下：

2021“澳門體育活動”專題攝影比賽

競技群英：

冠軍：王國輝；亞軍：葉展華；季軍：林國權。
優異：麥慶堅、程振強、鄺錦迪、郭劍華（2幅）、原勁偉、譚于恆。

健體歡顏：

冠軍：黃開榮；亞軍：鄧啟倫；季軍：李文樂。
優異：郭劍華（2幅）、李振宜、黃開榮、雷海棠、李文樂、鄧俊成。

第68屆澳門格蘭披治大賽車攝影比賽

冠軍：陳永堅；亞軍：李順幫；季軍：鄧啟倫。
優異：鄭家進、黃開榮、許家豪、李文樂、李美珍、李順幫、黃明堅。



競技群英

冠軍：王國輝

「籃」色情迷大三巴



健體歡顏

冠軍：黃開榮

我的空間

Anunciados os vencedores do Concurso Fotográfico “Desporto em Macau”

Os concursos fotográficos “Desporto em Macau” 2021 e “68º Grande Prémio de Macau” são organizados pelo Instituto do Desporto (ID) em colaboração com a Associação Fotográfica de Macau. A cerimónia de entrega de prémios teve lugar a 17 de Fevereiro no Instituto do Desporto. Os primeiros classificados das diferentes categorias foram, respectivamente, Wong Kwok Fai, Vong Hoi Veng e Chan Weng Kin.

A presente edição dos Concursos Fotográficos foi muito bem recebida, atraindo a participação de diversos fotógrafos amadores. Após avaliação, foram anunciados os vencedores, a selecção fotográfica encontra-se em exibição online, disponível na página electrónica do Instituto do Desporto (<https://www.sport.gov.mo/zh/calendar/type/item/id/8105>). Sejam bem-vindos a visitar o website acima indicado.

Os premiados destes concursos foram:

Concursos Fotográficos “Desporto em Macau” de 2021

Herói e Competição :

1º Classificado - Wong Kwok Fai, 2º Classificado - Ip Chin Wa, 3º Classificado - Lam Kok Kun
Menção Honrosa - Mak Heng Kin, Ching Chun Keung, Kong Kam Tec, Kuok Kim Va (2 obras),
Iun Keng Wai, Tam U Hang.

Alegria e Condição Física :

1º Classificado - Vong Hoi Veng, 2º Classificado - Tang Kai Lon, 3º Classificado - Li Man Lok
Menção Honrosa - Kuok Kim Va (2 obras), Lei Chan I, Vong Hoi Veng, Loi Hoi Tong,
Li Man Lok, Tang Chan Seng.

68º Grande Prémio de Macau Concurso Fotográfico :

1º Classificado - Chan Weng Kin, 2º Classificado - Lei Son Pong, 3º Classificado - Tang Kai Lon
Menção Honrosa - Chiang Ka Chon, Vong Hoi Veng, Xu Ka Hou, Li Man Lok, Lei Mei Chan,
Lei Son Pong, Wong Meng Kin.

Winners of Macao Sports Photography Competitions Announced

Organized by the Sports Bureau of Macao SAR Government and co-organized by the Photographic Society of Macao, the awarding ceremony for the 2021 “Macao Sports” Photography Competition and the 68th Macau Grand Prix Photography Competition took place at Sports Bureau on 17 February. The winners of the categories were, respectively, Wong Kwok Fai, Vong Hoi Veng and Chan Weng Kin.

The Photography Competitions of this year was very well received, attracting the participation of many photographic enthusiasts. After evaluation, the winners have been announced. The photo selection is on display online, available on the official website of Sport Bureau (<https://www.sport.gov.mo/zh/calendar/type/item/id/8105>). You are welcome to visit the above website.

The awardees for different competitions are as follows:

2021 “Macao Sports” Photography Competition :

Heroes and Competitions :

Champion : Wong Kwok Fai, First runner-up : Ip Chin Wa, Second Runner-up : Lam Kok Kun
Award of Excellence : Mak Heng Kin, Ching Chun Keung, Kong Kam Tec, Kuok Kim Va (2 entries),
Iun Keng Wai, Tam U Hang.

Fitness Smile :

Champion : Vong Hoi Veng, First runner-up : Tang Kai Lon, Second Runner-up : Li Man Lok
Award of Excellence : Kuok Kim Va (2 entries), Lei Chan I, Vong Hoi Veng, Loi Hoi Tong,
Li Man Lok, Tang Chan Seng.

The 68th Grand Prix Photography Competition

Champion : Chan Weng Kin, First runner-up : Lei Son Pong, Second Runner-up : Tang Kai Lon
Award of Excellence : Chiang Ka Chon, Vong Hoi Veng, Xu Ka Hou, Li Man Lok, Lei Mei Chan,
Lei Son Pong, Wong Meng Kin.



第68屆澳門格蘭披治大賽車

冠軍：陳永堅

高才捷足

首次殺入決賽的赤揚甲給予紅藍嵐不少威脅

紅藍把握網前進攻



紅藍嵐 紅藍

包辦排球銀牌錦標

全澳男、女子排球銀牌賽，紅藍嵐以直落兩局擊敗首度亮相的赤揚甲，成功衛冕男子甲組錦標；女子甲組賽事，紅藍以總局數2比1擊敗培正A，重奪失落一屆的冠軍。

男子甲組於2月19及20日在澳大體育館舉行，紅藍嵐四強淘汰聯賽勁敵慈青，赤揚甲則直落兩局擊敗梓楓好世界，兩隊決賽相遇。第一局，兩隊會演激戰，一度落後12比15的紅藍嵐展示後勁，結果反

勝25比21。第二局，紅藍嵐乘勝追擊，以25比18再下一城，最終直落兩局擊敗對手，衛冕成功。

女子組賽事於2月12及13日上演，上屆被中斷六連冠的紅藍面對培正A毫不手軟，連番搶攻下以25比12取得首局。力爭衛冕的培正A在第二局以25比19扳回一局。決勝局，培正A未能把握開局優勢，被紅藍反擊得手，最終紅藍贏15比13，總局數險勝2比1，重奪冠軍。

紅藍嵐衛冕男排銀牌賽冠軍



Macau Volleyball Silver Shield Tournament Winners came from Hong Nam "Nam" and Hong Nam

In the Men's and Women's Volleyball Silver Shield Tournament, Hong Nam "Nam" defeated the debut Chek Ieong A in straight sets and successfully defended the Men's A Championship; in the Women's A competition, Hong Nam defeated Pui Ching A with 2-1 in the final, regaining the championship this year.

Group A Men's match was held at the University of Macau's Stadium on 19 and 20 February. Hong Nam "Nam" defeated their rivals Youth Salesian in the semi-finals, while Chek Ieong A defeated Chi Fong Hou Sai Kai in straight sets, and the two teams met in the final. The two teams had a fierce battle in the first set. Hong Nam "Nam", who was 12-15 behind, showed their stamina and won by 25-21. In the second set, Hong Nam "Nam" followed up a victory with hot pursuit and won another victory with scores of 25-18, and finally defeated the opponent in straight sets and successfully defended the title.

Women's match was staged on 12 and 13 February, Hong Nam, who had been interrupted for six consecutive championships last year, showed no mercy to Pui Ching A, and won the first set 25-12 by continuous attacks. Pui Ching A did their best to defend the title they had held since last year and responded in the second set, winning 25-19. However, in the decisive round, Pui Ching A was unable to take advantage of the opening gambit and gave way to the Hong Nam counter-attack. The latter ended up winning the set by 15-13 and ending the competition with 2-1. Hong Nam thus regained the title of champion.



紅藍重奪失落一屆的女排銀牌賽錦標

Hong Nam "Nam" e Hong Nam dominam o Torneio de Medalha de Prata de Voleibol de Macau

No Torneio de Medalha de Prata de Voleibol de Macau masculino e feminino, os Hong Nam "Nam" derrotaram os estreadores Chek Ieong A em dois sets consecutivos, preservando o seu título de campeões da 1ª divisão masculina. Já na 1ª divisão feminina, as Hong Nam derrotaram as oponentes da Pui Ching A em dois sets contra um, recuperando o título de campeãs, que haviam perdido anteriormente.

O jogo da 1ª divisão masculina foi realizado no Pavilhão Desportivo da Universidade de Macau nos dias 19 e 20 de Fevereiro. Os Hong Nam "Nam" derrotaram os seus rivais dos Youth Salesian nas semifinais, enquanto os Chek Ieong A derrotaram os adversários, Chi Fong Hou Sai Kai, em dois sets. Ambas as equipas vencedoras se defrontaram na final. Durante o primeiro set da final, as duas equipas mantiveram uma competição renhida. Os Hong Nam "Nam", que estiveram a perder por 12:15, conseguiram virar o resultado e acabaram por vencer por 25:21. No segundo set, os Hong Nam "Nam" deram o tudo por tudo e voltaram a dominar o jogo, com mais uma vitória por 25:18. A partida terminou com os Hong Nam "Nam" a vencerem o seu adversário em dois sets e a defenderem com sucesso o seu título de campeões.

A competição feminina foi realizada nos dias 12 e 13 de Fevereiro. As Hong Nam, que haviam perdido no ano passado o título de campeãs que detiveram durante seis anos consecutivos, não mostraram piedade para com as Pui Ching A e venceram o primeiro set por 25:12. As Pui Ching A deram o seu melhor para defender o título que detinham desde o ano passado e responderam no segundo set, vencendo por 25:19. Porém, na ronda decisiva, não conseguiram aproveitar esta vantagem e deram espaço ao contra-ataque das Hong Nam. Estas últimas acabaram por vencer o set por 15:13 e por colocar termo à competição com duas vitórias contra uma. As Hong Nam recuperaram assim o título de campeãs.

澳羽賽 黃覺永林學賢 首奪冠

全澳羽毛球公開賽獲獎者與嘉賓合影

由澳門羽毛球總會主辦的“2022年度全澳羽毛球公開賽”誕下單打新王者，近年專攻雙打賽事的黃覺永在男單決賽以局數2比1戰勝吳子聰，女單決賽則由林學賢直落兩局擊敗去屆冠軍裴梓樺，雙雙勇奪生涯首個全澳單打冠軍。

賽事於1月17日至22日舉行，雖然去屆男單冠軍裴鵬鋒首輪棄權未有作賽，比賽仍鬥得相當激烈，開局理想的黃覺永以21比17先拔頭籌，吳子聰第二局搶回主導權，以21比17扳平局數。決勝局，黃覺永憑藉更穩定的發揮以21比16獲勝，贏得個人首座全澳賽冠軍。

女單由長年勁敵林學賢與裴梓樺爭奪冠軍，兩人在四強戰雙雙擊敗過去冠軍級球手，林學賢激戰三局勝歐綺君，裴梓樺兩局擊敗去屆冠軍吳穎嗣。決賽上，林學賢發揮更穩定，整場未出現太多失誤球，在較大優勢下以21比13及21比9直落兩局擊敗裴梓樺，首度於全澳賽事封后，為羽毛球生涯再創高峰。

“2022年度全澳羽毛球公開賽”各項冠軍分別為：男單-黃覺永、女單-林學賢、男雙-吳子聰/溫偉智、女雙-歐綺君/裴梓樺、混雙-梁鈺聰/吳穎嗣。



Vong Kok Weng e Lam Hok In ganham os seus primeiros títulos no Torneio Aberto de Badminton de Macau

O Torneio Aberto de Badminton de Macau 2022, organizado pela Federação de Badminton de Macau, viu o nascimento de dois novos campeões nos singulares. Vong Kok Weng, que se tem destacado em pares, derrotou Ng Chi Chong por 2-1 na final de singulares masculinos, e Lam Hok In derrotou a antiga campeã Pui Chi Wa na final de singulares femininos com duas vitórias consecutivas, assegurando assim ambos os atletas o primeiro título de singulares das suas carreiras a nível local.

O torneio foi realizado de 17 a 22 de Janeiro. Apesar de o anterior campeão dos singulares masculinos se ter retirado na primeira fase e não ter jogado, ainda assim a competição foi intensa. Vong Kok Weng, que teve um arranque impecável, assegurou a liderança por 21-17. No segundo set,

Ng Chi Chong retomou a liderança e empatou o jogo com uma vitória de 21-17. No set decisivo, Vong Kok Weng ganhou por 21-16 com um desempenho mais sólido, conquistando assim o seu primeiro título no Torneio Aberto de Badminton de Macau.

Nos singulares femininos, as rivais de longa data Lam Hok In e Pui Chi Wa defrontaram-se pelo título. Ambas derrotaram antigas campeãs nas semi-finais: Lam Hok In derrotou Ao I Kuan em três sets, e Pui Chi Wa derrotou a antiga campeã Ng Weng Chi em dois sets. Na final, Lam Hok In jogou de forma mais consistente, e não falhou muitos volantes ao longo de todo o encontro. Derrotou Pui Chi Wa com larga vantagem em dois sets, por 21-13 e 21-9. Conquistou pela primeira vez o título no Torneio Aberto de Badminton de Macau, atingindo um novo pico na sua carreira.

Os vencedores de diferentes categorias do Torneio Aberto de Badminton de Macau 2022 foram: Singulares masculinos - Vong Kok Weng; Singulares femininos - Lam Lok In; Pares masculinos - Ng Chi Chong / Wan Wai Chi; Pares femininos - Ao I Kuan / Pui Chi Wa; Pares mistos - Leong Iok Chong / Ng Weng Chi.

黃覺永奪得首個男單冠軍



林學賢擊敗勁敵裴梓樺
初嘗女單冠軍滋味

計劃赴內地升學的林學賢將持續訓練

Vong Kok Weng and Lam Hok In win their first championships at the Macau Open Badminton Championship

The 2022 Macau Open Badminton Championship, held by the Badminton Federation of Macau, saw the birth of two new singles champions. Vong Kok Weng, who has specialized in doubles for the past few years, defeated Ng Chi Chong by 2-1 in the man's singles finals, and Lam Hok In defeated the former champion Pui Chi Wa in the women's singles finals with two consecutive wins, thus granting both athletes the first singles championships of their careers in Macao.

The championship was held from 17 to 22 January. Although the previous men's singles champion abstained in the first round, the competition was still fierce. Vong Kok Weng, who had a flawless

start, took the lead by 21-17. On the second set, Ng Chi Chong recovered and led to a tie with a victory of 21-17. In the decisive set, Vong Kok Weng won by 21-16 with a solid performance, winning the championship.

In the women's singles, longtime rivals Lam Hok In and Pui Chi Wa fought for the championship. They both defeated former champions in the semifinals: Lam Hok In defeated Ao I Kuan in three sets, Pui Chi Wa defeated former champion Ng Weng Chi in two sets. In the finals, Lam Hok In had a more stable performance, barely failing any shuttlecocks in the whole match. She defeated Pui Chi Wa in two sets with a large advantage, by 21-13 and 21-9. As Lam got her first championship in this local competition, she reached a new peak in her career.

The winners of the different categories of the 2022 Macau Open Badminton Championship were: Men's singles - Vong Kok Weng; Women's singles - Lam Hok In; Men's doubles - Ng Chi Chong / Wan Wai Chi; Women's doubles - Ao I Kuan / Pui Chi Wa; Mixed doubles - Leong Iok Chong / Ng Weng Chi.

嘉賓與女子組獲獎隊伍合影



全澳籃球聯賽 福建高級組十一連霸

全澳籃球聯賽2月26日上演煞科戰，高級組由福建與福青交鋒，最終福建以99比84成功衛冕，成為聯賽十一連冠；女子公開組，江門以63比48拿下赤兔，實現聯賽兩連冠。福建與福青在決賽合演精彩一仗，第一節領先22比15的福青，第二節頂住壓力，半場領先44比41。下半場福建發力，吳榮鵬、羅協銘、黎家棟聯手搶分，加上梁志成及劉少楓在最後時刻出手，合力助福建以99比84擊敗福青，拿下冠軍，達成十一連霸。

江門衛冕女子冠軍

女子公開組決賽同樣激烈，江門及赤兔再於冠軍戰相遇，江門首節領先18比9。赤兔在第二節調整戰術將比分收窄，完半場，江門以29比24領先。第三節，江門大舉將比分拉開至50比32，打下贏波基礎，最終，江門以63比48擊敗赤兔，再奪女子公開組冠軍。



福建與福青上演“兄弟戰”

Liga de Basquetebol de Macau Fukien vence décimo primeiro campeonato consecutivo na Categoria Superior

Fukien e Fukien Youth enfrentaram-se na final da Categoria Superior da Liga de Basquetebol de Macau, que teve lugar no dia 26 de Fevereiro. O Fukien acabou por defender o título de campeão que detém há onze edições do torneio, vencendo por 99:84. Na Categoria Feminina Aberta, a partida entre Jiangmen e Vermelho Coelho, terminou com a vitória de Jiangmen, com uma pontuação de 63:48, ganhando o seu segundo campeonato consecutivo.

Fukien e Fukien Youth protagonizaram uma final espetacular. O Fukien Youth venceu a primeira ronda por 22:15 e manteve a pressão durante a segunda ronda, dominando por 44:41 no intervalo. Durante a segunda metade do jogo, Fukien virou o jogo, com Ng Weng Pang, Lo Hip Meng e Lai Ka Tong a unirem forças e a elevar o marcador. Nos derradeiros momentos do jogo, Leong Chi Seng e Lao Sio Fong conseguiram pontuar, cimentando a vitória sobre o Fukien Youth por 99:84. Os Fukien venceram assim a taça do campeonato pela décima primeira vez consecutiva.

Jiangmen defende o primeiro lugar na Categoria Feminina Aberta

A final da Categoria Feminina Aberta também foi acirrada, com as equipas Jiangmen e Vermelho Coelho a defrontarem-se novamente. Jiangmen liderou a primeira parte, que terminou a 18:9. Na segunda parte, as Vermelho Coelho ajustaram a sua estratégia e conseguiram diminuir a desvantagem no marcador para 29:24. No terceiro set, Jiangmen alargou a vantagem para 50:32, praticamente assegurando a sua vitória. No final da partida, as Jiangmen venceram por 63:48, levando mais uma vez o troféu da competição.

江門強攻赤兔陣地



Macau Basketball League

Fujian Team won its 11th consecutive championships

The final match of Macau Basketball League was held on 26 February. Fujian Team and Fukien Youth faced off in the senior team, with Fujian Team successfully defending its 11th consecutive championship by 99-84. In Women's open categories, Jiangmen team defeated Red Rabbit by scoring 63-48 to achieve a second consecutive league title.

Fujian Team and Fukien Youth had a very exciting matchup in the final. Fukien Youth led by scoring 22-15 in the first quarter, then withstood the pressure in the second quarter and led 44-41 at the first half. Fujian Team started to turning the situation around in the second half of the match, as Ng Weng Pang, Lo Hip Meng, and Lai Ka Tong attacked together actively, along with Leong Chi Seng and Lao Sio Fong scored in the final moment, resulting a score of 99-84 and defeated its opponent to reach the 11th straight title.

Jiangmen Team defend champion in Women's Categories

The Women's Open division final was also intense, as Jiangmen Team and Red Rabbit met again in the title game. Jiangmen Team led with 18-9 in the first quarter, while Red Rabbit adjusted its tactics in the second quarter to narrow the gap. At the end of the first half, Jiangmen led the match with a score of 29-24. In the third quarter, Jiangmen Team pushed the score to 50-32, laying the foundation for winning. In the end, Jiangmen Team defeated Red Rabbit with scores 63-48 and won the Women's Open championship again.

體育健康

Desporto e saúde postode atendimento e informação

諮詢站



活動將會逢週日在全澳不同地點舉辦，詳情請留意有關公佈。

A actividade decorrerá aos fins-de-semana, em diferentes locais e as demais informações serão divulgadas em tempo oportuno.

☎ : 28236363

www.sport.gov.mo



各組別組手項目戰況激烈



李康喬在個人型以及個人組手項目奪冠

李康喬

空手道膺雙料冠軍

“2022全澳13歲或以下空手道公開賽（第一回合）”於2月26、27日假氹仔奧林匹克體育中心運動場室內館舉行，賽事共吸引244名選手參賽。其中，李康喬在女子組分別在“型”及“組手”封后，成就雙料冠軍。

26日上演個人“型”以及團體“型”賽事，男子U14高級組，呂卓宏憑22.9分奪得冠軍，女子U14高級組冠軍由李康喬以23.1分取得。其餘組別男、女子組冠軍為：U12高級組陳匡正、李詠喬；U10梁浚樂；U14初級組陳毓軒、李嘉雯；U12張柏豪、歐子淇；U10蕭溢朗、甘恩懿；U8陳泰銘、鄭心

妍。

27日舉行男女子“組手”以及團體“組手”賽事，男子U14高級組五十公斤以上由陳亮森衛冕，女子U14高級組四十二公斤以上由李康喬勝出，成為“型”及“組手”雙料冠軍。高級組其餘各組冠軍為：U14五十公斤以下陳韋諾、男子U12四十公斤以上朱泳朗、U12四十公斤以下馬顯揚、女子U12三十五公斤以上李詠喬奪冠。

團體“組手”，男子U14組冠軍由Seimac B奪得，女子組澳武館奪冠；男、女子U11組冠軍分別為般若館B以及Seimac。

一連兩日的賽事圓滿結束



Lei Hong Kio vence duas categorias do torneio de Karate-do

O Torneio Aberto de Karate-do Sub 13 de Macau (1ª ronda) teve lugar nos dias 26 e 27 de Fevereiro no Estádio do Centro Desportivo Olímpico da Taipa, contando com a participação de um total de 244 atletas. Entre estes, Lei Hong Kio venceu dois campeonatos femininos, após ter saído vitoriosa nas provas de Kata individual e Kumite, respectivamente.

No dia 26, foram realizadas as provas de Kata individual e colectivo. Na categoria superior masculina U14, Loi Cheok Wang venceu o campeonato com 22,9 pontos; já Lei Hong Kio venceu a categoria feminina U14 com 23,1 pontos. Venceram as demais categorias (masculina e feminina, respectivamente): Chan Hong Cheng e Lei Weng Kio na categoria superior U12; Leong Chon Lok Ringo na categoria U10; Chan Iok Hin e Lei Ka Man na categoria iniciante U14; Cheong Pak Hou e Ao Chi Kei na categoria iniciante U12; Sio Iat Long e Kam Ian I na categoria iniciante U10; e Chan Tai Ming e Cheang Sam In na categoria iniciante U8.

No dia 27 foram disputadas as provas masculinas e femininas de Kumite individual e colectivo. Chan Leong Sam defendeu o título da categoria superior masculina U14 +50kg e Lei Hong Kio venceu a prova da categoria superior feminina U14 +42kg, tornando-se bi-campeã nas modalidades de Kata e Kumite. Venceram as demais provas das categorias superiores: Chan Wai Nok na categoria U14 -50kg e Chu Weng Long na categoria U12 +40kg masculinas; Ma Hin Ieong na categoria U12 -40kg e Lei Weng Kio na categoria U12 +35kg femininas.

Na modalidade Kumite colectivo, categorias masculina e feminina U14, saíram vencedores a equipa Seimac B e o grupo Obukan respectivamente; já os campeões das categorias masculina e feminina U11 foram a Associação Goju-Ryu Hannyakan Karate-Doushikai B e Seimac, respectivamente.

Lei Hong Kio Won Double Champions for Karate Championship

The first round of the Macao Karate Open Championship for athletes under 13 this year took place on 26 and 27 February, 2022 at the Olympic Sports Centre Stadium, in Taipa. A total of 244 athletes participated in the event, where Lei Hong Kio was crowned champion for both the Female's Kata and Kumite categories.

Solo Kata and Team Kata events were taken place on 26 February and champions of different categories were born; Male U14 Senior Category champion went to Loi Cheok Wang with a score of 22.9 and Female U14 Senior Category champion went to Lei Hong Kio with a score of 23.1. Other champions in different male and female categories included U12 Senior Category Chan Hong Cheng and Lei Weng Kio, U10 Senior Category Leong Chon Lok, U14 Junior Category Chan Iok Hin and Lei Ka Man, U12 Junior Category Cheong Pak Hou and Ao Chi Kei, U10 Junior Category Sio Iat Long and Kam Ian I, and U8 Junior Category Chan Tai Ming and Cheang Sam In.

On 27 February, Male and Female Kumite and Team Kumite events took place. Chan Leong Sam was crowned champion again in the Male U14 Senior Category (50kg or above). Lei Hong Kio won the champion in the Female U14 Senior Category (42kg or above), making her a double champion for this year. Other champions in different senior categories included U14 (50kg or below) Chan Wai Nok, Male U12 (40kg or above) Chu Weng Long, U12 (40kg or below) Ma Hei Ieong and Female U12 (35kg or above) Lei Weng Kio.

For Team Kumite, Male U14 champion went to Seimac B; Macao Karate-do Obukan SKIF won the Female Category champion. B Macao Goju-Ryu Hannyakan Karate-Doushikai Association and Seimac won the Male and Female U11 champions respectively.

壁球賽

廖浚汶楊慧鈴摘冠

澳門壁球總會主辦之“2021-2022年度澳門壁球第二次排名賽”於2月22日至27日假保齡球中心壁球場舉行，男、女子組冠軍分別由廖浚汶及楊慧鈴奪得。

男子組決賽由一號種子廖浚汶對歐文道，憑著穩定發揮，廖浚汶先取兩局11比6及11比9，第三局歐文道以11比5扳回一局。第四局，廖浚汶把握機會，最終贏11比7，總局數以3比1勝出。

女子組決賽，衛冕冠軍的楊慧鈴先贏兩局11比5及11比9，第三局廖桂芝搶回一局11比9，第四局，楊慧鈴再贏11比7，總局數贏3比1，拿下女子組冠軍。



頭號種子廖浚汶順利奪冠



歐文道(左)繼第一次排名賽後再闖決賽



楊慧鈴(左)狀態大勇奪女子組冠軍



男子組頒獎

女子組頒獎

Liu Tsun Man e Yeung Wai Leng vencem o Torneio de Squash

Organizado pela Associação de Squash de Macau, o Torneio de Classificação de Squash de Macau (2ª. Volta) 2021-2022 teve lugar entre os dias 22 e 27 de Fevereiro nas salas de squash do Centro de Bowling. Liu Tsun Man e Yeung Wai Leng foram, respectivamente, os vencedores dos grupos masculino e feminino.

Na final do grupo masculino, confrontaram-se a cabeça-de-série Liu Tsun Man e Armando Amarante. Liu Tsun Man jogou de forma estável, vencendo os dois primeiros sets por 11:6 e 11:9. No terceiro set, Armando Amarante virou o resultado, ganhando 11:5. Contudo, no quarto set, Liu Tsun Man aproveitou a oportunidade, e saiu a vencer 11:7, ganhando o jogo por 3-1.

Na final do grupo feminino, Yeung Wai Leng, campeã em título, manteve a liderança com duas vitórias 11:5 e 11:9. Liu Kwai Chi reduziu a diferença no terceiro set com uma vitória de 11:9, mas no quarto set Yeung Wai Leng acabou por ganhar novamente com um resultado de 11:7, terminando a partida com 3 vitórias contra uma e arrecadou o título campeã.

Liu Tsun Man and Yeung Wai Leng Won the Squash Tournament

The "Macau Squash 2nd Ranking Tournament 2021-2022", organized by Macau Squash Association, was held at Squash Court of Bowling Centre from 22 to 27 February. Liu Tsun Man and Yeung Wai Leng won the titles of Men's and Women's categories respectively.

In the Men's Final, top seed Liu Tsun Man took on Armando Amarante and took the first two sets 11-6 and 11-9 with his stabilizing performance. In the third set, Armando Amante made a come back with 11-5. Liu grasped the opportunity and finally won 11-7 in the fourth set, winning the Men's championship with 3-1.

In the Women's Final, defending champion Yueng Wai leng won 2 sets by scoring 11-5 and 11-9. Then in the third set, Liu Kwai Chi pulled back a set by 11-9, while Yeung defeated Liu again by scoring 11-7 and finally won the total number of sets 3-1. Yeung Wai Leng won the championship in Women's categories again.



黃展華奪得男子公開組冠軍



許朗奪得女子公開組冠軍

首場雙項鐵人賽

黃展華 許朗

展亞運代表實力

澳門鐵人三項總會於3月13日在路氹東亞運動會體育館外舉行2022年度第一場雙項鐵人公開賽，吸引近六十人參賽，決出各組別冠軍。有望出戰杭州亞運會的集訓隊成員黃展華及許朗，分別奪得男、女子公開組冠軍。

今年首場雙項鐵人賽(跑步及單車)，全長約28公里，一班澳門集訓隊成員起步後率先帶出，在跑步取得領先優勢的黃展華率先進入換項區，並在前五圈單車拉開超過33秒的優勢。十圈單車賽後，周汶傑、趙詠俊、黃展華及壯年

組的郭志璋四人幾乎同時進入換項區，最後兩圈跑步，黃展華以54秒43首名衝線，奪得男子公開組冠軍，周汶傑十四秒後抵達終點，趙詠俊以55秒32得第三；許朗在女子公開組的優勢明顯，以58秒03衝線贏得冠軍；吳婉欣以1小時04分08秒得第二，高得利的程韻瑜慢19秒收穫季軍。

其他組別冠軍如下，男子青年組：劉卓晞；女子青年組：許嘉莉，元老一組：Sergio Real；元老二組：盧照勇；男子體驗組：梁洛堯；女子體驗組：黃霽瑜。



雙項賽進行十圈單車爭逐

Primeira Prova de Biatlo

Wong Chin Wa e Hoi Long apresentam a competitividade de representantes dos Jogos Asiáticos

A Associação Geral de Triatlo de Macau realizou, no dia 13 de Março, a primeira Prova do Torneio Aberto de Biatlo de Macau 2022, no exterior da Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau, localizada no Cotai. O evento atraiu mais de 60 participantes, tendo sido distinguidos os vencedores das diferentes categorias. Wong Chin Wa e Hoi Long, membros da selecção de Macau que possivelmente marcarão presença nos Jogos Asiáticos de Hangzhou, foram respectivamente os campeões das categorias masculina e feminina.

Este ano, a primeira Prova de Biatlo (corrida e ciclismo) contou com um percurso total de 28 quilómetros, e os membros da selecção de Macau lideraram a prova desde o início. Wong Chin Wa, que assumiu a vantagem na corrida, foi o primeiro a entrar na zona de troca de modalidades, e nas primeiras cinco voltas do ciclismo, conseguiu alcançar uma vantagem superior a 33 segundos. Após as 10 voltas de ciclismo, Chao Man Kit, Carreira Chiu, Rogério José, Wong Chin Wa e Kuok Chi Wai da categoria 20-39 anos entraram quase simultaneamente na zona de troca de modalidades. Nas últimas duas voltas de corrida, Wong Chin Wa foi o primeiro a cruzar a meta, com o tempo de 54 segundos e 43, sagrando-se campeão da categoria aberta masculina; Chao Man Kit chegou à meta 14

segundos depois; Carreira Chiu, Rogério José ficou em terceiro com o tempo de 55 segundos e 32. Já na categoria aberta feminina, Hoi Long manteve uma vantagem notável, atingiu a meta com 58 segundos e 03, conquistando o título de campeã; Ng Un Ian terminou a prova com o tempo de 1:04:08, obtendo o segundo lugar e Cheng Wan U do Clube Desportivo Coterie chegou à meta 19 segundos mais tarde, ficando em terceiro lugar.

Os campeões das restantes categorias são respectivamente: júnior masculino: Lao Cheok Hei; júnior feminino: Eunice Cordeiro Hoi; 40-49 anos: Sérgio Real; maiores de 50 anos: Lou Chio Iong; Fun tri masculino: Leong Lok Io; Fun tri feminino: Wong Pui U.

First Round of Duathlon Held Wong Chin Wa and Hoi Long showed strengths comparable to Asian Games standards

The China Macao Triathlon General Association held the first duathlon event in 2022 on 13 March outside the Macau East Asian Games Dome, in Cotai, which has attracted about 60 athletes competing for the champions of different groups. Hoi Long and Wong Chin Wa, members of the Macao training team who are expected to play in the Hangzhou Asian Games, won the Men's and Women's Open champions respectively.

The total length of the duathlon (running and cycling) this year was 28km; led by a group of athletes from the local training team soon after the beginning of the match, Wong Chin Wa took the lead amongst all and was the first one to arrive at the transition section, in addition to a 33-second lead at the first 5 laps of the cycling race. After 10 laps of cycling, Chao Man Kit, Carreira Chiu, Rogerio Jose, Wong Chin Wa and Kuok Chi Wai from Men's Senior Category arrived at the transition section almost simultaneously. During the last two laps of running, Wong Chin Wa crossed the finish line with a record of 54.43 seconds, winning the champion for the Men's Open Category. Chao Man Kit finished the race 14 seconds later, followed by Carreira Chiu, Rogerio Jose with a record of 55.32 seconds in third place. Hoi Long had a notable advantage in the Women's Open Category and won the champion with a record of 58.03 seconds in the last two laps of running. Ng Un Ian won second place in 1 hour 4 minutes and 8 seconds, and Cheng Wan U of Coterie Sport Club won third place with a delay of 19 seconds.

The champions from other categories are as follows: Men's Youth Category Lao Cheok Hei, Women's Youth Category Eunice Cordeiro Hoi, AG 40-49 Sergio Real, AG ≥ 50 Lou Chio Iong, Men's Fun tri Leong Lok Io, and Women's Fun tri Wong Pui U.



三項鐵人總會舉辦2022年度首場雙項鐵人賽

澳門短池分齡游泳比賽圓滿落幕



全澳分齡短池賽 林思庄鄭穎芝刷新紀錄

中國澳門游泳總會於3月18、19及20日假奧林匹克體育中心游泳館舉辦“2022年澳門短池分齡游泳比賽”，有來自14個屬會的運動員參加，共產生超過二百枚金牌，三日賽事刷新兩項澳門短池紀錄；總結三場賽事成績，紅棉成為大贏家，共奪得52金，澳潛奪41金緊隨其後，綠波奪40金排第三。

3月18日共刷新兩項澳門短池紀錄，白鷺的林

思庄出戰男子200米個人混合泳18至24歲組，游出2分03秒89，較個人保持的澳門短池紀錄快1秒13。女子200米個人混合泳，15至17歲組松森的鄭穎芝造出2分22秒70，改寫由譚志欣保持的澳門短池紀錄，比舊紀錄快0.3秒。

3月19日進行6至14歲四個年齡組別共13項比拼，其中綠波隊陳珮琳在女子50米蛙泳13至14歲組，游出32秒51個人最佳時間奪冠。



陳珮琳奪得女子五十米蛙泳13至14歲組冠軍

3月20日進行27項比拼，青少年選手發揮出色，綠波的陳珮琳在女子13至14歲組女子50米蛙泳造出1分10秒13勇奪冠軍，與利安琪澳門短池紀錄相差0.03秒。澳潛的郭熙晴在女子15至17歲組100米自由泳，突破1分鐘大關，游出58秒46奪得冠軍。松森的周文顯在男子25至29歲組100米蛙泳以59秒25奪得冠軍，惜未能打破個人保持的澳門短池紀錄。



林思庄刷新男子二百米個人混合泳
18至24歲組澳門短池紀錄

New Records Made by Lin and Cheang in Short-Distance Swimming Contest in Different Age Groups

The 2022 Macao Short - Distance Swimming Contest by age groups was hosted by Swimming Association of Macao, China from 18 to 20 March at Olympic Sports Centre Aquatic Centre, attracting the participation of athletes from its 14 affiliated clubs and awarding over 200 gold medals. The three-day contest has made two new Macao records in short-distance swimming. By summarizing the results of the three contests, Kapok Swimming Association of Macao hit the jackpot by grabbing 52 gold medals, Macao Underwater club came second with 41 gold medals and Green-Wave Swimming Club ranked third with 40 gold medals.

The two new Macao short-distance swimming records were made on 18 March. Egret's Lin Sizhuang took part in the male's 200m-individual medley in the 18-24 age group, finishing it in 2:03:89 with 1.13 seconds quicker than his own Macao short-distance swimming record. In women's 200m-individual medley, Chong Sam's Cheang Weng Chi finished it in 2:22:70 in the 15 - 17 age group, breaking the record that was previously kept by Tan Chi Yan with a 3-second advantage.

The 13 events with participants ranging from 6 to 14 years old were held on 19 March. Among them, Green-Wave's Chan Poi Lam won her championship in women's 50m-breaststroke in the 13-14 age group with her personal best of 32.51 seconds.

Young athletes made stunning performances in 27 events held on 20 March. Green-Wave's Chan Poi Lam was crowned queen in women's 50m-breaststroke with the result of 1:10:13 in the 13- 14 age group, having a 3-second discrepancy compared with Lei On Kei's record. Macao Underwater's Kuok Hei Cheng was crowned queen in 100m-freestyle by finishing it in just 58.46 seconds in the 15-17 age group. Chong Sam's Chao Man Hou won his 100m-breaststroke championship in the 25-29 age group with a result of 59.25s, but regrettably that he could not break his Macao short-distance swimming record.



鄭穎芝打破女子二百米個人混合泳
15至17歲組澳門短池紀錄

Torneio de Natação de piscina de curta distância de Macau Lin Sizhuang e Cheang Weng Chi estabelecem um novo recorde

A Associação Geral de Natação de Macau, China realizou o "Torneio de Natação de piscina de curta distância por escalão etário de Macau 2022" na piscina do Centro Desportivo Olímpico, nos dias 18, 19 e 20 de Março. O evento contou com a participação de atletas de 14 federações filiadas e foi responsável pela atribuição de mais de 200 medalhas de ouro. Durante os três dias do evento, foram quebrados dois recordes de curta distância em Macau. Atendendo ao total dos resultados da competição, a grande vencedora foi a Associação Kapok de Natação de Macau, que conquistou um total de 52 medalhas de ouro, seguida pelo Clube Subaquático de Macau com 41 e, pelo Clube de Natação Lok Pó em terceiro lugar com 40.

No dia 18 de Março bateu dois recordes de curta distância em Macau: Lin Sizhuang, do Clube de Natação Egret, competiu nos 200 metros estilos masculinos do grupo etário de 18 a 24 anos. Terminou a prova com um tempo de 2:03:89, 1,13 segundos mais rápido do que o recorde pessoal anterior. Nos 200 metros estilos femininos do grupo etário de 15 a 17 anos, Cheang Weng Chi, do Clube Desportivo Chông Sam de Macau, estabeleceu um novo recorde de 2:22:70, reescrevendo o melhor tempo de curta distância de Tan Chi Yan em menos 0,3 segundos.

No dia 19 de Março, teve lugar um total de 13 provas de quatro faixas etárias dos 6 aos 14 anos. Entre estas, Chan Poi Lam, do Clube de Natação Lok Pó, venceu a prova dos 50m braços femininos da faixa etária de 13 a 14 anos, conseguindo um recorde pessoal de 32,51 segundos.

A 20 de Março, foram realizadas 27 provas nas quais se destacaram os atletas mais jovens. Chan Poi Lam, do Lok Pó, venceu os 50m de braços femininos da faixa etária de 13 a 14 anos com 1:10,13, vencendo o campeonato no grupo feminino desta faixa etária mas ficando 0,03 segundos atrás do recorde estabelecido por Lei On Kei. Kuok Hei Cheng, do Clube Subaquático de Macau, ultrapassou a marca de 1 minuto nos 100m livres femininos da faixa etária de 15 a 17 anos, vencendo o campeonato com 58,46 segundos. Chao Man Hou, em representação do Clube Desportivo Chông Sam de Macau, venceu a categoria dos 100m braços masculinos da faixa etária de 25 a 29 anos com um tempo de 59,25 segundos, mas, infelizmente, sem conseguir quebrar o seu recorde de curta distância de Macau.

甲足女足 雙雙開鑼

2022年度澳門甲組足球聯賽及女子八人足球聯賽開鑼，澳科鄒北記以衛冕冠軍為目標，3月底踢畢六輪暫以全勝排榜首；女足聯賽迎來更強競爭局面，去年首奪冠軍的鴻豐續以年輕力量上陣，加上士砵亭首度加入，將由七支球隊角逐殊榮。

甲組足球聯賽由澳科鄒北記、蒙地卡羅、賓菲加、青鋒、聯樂、加義、士砵亭、本菲卡足球會及葡人之家九支隊伍以雙循環賽制決勝，警察足

球隊因疫情關係退出聯賽。上個球季勇奪聯賽及足總盃雙料冠軍的澳科鄒北記在保留大部分主力下三線再有增強，在前六輪賽事中，澳科鄒北記先後擊敗了去屆亞軍賓菲加及季軍加義，並以3比2險勝實力大幅增強的蒙地卡羅，目前六戰全勝居首，繼續以爭取衛冕為目標。

女足聯賽有鴻豐、炮兵、體校聯、晴宇、華青、澳沙加以及新參戰的士砵亭共七支隊伍角逐，在本地女足逐步發展下，賽事競爭力逐步提高，去屆冠軍鴻豐繼續以青訓隊為骨幹，挑戰炮兵、體校聯等傳統勁旅，為聯賽增添活力，攻足球的風格，為聯賽增添活力，經歷六周賽事，目前由炮兵、鴻豐、體校聯、士砵亭分別排前四位。

澳科鄒北記(黑衫)擊敗蒙地卡羅保住全勝戰績



士砵亭(間綠衣)新參戰女足聯賽



力爭重奪冠軍的炮兵(紫衫)暫排榜首



Commencements of First Division Men's and Women's Football Matches

The Macao First Division Football League 2022 and Women's 8-player Football League have officially commenced. MUST C.P.K., the defending champion, has vowed to keep its title and it's on the first position on the League's standings after finishing six-round matches at the end of March with unbeatable records. The competition in the League has become more intense than ever. After winning its first-ever championship last year, Hong Fong has continued its tactic of having its line-up with young players. With the debut of Sporting, the honor will be a scramble between the seven teams.

As Police has pulled out from the League due to the pandemic, there will only be nine teams, namely MUST C.P.K., Monte Carlo, Benfica, Ching Fung, Lun Lok, Ka I, Sporting, C.F.B. Macau and Casa de Portugal, to compete for the throne of the First Division Football League in a round-robin tournament. MUST C.P.K., the champions of the League and MFA Cup, has recruited more talents while keeping most of the original main players. Over the past six rounds, MUST C.P.K. has successively defeated first runner-up Benfica and second runner-up Ka I of last year. Moreover, it has beaten the reinforced Monte Carlo with a win-a-nose score of 3:2. Defending the championship is the target of MUST C.P.K. after getting first place on the League's standings with all six wins.

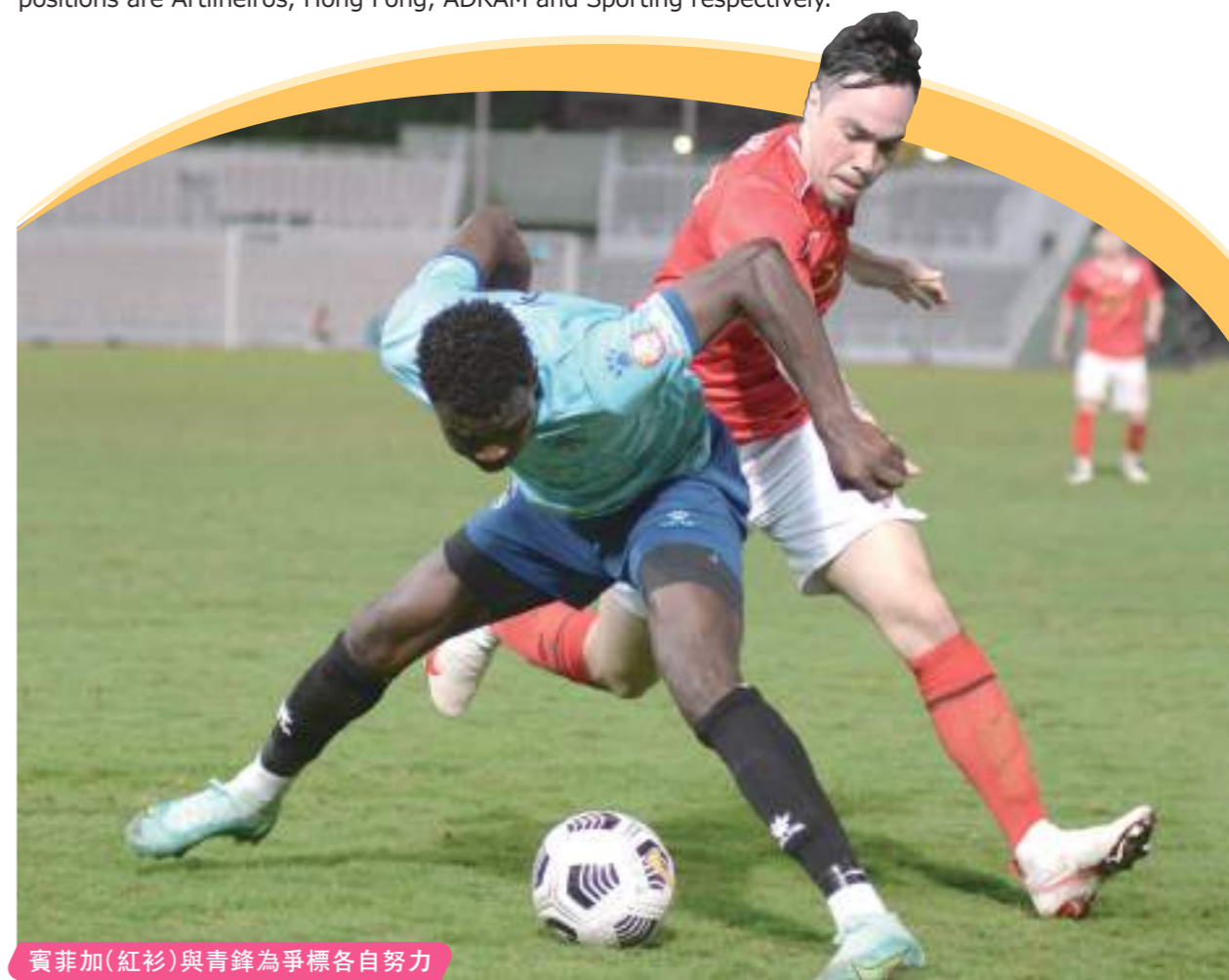
There are seven teams, namely Hong Fong, Artilheiros, ADRAM, Cheng U, Wa Cheng, OSAKA and the newly joined Sporting, to compete for the honor in the Women's Football League. At the backdrop of gradual development of local women's football, the competitiveness of the game is on a steady rise. The defending champion Hong Fong keeps using its youth team as the backbone to take on the teams with long reputations such as Artilheiros and ADRAM, etc. Sporting has showcased the style of aggressive football and added much more vibrancy to the League. After undergoing six-week matches, the first four positions are Artilheiros, Hong Fong, ADRAM and Sporting respectively.

Arranque da Liga de Elite e do Campeonato de Futebol Feminino

A Liga de Elite e o Campeonato de Futebol Feminino de 8 de 2022 já tiveram início. A MUST C.P.K. tem o objectivo de defender o seu título de campeão, em finais de Março, após a sua 6ª ronda de jogos, está em primeiro lugar, sem derrotas. Já as equipas do Campeonato de Futebol Feminino deparam-se com um cenário muito competitivo, Hong Fong, que venceu o Campeonato pela primeira vez no ano passado, conta com uma equipa jovem e o Sporting participa pela primeira vez no Campeonato. São no total 7 equipas que irão tentar arrecadar o título.

A Liga de Elite será disputada num sistema round robin em dois turnos, entre nove equipas, a saber: MUST C.P.K., Monte Carlo, Benfica, Ching Fung, Lun Lok, Ka I, Sporting, C.F.B. Macau e Casa de Portugal. A PSP desistiu da Liga devido à epidemia. Campeão da Liga de Elite e da Taça de Macau na última temporada, a MUST C.P.K. mantém a maior parte dos seus principais jogadores e vê as suas três linhas reforçadas. Nos primeiros seis jogos, a MUST C.P.K. venceu o Benfica e o Ka I, que ficaram respectivamente em segundo e em terceiro lugares na temporada anterior. A MUST C.P.K. ainda conseguiu ganhar por 3:2 o Monte Carlo, equipa que aumentou notavelmente forças. Neste momento, conta com seis vitórias em seis jogos, e continuará a lutar por defender o seu título.

O Campeonato de Futebol Feminino conta com sete equipas: Hong Fong, Futebol Clube os Artilheiros, ADRAM, Cheng U, Wa Cheng, OSAKA e Sporting, que participa pela primeira vez no campeonato. Com o desenvolvimento contínuo do futebol feminino de Macau, verifica-se um aumento da competitividade do campeonato. A campeã da última temporada, Hong Fong, continua a liderar a equipa de juniores, desafiando as fortes equipas tradicionais, como o Clube os Artilheiros e o ADRAM. O Sporting, por sua vez, revela um estilo mais ao ataque, introduzindo novas energias ao Campeonato. Após seis semanas de jogos, neste momento o Futebol Clube os Artilheiros, Hong Fong, ADRAM e Sporting ocupam respectivamente os primeiros quatro lugares.



賓菲加(紅衫)與青鋒為爭標各自努力

澳門隊與廣東隊賽前合影



粵澳盃籃球賽 澳隊力戰負廣東

第六屆粵澳盃籃球賽於3月10日及12日上演了兩回合賽事，結果澳門隊主客兩回合比賽分別以83比88以及77比89惜敗於廣東隊，再次失落冠軍。

粵澳盃首回合10日晚於塔石體育館舉行，主場出擊的澳門隊鬥志高昂，第一節互有領先下僅落後13比15；第二節澳門隊採取主動，打出今仗最激烈一節，結果半場追至40比40平手。第三節，廣東隊反客為主，連番得分下取得66比52

領先，進入第四節，澳門隊積極反撲，完場前一分鐘追至75比81僅六分差距，惜最終澳門在粵澳盃第一回合仍以83比88不敵廣東。

第二回合賽事12日晚於廣東恩平上演，轉戰主場的廣東隊戰意更盛，從第一節開始即全場開火，並以21比14領先；半場廣東領先43比34。第三節，廣東發揮外線火力，取得72比54的領先。第四節，澳門隊放手一搏，一度追至十二分差距，但廣東最終仍以89比77拿下第二回合賽事，今屆主客兩戰全勝，連續第六屆奪得粵澳盃冠軍。

廣東隊(藍衫)力守澳門隊攻勢

羅協銘(右)在首回合攻入全場最高22分



Macao's Team loses against Guangdong at the "Guangdong-Macao Cup" Basketball Competition

The 6th edition of the "Guangdong-Macao Cup" Basketball Competition was held in two rounds on 10 and 12 March. The result was a loss for the Macao Team again, who lost the tournament while facing Guangdong, 83-88 and 77-89 at home and away, respectively.

The first round of the "Guangdong-Macao Cup" Basketball Competition was held at the Tap Seac Multisports Pavilion in the evening of the 10 March. The Macao team demonstrated a strong fighting spirit while playing at home. During the first quarter of the match, both teams were fighting for the leadership, ending with a disadvantage for the home team, 13-15. The Macao team made the second quarter of the match the most intense, resulting in a 40-40 tie at halftime. In the third quarter of the match, the Guangdong team dominated the counterattack, resulting in a 66-52 score. As they entered the last quarter of the match, the Macao team countered actively, a minute before the end of the match they managed to get a six-point advantage to 75-81. Unfortunately, in the end, Macao lost 83-88 against Guangdong in the first round of the "Guangdong-Macao Cup" Basketball Competition.

The second round was disputed at Enping, Guangdong, in the evening of the 12 March. The Guangdong team, this time playing at home, was more motivated to fight. From the first quarter of the match, it got the upper hand by 21-14; Guangdong was leading for 43-34 by halftime. In the third quarter, Guangdong kept the leadership by 72-54. In the last quarter of the match, the Macao team tried to reduce the difference, reaching a gap of 12 points for a while. However, Guangdong took the win by 89-77, and with victories both at home and away, the team won both matches, achieving the title for the sixth consecutive time.



賽事吸引不少球迷進場

Equipa de Basquetebol de Macau perdeu contra a equipa de Guangdong na Taça de Guangdong e Macau

A 6ª edição do Torneio de Basquetebol de "Taça de Guangdong e Macau" decorreu em duas rondas, a 10 e 12 de Março. O resultado foi a derrota da equipa de Macau contra Guangdong por 83-88 e 77-89 em casa e fora, respectivamente, perdendo novamente o torneio.

A primeira ronda do Torneio de Basquetebol de "Taça de Guangdong e Macau" foi realizada no Pavilhão Polidesportivo Tap Seac, no dia 10 à noite. A equipa de Macau, a jogar em casa, demonstrou sempre um espírito lutador. No primeiro quarto do jogo, ambas as equipas estiveram na disputa da liderança, acabando com a desvantagem da equipa da casa por 13-15. No segundo quarto, a equipa de Macau criou o quarto mais intenso do encontro, resultando num empate a 40-40 ao intervalo. No terceiro quarto do encontro, a equipa de Guangdong dominou ao contra-ataque, resultando em 66-52. À entrada do último quarto do jogo, a equipa de Macau contra-atacou activamente, mas um minuto antes do final do encontro a equipa de Guangdong conseguiu uma diferença de apenas seis pontos, 75-81. Infelizmente, no fim, Macau acabou por perder 83-88 contra Guangdong na primeira ronda do Torneio de Basquetebol de Guangdong e Macau.

A segunda ronda foi disputada em Enping, Guangdong, no dia 12 à noite. A equipa de Guangdong, que desta vez estava a jogar em casa, demonstrou maior vigor. Desde o primeiro quarto do encontro, abriram as hostilidades com uma vantagem de 21-14; Guangdong estava na liderança por 43-34 ao intervalo. No terceiro quarto, Guangdong manteve a liderança por 72-54. No último quarto do jogo, a equipa de Macau tentou diminuir a diferença, conseguindo reduzir a desigualdade para 12 pontos por algum tempo, no entanto Guangdong ganhou por 89-77. Com a vitória tanto fora como em casa, a equipa de Guangdong ganhou ambos os encontros, arrecadando o título pela sexta vez consecutiva.

勇往直前——蘇芷瑤

十九歲的澳門空手道運動員蘇芷瑤，加入澳門集訓隊已經8年，期間曾代表澳門出戰多次亞洲空手道錦標賽、世界空手道錦標賽等賽事。

蘇芷瑤是在朋友的介紹下開始了空手道的學習之路，至今已經有13年時間。剛開始的時候，蘇芷瑤專注於空手道的“型”項目，而且當時參加本地比賽基本都能獲獎，這對蘇芷瑤的鼓勵非常大，希望爭取更好成績。在小學六年級的時候，蘇芷瑤被邀請加入澳門空手道集訓隊，之後在教練的提議下轉練“組手”項目，因為蘇芷瑤的身形條件在“組手”更占優勢。

轉項之後，蘇芷瑤在教練以及隊內師兄師姐的教導下不斷進步，加入集訓隊第二年首次代表澳門參加馬來西亞2015檳城空手道公開賽，取得第二名

的成績。之後多次代表澳門出戰亞洲空手道錦標賽、世界空手道錦標賽等賽事。

第八屆東亞空手道錦標賽是蘇芷瑤印象最深刻的一次賽事，因為此前的幾次比賽都沒有發揮到最好的狀態，所以很想為這些年的努力爭取一個證明。當時正就讀中四的蘇芷瑤，在兼顧學業和其他課外活動的情況下，雖然很盡力練習空手道，但曾經也陷入迷惘，感覺很累，雖然每天休息的時間都非常不足，還是很用心的去參加每一次練習，最後在那次比賽中獲得第二名，總算給自己一個交代，也給了蘇芷瑤很大的鼓勵去準備之後的比賽。

目前在倫敦求學的蘇芷瑤希望畢業後可以回到澳門繼續代表澳門出戰各項賽事，為澳爭光。



蘇芷瑤代表澳門出戰過多項國際賽事



賽事成績是對蘇芷瑤一直努力的肯定



蘇芷瑤希望可以繼續為澳爭光

Em frente com bravura - De Jesus Marta do Carmo

A atleta de karate-do de 19 anos, De Jesus Marta do Carmo, ingressou na selecção de Macau há 8 anos. Durante este tempo, tem representado Macau por várias vezes nos Campeonatos Asiáticos de Karate-do, Campeonatos Mundiais de Karate-do, entre outras competições.

De Jesus Marta do Carmo começou os seus treinos de karate-do graças a uma amizade que a apresentou ao desporto, já lá vão 13 anos. No princípio, De Jesus Marta do Carmo focava-se no estilo Kata do karate-do, e nessa altura conseguiu ganhar alguns prémios a nível local. Esse foi um grande encorajamento para De Jesus Marta do Carmo, que começou a sonhar com melhores resultados. No sexto ano, De Jesus Marta do Carmo foi convidada a juntar-se à equipa de treinos da selecção de Macau, e sob a orientação do seu treinador mudou-se para o estilo Kumite, ao qual a sua condição física melhor se adequava.

Após a alteração, De Jesus Marta do Carmo continuou a melhorar sob a orientação do seu treinador e dos companheiros da equipa mais velhos. No segundo ano após se juntar à equipa, representou Macau pela primeira vez no Torneio Aberto de Karate-do de Penang Malásia de 2015, onde conquistou o segundo lugar. Depois disso, representou Macau por várias vezes nos Campeonatos Asiáticos de Karate-do, Campeonatos Mundiais de Karate-do, entre outras competições.

O 8.º Campeonato da Ásia Oriental de Karate-do foi o evento mais marcante para De Jesus Marta do Carmo, uma vez que não tinha estado na sua melhor forma nas competições anteriores, ela queria realmente dar provas dos anos de trabalho árduo. De Jesus Marta do Carmo, que se encontrava no seu quarto ano do ensino secundário nessa altura, tentou o seu melhor para conciliar a prática do karate-do com os seus estudos e restantes actividades extra-curriculares. Ainda assim, houve uma altura em que se sentia confusa e muito cansada. Apesar de não ter tempo suficiente para descansar, não falhava um único treino, e era minuciosa nos seus esforços, o que levou a que conquistasse esse segundo lugar. Para ela, isso serviu como justificação e motivação para se preparar para as competições seguintes.

Actualmente a estudar em Londres, De Jesus Marta do Carmo espera regressar após terminar os seus estudos para continuar a representar Macau em várias competições e trazer glória para casa.

Onwards with bravery - De Jesus Marta do Carmo

The 19-year-old karate-do athlete, De Jesus Marta do Carmo, joined the Macao team 8 years ago. During this period, she has represented Macao in several Asian Karate-do Championships, World Karate-do Championships and other competitions.

De Jesus Marta do Carmo began to learn karate-do under the introduction of a friend 13 years ago. At first, De Jesus Marta do Carmo focused on the karate-do Kata, and at that time she managed to win prizes in local competitions. That was a big encouragement for her, and she started to aim for better results. When she was in her sixth grade, De Jesus Marta do Carmo was invited to the Macao training team, and under the guidance of her coach she switched to the Kumite due to the advantage of her physical condition.

After this change, De Jesus Marta do Carmo continued improving under the guidance of her coach and her senior teammates. The second year after joining the team, she represented Macao for the first time in the 2015 Penang Malaysia Karate-do Open Championship, where she won second place. After that, she represented Macao in several Asian Karate-do Championships, World Karate-do Championships and other competitions.

The 8th East Asian Karate-do Championship was the one that had the biggest impact on De Jesus Marta do Carmo, because she had not been at her best in the previous competitions, she really wanted to strive for a proof for these years of hard work. De Jesus Marta do Carmo, who was at her fourth year of high school, tried her best to keep practicing while focusing on her studies and remaining extracurricular activities. Still, there was a time when she was confused and exhausted. Although she did not have enough rest, she was still diligent for every practice and did her best, which led her to win second place in that competition. For her, this was encouragement and motivation for the coming competitions.

Currently studying in London, De Jesus Marta do Carmo hopes to return to Macao after graduation, to continue representing Macao and win glory for Macao in all competitions.

籃球的激情——楊軒

廿一歲的楊軒是一名籃球運動員，近年一直活躍於澳門籃壇，2019年加入澳門籃球青年隊，曾代表澳門出戰粵澳盃、亞拉夫樂運動會等多項賽事。

楊軒自小喜愛籃球，初三曾在珠海青年隊參加訓練，高中來到澳門後加入校隊並進入澳門籃球青年隊以及高級組本地籃球聯賽。楊軒真正愛上籃球是因為NBA，被比賽中的熱血場面感染。楊軒表示，籃球在自己的人生中佔據非常重要的地位，是非常濃墨重彩的一筆，因為籃球讓他交到了很多朋友，學會了不放棄、堅持鍛煉，培養了自己的堅強意志力以及良好的團隊精神。

年紀輕輕的楊軒有豐富的比賽經驗，除一直在本地籃球聯賽作賽外，還參加過各種交流賽、粵澳盃、港澳埠際賽、

亞拉夫樂運動會、中國大學生籃球聯賽等等。參加中國大學生籃球聯賽的經歷讓楊軒最為難忘，意識到自己應該站出來，成為球隊的領袖。比賽中經歷過失落和興奮，關鍵時刻罰球不中導致輸掉比賽，亦試過關鍵時刻絕殺對手贏得比賽，所以讓楊軒印象深刻，受益匪淺。

擔任中鋒或者四號位的楊軒表示，自身仍然需要加強身體素質以及控球技術等，現在基本保持一周七練的訓練強度，而且每日早上會練習射球以及健身，雖然高強度的訓練優勢也會讓楊軒覺得疲憊，但都會作出自我調整，令自己保持亢奮與對籃球激情。楊軒希望之後可以在澳門代表隊佔有一席之地，更祈望澳門隊實力在群策群力之下更上一層樓。



楊軒表示CUBA的經歷讓自己提升很大



籃球在楊軒的人生中佔據重要位置



楊軒時刻讓自己保持對籃球的激情

Paixão pelo Basquetebol - Yang Xuan

O atleta de basquetebol de 21 anos, Yang Xuan, tem sido nos últimos anos uma presença activa no mundo do basquetebol de Macau. Em 2019 integrou a selecção juvenil de basquetebol de Macau e representou a região em muitos eventos, tais como a Taça de Guangdong e Macau e os Jogos de Arafura.

Yang Xuan é apaixonado pelo basquetebol desde que era criança. Participou nos treinos da equipa juvenil de Zhuhai quando estava no terceiro ano do ensino básico, e depois de entrar no ensino secundário em Macau juntou-se à selecção juvenil e à categoria sénior do campeonato de basquetebol de Macau. Yang Xuan sentiu-se atraído pelo basquetebol devido à NBA e às cenas intensas durante os encontros dessa competição. Afirma que o basquetebol ocupa uma posição muito importante na sua vida, e que graças a este desporto fez muitas amizades, aprendeu a nunca desistir, persistir nos exercícios e a cultivar uma intensa força de vontade e espírito de equipa.

O jovem Yang Xuan tem já uma rica experiência em competições. Além de jogar nos campeonatos locais de basquetebol, também participou em várias competições de intercâmbio, tais como a Taça de Guangdong e Macau, o Interport de Basquetebol de Hong Kong e Macau, os Jogos de Arafura e o Campeonato Nacional Universitário de Basquetebol, entre outras. A experiência mais memorável para Yang Xuan nestas competições foi o Campeonato Nacional Universitário de Basquetebol, onde percebeu que deveria dar um passo em frente e assumir a liderança da equipa. Durante os jogos, sentiu frustrações e entusiasmo. Falhou um lançamento livre num momento crítico que levou à derrota, mas também bloqueou um adversário num momento chave que levou à vitória. Estes momentos exerceram nele um profundo impacto e também beneficiou muito com os mesmos.

O agora central ou posição nº. 4, Yang Xuan, afirmou ainda necessitar de reforçar o seu condicionamento físico e a capacidade de controlo de bola. Mantém actualmente um treino intensivo sete vezes por semana, e pratica lançamentos e condicionamento físico todas as manhãs. Apesar da vantagem dos treinos intensivos, também deixa Yang Xuan muito exausto, mas é nesses momentos que ele introduz auto-ajustes para se manter entusiasmado e apaixonado pelo basquetebol. Yang Xuan espera poder integrar a selecção de Macau no futuro, e ambiciona aumentar a força da equipa com esforços de todos.

Passion for Basketball - Yang Xuan

The 21 year old basketball athlete Yang Xuan has been an active presence in Macao's basketball world these last few years. In 2019, he joined the Macao Youth Basketball Team, representing the region in many events, such as the Guangdong Macao Cup and the Arafura Games.

Yang Xuan has been in love with basketball since he was a kid. He joined the Zhuhai Youth Team when he was in his third year of junior high school. After he enrolled for senior high school in Macao, he joined the school team, the Macao Basketball Youth Team and the senior division of the Macao Basketball League. Yang Xuan felt the pull towards basketball due to the intense matches he witnessed on NBA. He stated that basketball occupies a very important position in his life, and thanks to it he has made lots of friends, learned never to give up, to persist when exercising, and to develop an intense willpower and team spirit.

The young Yang Xuan has rich experiences in competitions. Besides the local basketball cups, he also took part in several exchange competitions, such as the Guangdong Macao Cup, the Interport Basketball Tournament, the Arafura Games and the Chinese University Basketball Association Championship, among others. His most memorable experience in these competitions was the Chinese University Basketball Association Championship, when he realized he should step up to lead the team. During the matches, he experienced frustration and excitement. He missed a free throw at a critical moment that led to a defeat, but he also blocked an opponent at a key moment leading to a victory. These moments had a deep impact on him, and he was benefited a lot from them.

The centre or position n.4 Yang Xuan also stated he needs to strengthen his physical fitness and ball control skills. He currently maintains a strict intensive training seven times per week, and practices shooting and fitness every morning. Even though this intense training schedule has its advantages, it makes Yang Xuan exhausted, yet he adjusts himself to keep up his excitement and passion for basketball. Yang Xuan hopes to integrate the Macao team in the future, and to fortify the team's strength with the effort of all members.

迎冬奧賀歲活動 氣氛佳

體育局與多個團體舉辦的“迎冬奧 賀歲康體活動”，包括“迎冬奧 新春單車行大運”與“迎冬奧 新春康體嘉年華”已於2月3日圓滿舉行，兩場活動吸引不少市民參與。

“迎冬奧 新春單車行大運”由體育局與中國澳門單車總會共同主辦，活動吸引約250名市民參與。參加者穿著整齊劃一的冬季奧運會紀念T恤，於奧林匹克體育中心三人籃球場側空地出發，車隊途經氹仔區和路環一帶，最後於終點站氹仔海濱休憩區結束全程約18公里的旅程。

在祐漢街市公園廣場舉行的“迎冬奧 新春康體嘉年華”由體育局與澳門工會聯合總會、澳門特殊奧運會、中國澳門殘疾人奧委會暨傷殘人士文娛暨體育總會及澳門聾人體育會共同舉辦。現場除了特色攤位遊戲，更有龍獅獻瑞表演、傳統武術表演、殘疾人士體育表演等，為市民送上新春祝福，增添節日氣氛。



嘉年華活動注入冬奧元素

Ambiente animado nas Actividades de Celebração dos Jogos Olímpicos de Inverno e do Ano Novo Chinês

O Instituto do Desporto e várias outras organizações realizaram, com sucesso, no dia 3 de Fevereiro, as Festividades do Ano Novo Lunar - Macau apoia os Jogos Olímpicos de Inverno, nomeadamente Cicloturismo - Macau apoia os Jogos Olímpicos de Inverno e Festival do Desporto do Ano Novo Lunar - Macau apoia os Jogos Olímpicos de Inverno. As duas actividades atraíram a participação de muitos residentes.

O Cicloturismo - Macau apoia os Jogos Olímpicos de Inverno, organizado conjuntamente pelo Instituto do Desporto e pela Associação Geral de Ciclismo de Macau, China contou com a participação de cerca de 250 residentes. Os participantes, todos vestidos de camisola de lembrança dos Jogos Olímpicos de Inverno, iniciaram a actividade no espaço aberto junto do Campo de Basquetebol de Três do Centro Desportivo Olímpico, passaram por diferentes zonas da Taipa e de Coloane e terminaram o percurso na Praça da Zona de Lazer da Marginal da Taipa, sendo o percurso total de cerca de 18km.

O Festival do Desporto do Ano Novo Lunar - Macau apoia os Jogos Olímpicos de Inverno teve na Praça do Jardim do Mercado do Iao Hon e foi organizado conjuntamente pelo Instituto do Desporto, Federação das Associações dos Operários de Macau, Macau Special Olympics, Comité Paralímpico de Macau-China — Associação Recreativa e Desportiva dos Deficientes de Macau — China e Associação de Desporto de Surdos de Macau. No local, para além das tendas de jogos, contou ainda com a apresentação de diferentes actividades, nomeadamente, danças de dragões e leões, wushu tradicional e demonstração desportiva de pessoas portadoras de deficiência, proporcionando aos residentes votos de felicidades no âmbito do Ano Novo Lunar e uma atmosfera festiva.



參與者穿上冬奧紀念T恤騎單車行大運



“迎冬奧 新春康體嘉年華” 氣氛熱鬧

Further Good Vibes Brought to the Winter Olympics and the Chinese New Year Activities

A number of recreations and sports activities for celebrating Winter Olympics and Chinese New Year, including a cycling tour and sports carnival for celebrating the Winter Olympics and Chinese New Year, organized by the Sports Bureau and a number of organizations were successfully held on 3 February, attracting many residents to participate.

The above-mentioned cycling tour was co-organized by the Sports Bureau and the Cycling General Association of Macau, China. The event attracted about 250 residents, who wore unified Winter Olympics commemorative T-shirts, setting off from the open space next to the 3X3 basketball court at the Olympic Sports Centre. The participants passed through Taipa and Coloane areas, and finally ended the journey of about 18 kilometers at the Cycle Track of the Leisure Area on Taipa Waterfront.

The sports carnival, organized by the Sports Bureau, Macao Federation of Trade Unions, Macau Special Olympics, Macau-China Paralympic Committee & Macau — China Recreation and Sports Association for the Disabled and Macau Deaf Association, was held at the plaza in Iao Hon Market Park. In addition to the thematic booth games, there were also dragon and lion dance performances, traditional martial arts performances, sports performances for the disabled, etc., to send New Year blessings and add festive atmospheres to the residents.



“迎冬奧 新春單車行大運” 吸引約250人參加

中國女足奪冠 提升女足熱度

“澳門女子足球日2022”吸引約一百名女生參加



為慶祝一年一度亞洲足協女子足球日，澳門足球總會於3月13日下午假鮑思高足球場舉行“澳門女子足球日2022”，活動錄得約一百名女生報名參加，參與人數為歷屆之冠。有參與的女生表示，看到中國女足在今年初奪得亞洲盃冠軍後對足球產生興趣，對此，家長亦鼓勵並支持女兒參與足球運動。

本年度澳門女子足球日吸引約一百名女生報名參加，年齡由四至十八歲不等，足總安排十八名剛完成D級教練課程的教練員為活動安排不同類型的足球遊戲及練習。活動以足球小遊戲、小型練習及比賽為主，目的是提升她們的興趣。足總透露，將舉辦更多女子足球興趣班及訓練班，藉此培育更多女足苗子，進一步推廣及發展女子足球。



澳門女足逐步發展



吸引不同年齡層參與

進行簡單足球練習



Futebol feminino ganha popularidade com a selecção feminina da China a sagrar-se campeã

No âmbito das comemorações do Dia do Futebol Feminino da Confederação Asiática de Futebol, a Associação de Futebol de Macau organizou, em 13 de Março à tarde, o “Dia do Futebol Feminino de Macau 2022”. O evento teve lugar no campo de futebol do Colégio D. Bosco e contou com a participação de cerca de 100 jovens raparigas, o que representa um novo recorde de número de participantes. Uma participante confessou que desenvolveu interesse pelo futebol depois de ver a selecção de futebol feminino conquistar a Taça da Ásia no início deste ano, recebendo encorajamento e apoio dos seus pais para jogar futebol.

O Dia do Futebol Feminino de Macau deste ano atraiu a participação de aproximadamente 100 jovens, com idades compreendidas entre os 4 e os 18 anos. A Associação de Futebol disponibilizou 18 treinadores que acabaram o Curso de Treinador de Futebol da Categoria D, para organizar diferentes jogos e actividades de treino para este evento, nomeadamente pequenos jogos de futebol, actividades de treino de pequena escala e competição, tendo como objectivo despertar o interesse pelo futebol. A Associação de Futebol revelou que irá organizar mais actividades extra-curriculares e treinos na área de futebol feminino, para que possam formar mais jovens com potência e dar um passo em frente no desenvolvimento do futebol feminino.

Higher Fervor in Women's Football with the Championship of the Chinese Women's Football Team

The “Macao Women's Football Day 2022”, hosted by the Macau Football Association in the afternoon on 13 March at D. Bosco College Sports Centre to celebrate the annual Asian Football Confederation's Women's Football Day, attracting a record high of approximately 100 female participants. A female participant expressed that she became interested in football after noticing that the Chinese Women's Football Team had won the Asian Football Cup championship this year. She also gained encouragement and support from her parents in her involvement in football.

This year the Macao Women's Football Day attracted approximately 100 female participants aged 4 to 18. Eighteen trainers, who have just finished the Football Trainer Course - Category D, were assigned by the Macau Football Association to organize different football games and practices. The activities were mainly small games, mini practices and matches, aiming to raise the participants' interests in football. The Macau Football Association expressed that more female football leisure classes and training would be held to nurture more talents so that women's football could be further promoted and developed.

2018年由國際奧林匹克委員會 (International Olympic Committee) 在瑞士洛桑召開的全體會議中啟動了有關發表運動員心理健康問題共識聲明項目



運動員的心理健康不容忽視

隨著競技運動的發展和進步，運動員在賽場上的表現越來越受到大眾的關注。近年不少具影響力的運動員以過來人的身份，剖白比賽期間和比賽後的高壓心理狀況，紛紛向大眾作出應更關注運動員心理健康的呼籲，令運動心理健康這個議題開始進入大眾的視野。同時，國際組織正積極拓展對運動員心理健康相關研究，致力完善診斷和干預工具，打造更利於運動員心理健康發展的環境。

運動員有著積極正面、堅忍耐勞的形象，這些美好的品德同時能成就運動員獲得更大的成功。但是，在競技環境中追求突破，需要具有極大的應對壓力與控制焦慮的能力。而很多時候，在積極正面的光環之下，很少人會發現，運動員對心理健康照護的需要，可能比我們想像中更多。

國際奧林匹克委員會自2017年6月開始，展開對精英運動員心理健康問題的籌劃，有關的工作團隊對當下的科學研究狀況進行了嚴謹的評估並提出建議。於2018年11月12至14日，國際奧林匹克委員會在瑞士洛桑總部召開了共識會議，報告所得的系統綜述研究並展開討論，會後的共識報告於2019年發表於英國運動醫學雜誌(British Journal of Sports Medicine)。¹此報告為運動訓練和運動醫學從業員提供了建議和指導。隨後，國際間對運動心理健康的支持度及推動力持續加大。

不少心理健康症狀是非常常見的、短暫性的且非不可逆轉。國際奧林匹克委員會健康工作組開發了一款心理健康識別工具(The International Olympic

Committee Sport Mental Health Recognition Tool 1 [SMHRT-1]) 供運動員、教練、隊友、家庭成員或相關協助人員使用。SMHRT-1列出精英運動員因心理健康問題而可能會出現的想法、感受、行為及身體變化。如這些問題持續一段時間或有顯著情況出現(有傷害自己或他人的言行、感到絕望或不知所措致無法正常生活、體重急變或有其他高度反常的行為、情緒或外表等)，建議盡快尋求醫生或心理範疇等專業人員的協助。²

運動員自身可以做的是關注自己的感受，與信任的人傾訴、並尋求專業人士的協助，要相信勇敢求助不是弱者。教練、隊友、家人或朋友可作為一個傾聽者的角色，不帶批判態度地作出正面而中立的回應，鼓勵並支持他們。大眾對運動員的支持，能為競技運動帶來正面影響，願大家為營造更好的運動心理健康環境和氣氛共同努力。

參考資料

1. Reardon CL, Hainline B, Aron CM, et al. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). Br J Sports Med. 2019;53(11):667-699. doi:10.1136/bjsports-2019-100715
2. Gouttebargue V, Bindra A, Blauwet C, et al. International Olympic Committee (IOC) Sport Mental Health Assessment Tool 1 (SMHAT-1) and Sport Mental Health Recognition Tool 1 (SMHRT-1): towards better support of athletes' mental health. Br J Sports Med. 2021;55(1):30-37. doi:10.1136/bjsports-2020-102411

Dar a devida importância à saúde mental dos atletas

Com o desenvolvimento e o progresso dos desportos de competição, o desempenho dos atletas em campo tem atraído cada vez mais a atenção do público. Em anos recentes, muitos atletas influentes, enquanto pessoas experientes no assunto, têm partilhado o estado de alta pressão psicológica pelo qual passam durante e depois das competições. Graças aos seus apelos ao público para que se dê mais atenção à questão da saúde mental dos atletas, este tópico tem começado a entrar na esfera de sensibilização das pessoas. Ao mesmo tempo, as organizações internacionais têm vindo a expandir as suas investigações relativas à saúde mental dos atletas, e estão investidas no aperfeiçoamento das ferramentas de diagnóstico e intervenção, de forma a criar um ambiente mais favorável à saúde mental dos atletas.

Os atletas têm normalmente uma postura positiva e activa, transmitindo perseverança e resistência, e essas qualidades também contribuem para o sucesso dos mesmos. No entanto, para atingir novos patamares num ambiente de competição é necessária uma habilidade extraordinária para lidar com a pressão e controlar a ansiedade. Muitas vezes passa despercebido o facto de que, sob esta aura positiva, os atletas estão mais vulneráveis a questões de saúde mental.

Desde Junho de 2017, o Comité Olímpico Internacional implementou um plano de saúde mental para atletas de elite. A equipa responsável tem levado a cabo um trabalho minucioso de análise dos trabalhos científicos mais recentes de forma a partilhar as devidas recomendações. De 12 a 14 de Novembro de 2018, o Comité Olímpico Internacional realizou um encontro na sua sede em Lausanne, Suíça, para apresentar e discutir os resultados da análise sistemática das investigações, e o relatório do consenso pós-conferência foi publicado, em 2019, no British Journal of Sports Medicine.¹ Este relatório proporciona aconselhamento e orientação para o treino de atletas e para profissionais de medicina desportiva. Posteriormente, tem-se continuado a verificar um aumento no apoio e ímpeto da saúde mental para a área do desporto.

Uma grande parte dos sintomas das questões de saúde mental são muito comuns, transitórios e reversíveis. Neste contexto, o Comité Olímpico Internacional desenvolveu uma ferramenta (The International Olympic Committee Sport Mental Health Recognition Tool 1 [SMHRT-1]) que está disponível para atletas, treinadores, colegas de equipa, familiares ou profissionais de auxílio. A SMHRT-1 enumera possíveis pensamentos, sensações, comportamentos e alterações físicas que podem ser apresentados por atletas de elite em consequência de problemas de saúde mental. Caso esses problemas persistam por um período de tempo, ou se ocorrerem eventos significantes (palavras e acções que magoem o próprio ou outros, sentimentos de desespero ou de sufoco e incapacidade de levar a cabo uma vida normal, mudanças de peso súbitas, ou outras alterações anormais de comportamento, atitude ou aparência, etc.), recomenda-se a procura imediata de assistência de um profissional como um médico ou psicólogo.²

Os atletas podem manter-se atentos aos seus sentimentos, conversar com pessoas que mereçam a sua confiança e, recorrer apoio profissional. Um treinador, colega de equipa, familiar ou amigo pode agir como ouvido amigo, responder de forma positiva ou imparcial, sem julgamentos, e transmitir motivação e apoio. O apoio do público aos atletas pode ter um impacto positivo nos desportos de competição, e deseja-se que todos possam trabalhar em conjunto para criar um melhor panorama e atmosfera no que toca à saúde mental no desporto.

Referências

1. Reardon CL, Hainline B, Aron CM, et al. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). Br J Sports Med. 2019;53(11):667-699. doi:10.1136/bjsports-2019-100715
2. Gouttebargue V, Bindra A, Blauwet C, et al. International Olympic Committee (IOC) Sport Mental Health Assessment Tool 1 (SMHAT-1) and Sport Mental Health Recognition Tool 1 (SMHRT-1): towards better support of athletes' mental health. Br J Sports Med. 2021;55(1):30-37. doi:10.1136/bjsports-2020-102411

Awareness to the mental health of athletes

With the development and progress of competitive sports, the performance of athletes on the field is increasingly attracting public attention. Over the past few years, many influential athletes have shared their experiences about the high level of psychological pressure they go through during and after competitions. Through their calls to the public for greater awareness of the mental health of athletes, this issue has begun to come into the public eye. At the same time, international organizations have been expanding their research about the mental health of athletes, and are committed to improving diagnostic and intervention tools to create an environment that is more conducive to the development of the mental health of the athletes.

Athletes generally have a positive and active stance, conveying perseverance and resilience, and these qualities also contribute to their success. However, to reach new breakthroughs in a competitive environment, it requires a tremendous ability to cope with stress and control anxiety. Very often, under this positive aura, the fact that athletes are the most vulnerable when it comes to mental health issues goes unnoticed.

As of June 2017, the International Olympic Committee has implemented a mental health plan for elite athletes. The team in charge of this work has carried out a rigorous assessment of the current state of scientific research and shared pertinent recommendations. From 12 to 14 November 2018, the International Olympic Committee held a meeting at its headquarters in Lausanne, Switzerland, in order to present and discuss the results of the systematic research reviews, and the post-conference consensus was published in the British Journal of Sports Medicine in 2019.¹ This report provides counseling and orientation for the training of athletes and for sports medicine practitioners. Subsequently, the international support and impetus for sports mental health continued to increase.

Many mental health-related symptoms are very common, transient and reversible. Therefore, the International Olympic Committee developed the Sport Mental Health Recognition Tool 1 (SMHRT-1), which is available to athletes, coaches, teammates, family members and support personnel. The SMHRT-1 identifies possible thoughts, feelings, behaviors and physical alterations that elite athletes could exhibit due to mental health issues. If these problems persist for a period of time, or if there are significant signs (words and actions that hurt oneself or others, feeling hopeless or overwhelmed and unable to live a normal life, sudden weight changes or other abnormal behavior, mood or appearance, etc.), it is recommended that one seeks the assistance of a doctor or psychology professional as soon as possible.²

As for the athletes themselves, they can remain attentive to their own feelings, talk to people they trust, and seek professional counselling. It must keep in mind that having the courage to ask for help is not a sign of weakness. As for coaches, teammates, family members or friends, they should actively listen, respond positively or impartially, in a non-judgmental manner, and provide their motivation and support. The public's support for athletes may have a positive impact in competitive sports, and there is hope that, working together, we can create a better environment and atmosphere for mental health in sports.

Reference

1. Reardon CL, Hainline B, Aron CM, et al. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). *Br J Sports Med.* 2019;53(11):667-699. doi:10.1136/bjsports-2019-100715
2. Gouttebargue V, Bindra A, Blauwet C, et al. International Olympic Committee (IOC) Sport Mental Health Assessment Tool 1 (SMHAT-1) and Sport Mental Health Recognition Tool 1 (SMHRT-1): towards better support of athletes' mental health. *Br J Sports Med.* 2021;55(1):30-37. doi:10.1136/bjsports-2020-102411

澳門 體育盛事 Macao Major Sporting Events



歡迎關注了解最新活動資訊：
Please visit or follow for the latest information:



澳門體育
微信公眾號



澳門特區體育局
微信訂閱號



澳門體育盛事
Facebook專頁