



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



官方網站
Página oficial



體育盛事Facebook
"Grande Eventos Desportivos" do Facebook



澳門體育微信
"Desporto de Macau" do WeChat



澳門特區體育局微信
Conta de assinatura "Instituto do Desporto da RAEM" do WeChat



大眾體育動向Facebook
"TREND ON MACAU SPORT FOR ALL" do Facebook



N.º 3 第三期

體壇焦點

- ◇ WTT澳門冠軍賽 王楚欽孫穎莎奪冠
- ◇ 世大運鄭穎芝吳致軒破澳績

人物誌

- ◇ 梁鈺聰--揮拍追逐世界夢
- ◇ 甘展博--從澳門到國際賽場

體壇報導

- ◇ 澳羽公開賽 法漢陳雨菲單打奪冠

2025 澳門體育

Desporto de Macau
Macao Sport

澳門體育 Desporto de Macau Macao Sport 2025 第三期 N.º 3



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
抖音帳號

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

- 04 WTT澳門冠軍賽 王楚欽孫穎莎奪冠**
Wang Chuqin e Sun Yingsha conquistam títulos no Torneio de Campeões WTT Macau 2025
Wang Chuqin and Sun Yingsha Claim Titles at WTT Champions Macao

- 12 世大運鄭穎芝吳致軒破澳績**
Cheang Weng Chi e Ng Chi Hin batem recordes de Macau na Universíada de Verão
Cheang Weng Chi and Ng Chi Hin Break Macao Records at the World University Games

人物誌 / História de Personagem / The Personage

- 18 梁鈺聰--揮拍追逐世界夢**
Leong Lok Chong – Perseguindo o Sonho Mundial de Badminton com a Raquete na Mão
Leong Lok Chong – Racket in Hand to Chase His World Badminton Dream

- 22 甘展博--從澳門到國際賽場**
Kam Chin Pok – de Macau aos palcos internacionais
Kam Chin Pok – From Macao to the International Stage

互通互訪 / Intercâmbio / Exchange

- 26 澳門羽球隊首登世錦賽**
Seleção de Badminton de Macau estreia-se no Campeonato Mundial
Macao Badminton Team Makes Debut at World Championships

- 30 張子聰出戰東京田徑世錦賽**
Cheong Chi Chong compete no Campeonato Mundial de Atletismo em Tóquio
Cheong Chi Chong Competes at the World Athletics Championships in Tokyo

- 32 澳隊世界武術錦標賽奪一金三銀三銅**
Seleção de Macau conquista uma medalha de ouro três de prata e três de bronze no Campeonato Mundial de Wushu
Macao Team Wins One Gold Three Silver and Three Bronze at World Wushu Championships

- 38 2025粵港澳青少年足球交流活動澳隊A組奪冠**
Seleção de Macau vence campeonato do Grupo A nas actividades de intercâmbio de futebol juvenil
Guangdong-Hong Kong-Macao 2025
Macao Team Wins Group A Championship at the 2025 Guangdong-Hong Kong-Macao Youth Football Exchange Activities

體壇報道 / Reportagem do Mundo Desportivo / Sports News

- 42 澳羽公開賽 法漢陳雨菲單打奪冠**
Farhan e Chen Yufei conquistam títulos de singulares no Campeonato Aberto de Badminton de Macau
Farhan and Chen Yufei Win Singles Titles at Macau Open Badminton

- 48 Chris Vincent反勝徐德煌奪冠**
Chris Vincent vence Xu Dehuang e conquista o Título
Chris Vincent Comes From Behind to Defeat Xu Dehuang and Claim the Title

- 50 澳門青少年壁球公開賽 澳獲一金二銀四銅佳績**
Macao Brilha no Campeonato Aberto Júnior de Squash de Macau com 1 Medalha de Ouro 2 de Prata e 4 de Bronze
Macao Shines at Macau Junior Squash Open with 1 Gold 2 Silver and 4 Bronze Medals

體育健康

Desporto e saúde posto de 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**



目錄

Índice
Index

澳門體育
Desporto de Macau
Macao Sport

54 全澳舞龍賽羅梁體育總會橫掃公開組四冠
Associação Geral Desportiva de Macau Lo Leong domina com quatro títulos na categoria aberta do Torneio Aberto de Dança do Dragão
Macao Lo Leong Sport General Association Sweeps Four Titles in the Open Category of the Macao Dragon Dance Open Tournament

60 排球銀牌賽 紅藍隊豪取雙冠
Equipa Hong Nam conquista uma “dupla vitória” no Campeonato de Voleibol Medalha de Prata
Hong Nam Clinches Double Crowns in Silver Shield Volleyball Tournament

66 趙頌恆柔道亞錦賽摘銅
Chio Chong Hang Conquista Medalha de Bronze no Campeonato Asiático de Judo
Chio Chong Hang Wins Bronze at the Asian Judo Cups

70 2025全澳沙灘排球錦標賽 梓楓紅藍包攬男女子甲組冠亞軍
Chi Fong e Hong Nam conquistam títulos da Divisão A masculina e feminina no Campeonato de Voleibol de Praia de Macau 2025
Chi Fong and Hong Nam Claim Men's and Women's Division A Titles at 2025 Macao Beach Volleyball Championship

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

74 莫焯文 鄺凱瑩力爭進步
Mok Cheok Man e Kuong Hoi Ieng lutam por melhorar o seu desempenho
Mok Cheok Man and Kuong Hoi Ieng Strive for Progress

78 魯慕禹 鄧梓言 揚帆少年海上爭佳績
Jovens Velejadores Lu Muyu e Tang Chi In em busca da Excelência na Água
Young Sailors Lu Muyu and Tang Chi In Strive for Excellence on the Water

大眾體育 / Desporto para Todos / Sport for All

80 夏日競技嘉年華 親子樂無窮
Festival Competitivo de Verão: Diversão Sem Limites para Pais e Filhos
Summer Sports Carnival Brings Endless Fun for Families

82 善用餘暇培養健康生活
Ocupação em Férias para cultivar um estilo de vida saudável
Making the Most of Free Time to Cultivate a Healthy Lifestyle

前進全運 / Jogos Nacionais / The National Games

86 游泳代表隊全力爭取更好成績
Seleção de natação na luta por melhores resultados
The Swimming Team Strives for Better Results

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

90 軟組織受傷急性處理原則
Princípios para tratamento agudo de lesões de tecidos moles
Principles of Acute Management for Soft Tissue Injuries

出版：澳門特別行政區政府體育局
設計及印刷：粵澳傳媒（澳門）有限公司
發行數量：500本
發行周期：3個月（季刊）
總期數：第94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
發行機構網址：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: COMPANHIA DE UTOU MÍDIA (MACAU), LIMITADA
Tiragem: 500 exemplares
Tipo de publicação: Trimestral
N.º da edição: 94
ISSN 1728-113X
Entidade Editor: Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Endereço da entidade: Av. Dr. Rodrigo Rodrigues, N.º 818 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: UTOU MEDIA (MACAO), LIMITED
Circulation: 500 copies
Period of publication: 3 months
Total No of edition: 94
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 王楚欽孫穎莎奪冠



男子冠軍王楚欽



「WTT澳門冠軍賽2025由銀河娛樂集團呈獻」於9月9日至14日在澳門東亞運動會體育館舉行。賽事匯集世界頂尖的男、女各32名運動員，參加男女子單打兩個項目，經過一連六天的賽事比拼，中國球手王楚欽與孫穎莎分別奪得男子及女子單打冠軍。

男單方面，二號種子王楚欽先後擊敗松島輝空、約納坦·格羅特、林昀儒及張禹珍，順利闖入決賽。在男子單打決賽中，迎戰巴西選手雨果·卡爾德拉諾，結果王楚欽不負眾望以壓倒性姿態直落四局（11:9、11:7、11:9、11:4）完勝對手，繼2023年後再次於澳門封王。

女子冠軍孫穎莎

男子冠亞軍選手與頒獎嘉賓合照



王楚欽開局發球



女子冠亞軍選手與頒獎嘉賓合照



頭號種子孫穎莎相繼擊敗安娜·赫爾西、貝爾納黛特·瑟奇、阿德里安娜·迪亞斯及蒯曼四名選手晉級，與隊友王曼昱在女單決賽相遇。在女單決賽中，世界排名分別為第一及第二的孫穎莎和王曼昱同場較量，雙方合力呈獻一場激烈對決，前四局雙方以「梅花間竹」之勢戰成2:2平手。第五局王曼昱氣勢如虹，以11:5反超局數3:2。然而，孫穎莎頂住壓力，在第六、七局穩住陣腳，連取二局，最終以總局數4:3 (11:8、13:15、11:9、9:11、5:11、11:9、11:6) 險勝對手，成功衛冕女單冠軍。

至於澳門球手方面，朱雨玲闖入女子單打八強賽，對陣中國選手王曼昱，朱雨玲雖頑強抵抗，但難敵對手凌厲攻勢，止步八強。而首次參賽的何俊輝和關卓琳在比賽中獲得寶貴經驗，分別對陣法國選手西蒙·高茨和國家隊球手王藝迪，兩人均不敵對手。何俊輝賽後表示，希望今次比賽吸收經驗之後，狀態能夠繼續進步，以更佳表現迎接下一個比賽。

Wang Chuqin e Sun Yingsha conquistam títulos no Torneio de Campeões WTT Macau 2025

“O Torneio de Campeões WTT Macau 2025 apresentado pelo Galaxy Entertainment Group”, decorreu de 9 a 14 de Setembro, na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau. O Torneio reuniu 32 jogadores e 32 jogadoras da elite mundial do ténis de mesa, na luta pelos títulos de campeões em singulares masculinos e femininos. Após seis dias de renhida competição, os jogadores chineses Wang Chuqin e Sun Yingsha conquistaram os títulos de campeão em singulares masculinos e femininos, respectivamente.

Nos singulares masculinos, o segundo cabeça de série Wang Chuqin avançou facilmente para a final após derrotar Sora Matsushima, Jonathan Groth, Lin Yun-Ju e Jang Woojin. Na final, Wang enfrentou o brasileiro Hugo Calderano e correspondeu às expectativas, vencendo em sets directos (11-9, 11-7, 11-9, 11-4) revalidando, em Macau, o título que já tinha conquistado em 2023.



王楚欽全力扣殺



何俊輝(右)力戰法國選手西蒙·高茨

A cabeça de série Sun Yingsha avançou para a final de singulares femininos após derrotar Anna Hursey, Bernadette Szöcs, Adriana Díaz e Kuai Man. Na final, Sun enfrentou a sua companheira de equipa Wang Manyu, número 2 do mundo, e as duas travaram, em campo, um desafio verdadeiramente estimulante. Nos primeiros quatro jogos, estas jogadoras foram alternando pontos e empataram a partida em 2-2. No quinto jogo, Wang Manyu disparou na frente e assumiu a liderança por 3-2 com uma vitória por 11-5. No entanto, Sun Yingsha recuperou a compostura, vencendo no sexto e sétimo jogos, superando a sua adversária por 4-3 (11-8, 13-15, 11-9, 9-11, 5-11, 11-9, 11-6) o que lhe permitiu defender, com sucesso, o seu título de campeão em singulares femininos.

Quanto aos jogadores de Macau, Zhu Yuling chegou aos quartos de final de singulares femininos. Enfrentando a chinesa Wang Manyu, Zhu lutou com garra, mas acabou por ser derrotada pelos poderosos ataques da adversária, saindo do torneio nos quartos de final. Entretanto, os estreantes He Chon Fai e Kuan Cheok Lam ganharam uma experiência valiosa no Torneio. Enfrentaram, respectivamente, o francês Simon Gauzy e a jogadora da selecção nacional chinesa Wang Yidi, mas ambos foram derrotados. Após o jogo, He Chon Fai afirmou que espera aproveitar a experiência adquirida, continuar a melhorar a sua forma e ter um melhor desempenho na próxima competição.



何俊輝沉着應戰

Wang Chuqin and Sun Yingsha Claim Titles at WTT Champions Macao

“WTT Champions Macao 2025 presented by Galaxy Entertainment Group” was held from 9 to 14 September at the Macao East Asian Games Dome. The tournament brought together the top 32 male and top 32 female players in the world to compete in the men’s and women’s singles events. After six days of intense competition, Chinese players Wang Chuqin and Sun Yingsha claimed the men’s and women’s singles titles, respectively.

In the men’s singles, second seed Wang Chuqin smoothly advanced to the final after defeating Sora Matsushima, Jonathan Groth, Lin Yun-Ju, and Jang Woojin. In the final, he faced Brazil’s Hugo Calderano and lived up to expectations, winning in dominant straight sets (11-9, 11-7, 11-9, 11-4) to claim the Macao title for the second time, having previously triumphed in 2023.

Top seed Sun Yingsha advanced to the women’s singles final after defeating Anna Hursey, Bernadette Szöcs, Adriana Díaz, and Kuai Man. In the final, she faced her teammate Wang Manyu, world No. 2, and the two clashed on the court in a fierce showdown. In the first four games, they traded points, tying the match at 2-2. In the fifth game, Wang Manyu surged ahead and took the lead 3-2 with an 11-5 victory. However, Sun Yingsha regained her composure in the sixth and seventh games, winning both to edge out her opponent 4-3 (11-8, 13-15, 11-9, 9-11, 5-11, 11-9, 11-6) and successfully defend her women’s singles title.

As for the Macao players, Zhu Yuling reached the quarterfinals of the women’s singles. Facing China’s Wang Manyu, she put up a strong fight but was ultimately overcome by her opponent’s powerful attacks, exiting the tournament in the quarterfinals. Meanwhile, first-time participants He Chon Fai and Kuan Cheok Lam gained valuable experience from the tournament. They faced France’s Simon Gauzy and China national team player Wang Yidi, respectively, but both were defeated. After the match, He Chon Fai said that he hopes to build on the experience gained, continue improving his form, and perform better in his next competition.



孫穎莎在決賽中多次與對手打平



關卓琳(右)對陣中國選手王藝迪



朱雨玲在比賽中全力以赴

世大運鄭穎芝 吳致軒破澳績

「第32屆世界大學生夏季運動會」於德國時間7月16日在德國杜伊斯堡MSV競技場舉行開幕儀式，正式展開為期12天的賽事。澳門體育代表團派出58人參賽，角逐田徑、游泳、羽毛球、乒乓球、劍擊、跆拳道及柔道共7個項目。代表團由羽毛球運動員裴梓臻及裴梓樺擔任持旗手，帶領隊伍進場。

澳門游泳選手鄭穎芝及吳致軒在今屆世大運中有良好表現，鄭穎芝在400米混合泳比賽中以5分08秒23的優異成績刷新澳門紀錄，以0.01秒之差改寫了她於2024年創下的原紀錄5分08秒24；男子50米自由泳比賽中，吳致軒以23秒17的成績再次刷新澳門紀錄，打破了由劉崑峰於2009年創下的原紀錄23秒18。

女子團體花劍項目由顧曉琳、林芷薇及易碧真組成的澳門隊以45:24於16強賽中，大勝匈牙利隊，成功晉級8強，可惜在8強賽中不敵頭號種子意大利隊，無緣躋身4強，最終以第7名完成賽事，創下澳門隊在該項目中的歷史最佳成績；男子團體花劍方面，胡頌謙、許文傑及戴弘浚以45:36力克澳洲隊，闖入16強，惟同樣不敵意大利隊伍，未能更進一步。

乒乓球代表隊在男、女子單打分組賽中，陳梓賢以4:2擊敗烏茲別克選手，晉身32強，可惜隨後以1:4不敵德國選手，遺憾止步；石慧莉以0:4不敵法國選手，止步64強；在男子雙打項目中，何俊輝夥拍何存照以3:0擊敗沙特阿拉伯組合，晉級32強，惟不敵羅馬尼亞組合，無緣晉級16強。羽毛球女子單打賽場上，裴梓樺以2:1擊敗新加坡選手，惟在32強賽中，以0:2不敵泰國選手。

另一邊廂，跆拳道比賽選手陳奕僊在男子-54公斤級比賽中以2:0擊敗阿塞拜疆選手，順利晉級16強，可惜在對陣埃及選手時以1:2落敗，未能躋身8強。在柔道+78公斤級賽事中，賴清琳止步16強淘汰賽，未能再晉一級。

田徑項目方面，澳門紀錄保持者張子聰和青年組紀錄保持者譚展誠分別參與了男子400米跨欄和男子110米欄比賽，梁靜雯則參與了女子跳高比賽。

「第32屆世界大學生夏季運動會」閉幕式於7月28日在北杜伊斯堡景觀公園舉行，下一屆2027年世界大學生夏季運動會主辦城市為韓國忠清道。

裴梓臻及裴梓樺擔任持旗手



澳門體育代表團出戰世大運七個比賽項目

裴梓樺於32強迎戰泰國選手

Cheang Weng Chi e Ng Chi Hin batem recordes de Macau na Universíada de Verão

A “32.ª Universíada de Verão” teve início oficialmente a 16 de Julho (hora da Alemanha), com a cerimónia de inauguração realizada no MSV-Arena (*Schauinsland-Reisen-Arena*) em Duisburgo, Alemanha, marcando o início de 12 dias de competições. A Delegação Desportiva de Macau contou com 58 atletas que participaram em sete modalidades: atletismo, natação, badminton, ténis-de-mesa, esgrima, *taekwondo* e judo. A equipa foi liderada pelos atletas de badminton, Pui Chi Chon e Pui Chi Wa, que foram os porta-bandeiras durante a entrada da delegação.

Os nadadores de Macau, Cheang Weng Chi e Ng Chi Hin, tiveram um desempenho notável nesta Universíada. Cheang Weng Chi estabeleceu um novo recorde de Macau nos 400 metros estilos, com um excelente tempo de 5 minutos e 8,23 segundos, superando por 0,01 segundos o seu próprio

recorde de 5 minutos e 8,24 segundos, anteriormente estabelecido em 2024. Na prova de 50 metros masculinos livres, Ng Chi Hin quebrou novamente o recorde de Macau, com um tempo de 23,17 segundos, superando o antigo recorde de 23,18 segundos, estabelecido por Lao Kuan Fong em 2009.

Na prova de florete feminino por equipas, a equipa de Macau, composta por Ku Hio Lam, Lam Chi Mei e Iec Pek Chan, venceu a Hungria por 45:24 nos oitavos de final, avançando com sucesso para os quartos de final. Infelizmente, foram derrotadas pela equipa italiana, cabeça-de-série, perdendo um lugar nas meias-finais e concluindo a competição em 7.º lugar, marcando o melhor resultado histórico da selecção de Macau nesta modalidade. Na prova de florete masculino por equipas, Wu Chong Him, Hoi Man Kit e Tai Wang Chon derrotaram a Austrália por 45:36, passando para os oitavos de final, mas também foram eliminados pela equipa italiana, não conseguindo avançar mais.

賴清琳迎戰哈薩克斯坦選手



Da selecção de ténis-de-mesa, na fase de grupos das provas singulares masculina e feminina, Chan Chi In venceu o atleta uzbeque por 4:2, avançando para os dezasseis avos de final, mas infelizmente foi derrotado pelo jogador alemão por 1:4. Seak Hui Li perdeu por 0:4 contra a jogadora francesa, sendo eliminada nos trinta e dois avos de final. Na prova de pares masculinos, He Chon Fai e He Cunzhao venceram a par da Arábia Saudita por 3:0, passando para os dezasseis avos de final, mas foram eliminados pela dupla da Roménia, não conseguindo avançar para os oitavos de final. Na modalidade de badminton, na prova singular feminina, Pui Chi Wa derrotou a jogadora de Singapura por 2:1, mas foi eliminada na fase dos dezasseis avos de final pela jogadora tailandesa.

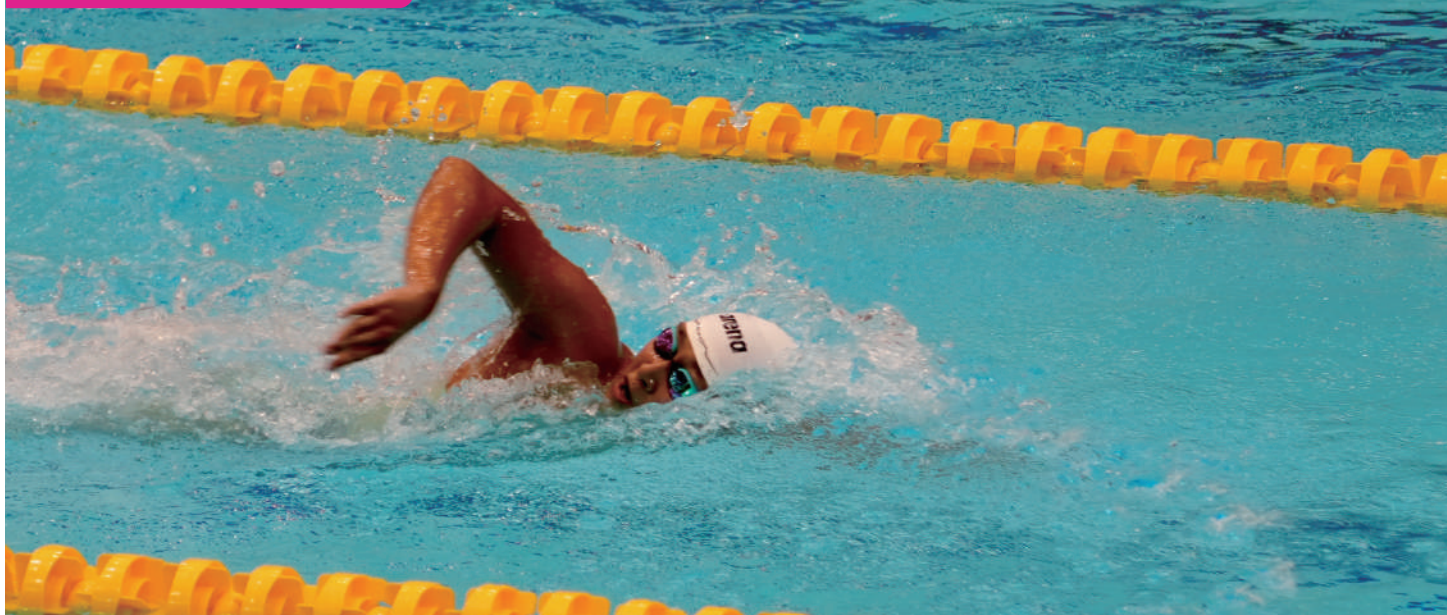
Por outro lado, no *taekwondo*, o atleta Chan Iek Hei venceu o atleta do Azerbaijão por 2:0 na categoria masculina -54 kg, avançando para os oitavos de final, mas infelizmente perdeu por 1:2 contra o atleta egípcio, não conseguindo chegar aos quartos de final. Na prova da categoria de judo +78 kg, Lai Qing Lam foi eliminada nos oitavos de final, não conseguindo avançar para a próxima fase.

Quanto ao atletismo, o recordista de Macau Cheong Chi Chong e o recordista da categoria júnior Tam Chin Seng participaram, respectivamente, nas provas de 400 metros com barreiras e 110 metros com barreiras, enquanto Leong Cheng Man participou na prova de salto em altura feminina.

A cerimónia de encerramento da “32.ª Universíada de Verão” teve lugar a 28 de Julho no *Landschaftspark Duisburg-Nord*, e a próxima edição, em 2027, será realizada na Província de Chungcheong, na Coreia do Sul.



鄭穎芝刷新400米混合泳澳門成績



張子聰出戰400米跨欄項目

石慧莉擊敗瑞士選手

Cheang Weng Chi and Ng Chi Hin Break Macao Records at the World University Games

The opening ceremony of the 32nd FISU Summer World University Games was held on 16 July, German time, at the MSV Arena in Duisburg, Germany, officially kicking off the 12-day event. The Macao sports delegation sent 58 athletes to compete in a total of seven sports: athletics, swimming, badminton, table tennis, fencing, taekwondo, and judo. The delegation was led into the venue by badminton athletes Pui Chi Chon and Pui Chi Wa, who served as flag bearers.

Macao swimmers Cheang Weng Chi and Ng Chi Hin showed strong performances at this year's World University Games. In the 400m Individual Medley event, Cheang Weng Chi set a new Macao record with an excellent time of 5 minutes 8.23 seconds, surpassing her previous record of 5 minutes 8.24 seconds set in 2024 by a margin of just 0.01 seconds. In the Men's 50m Freestyle event, Ng Chi Hin once again set a new Macao record with a time of 23.17 seconds, breaking the previous record of 23.18 seconds set by Lao Kuan Fong in 2009.

In the Women's Team Foil event, the Macao team, consisting of Ku Hio Lam, Lam Chi Mei, and Iec Pek Chan, achieved a dominant 45-24 victory over Hungary in the Round of 16, successfully advancing to the quarterfinals. Unfortunately, in the quarterfinals, they were defeated by the top-seeded Italian team, missing out on a spot in the semifinals. The team ultimately finished in 7th place, marking the best-ever result for Macao in this event. In the Men's Team Foil event, Wu Chong Him, Hoi Man Kit, and Tai Wang Chon defeated Australia 45-36 to reach the Round of 16, but were also defeated by Italy, failing to progress further.

In the table tennis men's and women's singles group stages, Chan Chi In defeated the Uzbek player 4-2 to advance to the Round of 32. Unfortunately, he was later defeated 1-4 by a German player, ending his run. As for Seak Hui Li, she lost 0-4 to a French player, bowing out in the Round of 64. In the men's doubles event, He Chon Fai teamed up with He Cunzhao to defeat the Saudi Arabian pair 3-0, advancing to the Round of 32. However, they were defeated by the Romanian pair, missing out on a spot in the Round of 16. In the women's singles badminton event, Pui Chi Wa defeated a Singaporean player 2-1. However, in the Round of 32, she was defeated 0-2 by a Thai player.



吳致軒成功突破澳績

On the other side, taekwondo athlete Chan Iek Hei defeated an Azerbaijani player 2-0 in the Men's -54kg event, successfully advancing to the Round of 16. Unfortunately, he lost 1-2 to an Egyptian player, failing to reach the quarterfinals. In the judo +78kg event, Lai Qing Lam's run ended in the round of 16, preventing her from advancing further.

In the athletics events, Macao record holder Cheong Chi Chong and youth record holder Tam Chin Seng respectively competed in the Men's 400m Hurdles and Men's 110m Hurdles, while Leong Cheng Man participated in the Women's High Jump.

The closing ceremony of the 32nd FISU Summer World University Games was held on 28 July at Landschaftspark Duisburg-Nord. The host for the next 2027 Summer World University Games will be Chungcheong Province, South Korea.



譚展誠於110米欄跑出14秒89

梁鈺聰 揮拍追逐世界夢

在「2025年世界羽毛球錦標賽」於法國巴黎盛大舉行之際，澳門羽毛球代表隊亦實現了歷史性突破，作為澳門混雙主力選手的梁鈺聰，攜手搭檔吳穎嗣，首次登上世錦賽舞台，在對陣印度組合卡普爾與加德的比賽中激戰三局，雖以1:2的局數惜敗，但比賽過程中展現了不俗的競技實力。

二十三歲的梁鈺聰自七歲起參加澳門羽毛球總會的兒童培訓班，經過十多年刻苦訓練，獲教練推薦正式加入澳門羽毛球集訓隊。梁鈺聰現為澳門大學生物醫藥系應屆畢業生，同時也是澳門羽毛球代表隊的主力選手，專攻混合雙打及男子雙打，與搭檔吳穎嗣在混合雙打項目中世界排名第66位。

梁鈺聰的羽毛球生涯始於一個偶然的機遇：「七歲時，兩位朋友的父親介紹了一位羽毛球教練給我們，於是我們三人一起報讀培訓班。」最初，他僅抱著嘗試的心態參與，卻沒想到朋友陸續放棄，他反而堅持下來。梁鈺聰逐漸對羽毛球產生濃厚興趣，並持續投入訓練，最終在青少年比賽中脫穎而出，成功入選澳門羽毛球代表隊，開啟了專業運動員的道路。

作為一名剛畢業的大學生，梁鈺聰需要在學業、訓練與比賽間尋求平衡：「學業與訓練的雙重壓力確實是一大挑戰，但羽毛球給予我無限動力。訓練後，我會盡量安排休息時間，注重均衡飲食以調整狀態。」

多年來，梁鈺聰代表澳門參加了眾多重要賽事，包括全國運動會、亞洲運動會及亞洲錦標賽等。特別是在今年的亞洲羽毛球錦標賽中，他與吳穎嗣表現優異，成功入選澳門體育局的準精英運動員計劃：「非常感謝澳門體育局提供這個機會，讓我們能夠繼續追逐羽毛球夢想。我們希望為澳門爭光，證明澳門運動員也能與世界頂尖選手一較高下。」

作為混合雙打選手，梁鈺聰與吳穎嗣的配合日趨默契，但他們也清楚自身與世界頂尖選手的差距：「許多頂尖對手從小接受專業訓練，基本功和戰術多樣性都更為出色。我們目前需重點提升基本功及戰術的靈活性。」

梁鈺聰與搭檔吳穎嗣今年的目標明確，就是爭取在世界羽毛球錦標賽和全國運動會力爭佳績：「在世界羽毛球錦標賽中，我和隊友都希望透過這次比賽，讓世界看到澳門的潛力，雖然未能晉級，但這場比賽證明了我們有能力與頂尖選手抗衡。」在世錦賽證明了能與世界級選手一較高下後，梁鈺聰的長遠目標是能在今次比賽後繼續提升自身的世界排名，與世界頂尖的選手拉近距離。

梁鈺聰代表澳門出戰多項賽事



梁鈺聰（右三）與隊員們出戰中國寶雞羽毛球大師賽

Leong lok Chong Perseguindo o Sonho Mundial de Badminton com a Raquete na Mão

Com a grandiosa realização do “Campeonato Mundial de Badminton de 2025” em Paris, França, a selecção de badminton de Macau também alcançou um marco histórico. Leong lok Chong, um dos principais jogadores de pares mistos de Macau, fez a sua estreia no palco mundial ao lado da parceira Ng Weng Chi. Na partida contra a dupla indiana Rohan Kapoor e Ruthvika Shivani Gadde, travaram uma intensa batalha de três sets, embora tenham perdido por 1:2, demonstraram notáveis habilidades competitivas durante o jogo.

Leong lok Chong, agora com 23 anos, ingressou no curso de formação infantil da Federação de Badminton de Macau aos 7 anos. Após mais de uma década de treino intenso, o seu treinador recomendou-lhe integrar a selecção de badminton de Macau. Actualmente, Leong lok Chong é recém-graduado em Biomedicina pela Universidade de Macau e também um dos principais atletas da selecção de badminton de Macau, focando-se em pares mistos e pares masculinos, onde ocupa a 66.^a posição no ranking mundial de pares mistos junto da parceira Ng Weng Chi.

A carreira de badminton de Leong lok Chong começou por acaso: “Quando tinha 7 anos, os pais de dois amigos apresentaram-nos a um treinador de badminton, e assim nós três inscrevemo-nos no curso de formação.” Inicialmente, ele participou com uma mentalidade de teste, mas apesar de os amigos terem gradualmente desistido, Leong lok Chong manteve-se firme. Com o tempo passa, desenvolveu um forte interesse pelo badminton e continuou a dedicar-se ao treino, acabando por se destacar nas competições de juniores e conseguindo um lugar na selecção de badminton de Macau, iniciando a sua trajectória como atleta profissional.

Como recém-graduado, Leong lok Chong precisa de encontrar um equilíbrio entre os estudos, o treino e as competições: “A pressão dupla dos estudos e do treino é, de facto, um grande desafio, mas o badminton dá-me uma motivação infinita. Após os treinos, tento organizar o meu tempo de descanso e manter uma dieta equilibrada para ajustar o meu estado físico.”

Ao longo dos anos, Leong lok Chong representou Macau em várias competições importantes, incluindo os Jogos Nacionais, os Jogos Asiáticos e os Campeonatos Asiáticos. Em particular, no corrente ano, no Campeonato Asiático de Badminton, ele e Ng Weng Chi tiveram um desempenho excelente, sendo seleccionados para o plano de atletas de elite em formação do Instituto de Desporto de Macau: “Agradeço imenso ao Instituto de Desporto de Macau por nos proporcionar esta oportunidade para continuarmos a perseguir o nosso sonho no badminton. Esperamos trazer glória a Macau e provar que os atletas de Macau também podem competir com os melhores jogadores do mundo.”

Como dupla mista, a parceria entre Leong lok Chong e Ng Weng Chi tem-se tornado cada vez mais sinérgica, mas eles também estão cientes da diferença que os separa dos melhores jogadores do mundo: “Muitos dos nossos principais adversários receberam treino profissional desde pequenos, com um domínio técnico e uma diversidade tática superiores. Neste momento, precisamos focar-nos em melhorar as nossas bases e a flexibilidade tática.”

Os objectivos de Leong lok Chong e da parceira Ng Weng Chi para este ano são claros: querem obter bons resultados no Campeonato Mundial de Badminton e nos Jogos Nacionais, afirmou: “No Campeonato Mundial, tanto eu como os meus colegas da selecção esperamos que, através desta



梁鈺聰 (右) 表示會與搭檔吳穎珊努力爭取提升世界排名

competição, o mundo veja o potencial de Macau. Apesar de não termos conseguido avançar, esta partida provou que temos capacidade para rivalizar com os melhores jogadores.” Após ter demonstrado que consegue competir a jogadores do nível mundial no Campeonato Mundial, o objectivo de longo prazo de Leong lok Chong é continuar a melhorar o seu ranking mundial e aproximar-se dos melhores jogadores do mundo.

Leong lok Chong Racket in Hand to Chase His World Badminton Dream

During the 2025 BWF World Championships, held with great fanfare in Paris, France, the Macao badminton team achieved a historic breakthrough. Macao’s key mixed doubles player, Leong lok Chong, teamed up with Ng Weng Chi to make their debut at the World Championships. In the match against the Indian pair Rohan Kapoor and Ruthvika Shivani Gadde, they fought through three games and narrowly lost 1-2, but showcased strong competitive skills throughout the match.



梁鈺聰 (左) 與搭檔黃覺永積極參與更多世界賽事

Twenty-three-year-old Leong lok Chong began attending the Badminton Federation of Macau’s junior training program at the age of seven. After more than a decade of rigorous training, his coach recommended him to officially join Macao’s elite badminton training team. As a recent graduate of the Faculty of Health Sciences at the University of Macau and a key player on the Macao badminton team, Leong lok Chong specializes in mixed and men’s doubles. Together with his partner Ng Weng Chi, he currently ranks 66th in the world in mixed doubles.

Leong lok Chong’s badminton career began by chance. “When I was seven, the fathers of two of my friends introduced us to a badminton coach, and the three of us enrolled in a training program together,” he said. Initially, he joined just to give it a try, and while his friends gradually dropped out, he persisted. Leong lok Chong gradually developed a strong interest in badminton and continued to dedicate himself to training. He eventually stood out in junior competitions and was successfully selected for the Macao badminton team, embarking on a professional athletic career.

As a recent university graduate, Leong lok Chong needs to balance his studies, training, and competitions. He said, “The combined pressures of academics and training are indeed a major challenge, but badminton gives me constant motivation. After training, I try to schedule rest time and focus on a balanced diet to maintain my condition.”

Over the years, Leong lok Chong has competed for Macao in numerous major competitions, including the National Games, the Asian Games, and the Asian Championships. Notably, at this year’s Badminton Asia Championships, he and Ng Weng Chi performed exceptionally well, earning selection for the Macao Sports Bureau’s Training Subsidy Program for Elite Athletes. “We sincerely thank the Macao Sports Bureau for giving us this opportunity to continue pursuing our badminton dreams. We hope to bring honor to Macao and prove that athletes from Macao can compete with the world’s top players,” he said.

As mixed doubles players, Leong lok Chong and Ng Weng Chi have developed increasingly strong teamwork, but they are also keenly aware of the gap between themselves and the world’s top players. He said, “Many of our top opponents have received professional training from a young age, and their fundamentals and tactical versatility are far superior. At the moment, we need to focus on improving our fundamentals and tactical flexibility.”

Leong lok Chong and his partner Ng Weng Chi have set clear goals for this year: to aim for strong results at the BWF World Championships and the National Games. He said, “At the BWF World Championships, my partner and I hope to show the world Macao’s potential. Although we didn’t advance, this match proved that we have the ability to compete with the world’s best.” Having proven they can measure themselves against world-class players at the World Championships, Leong lok Chong’s long-term goal is to continue improving his world ranking and close the gap with the world’s top players.

甘展博期望以後在車隊中尋找自身定位



甘展博—從澳門到國際賽場

在澳門單車運動的舞台上，二十二歲的甘展博無疑是近年冒起的一顆新星。這位年輕的公路單車運動員不僅代表澳門出戰多項國際賽事，更成功加入以國家隊為班底的中國職業車隊—中國安踏-Mentech洲際自行車隊，以全職運動員的身份追逐自己的單車夢想。

甘展博的單車之路始於初中，最初只是想在課餘時間與朋友嘗試不同的活動，由於十分熱愛郊外和運動，覺得踩單車既可以感受到速度的刺激，亦可以去到不同的地方，所以逐漸愛上了這項運動。從參與澳門本地賽事，到代表澳門出戰全國青年運動會，甘展博不斷在賽場上累積經驗。然而，疫情的來襲，讓他錯過了整個青年競賽生涯，但他並未因此放棄，反而以興趣為動力堅持訓練。

目前亞洲排名56的甘展博，職業之路起源於2023年的一個機遇，當時代表澳門的俱樂部車隊參加環鄱陽湖自行車賽，作為業餘選手，他在比賽中表現出色，獲得前輩推薦，於2024年進入職業車隊。隨後，他通過中國安踏-Mentech車隊的公開選拔，經線上申請與線下測試，與另外三名車手一同入選：「安踏車隊以國家隊為基礎，擁有全國頂尖的資源與訓練系統，使我能專注於訓練與提升實力，讓我有更多機會參與國際比賽。」

加入車隊後，甘展博在專業外籍教練的指導下，進行系統化訓練與比賽。2025年上半年，他於土耳其進行集訓與比賽，下半年則專注亞洲巡迴賽事：「這些經歷讓我積累了豐富的比賽經驗，技術與心態均有顯著進步。」

作為一項講求團隊配合的運動，公路單車比賽考驗的不僅是個人能力，更是車隊的協作。甘展博坦言，從車隊的歐洲外援選手和教練身上，他得到了許多寶貴經驗：「公路單車是一項團隊運動，每個隊員都是一個學習對象，特別是在日常生活中的細節和心態上，我希望可以在職業車隊中尋找到屬於自己的定位。」

近年來，甘展博在內地的國際賽事中屢獲佳績，成功加入兩支洲際職業自行車隊。今年，他剛完成在印尼舉行的環外南夢伊真火山自行車賽，表現出色，不僅個人成績亮眼，更協助車隊取得高排名。賽後，他馬不停蹄趕往西藏，參加環喜馬拉雅自行車賽，展現了職業運動員的拼搏精神。展望未來，甘展博的短期目標鎖定在即將舉行的粵港澳全運會及明年亞運會，力爭取得更高排名。

Kam Chin Pok – de Macau aos palcos internacionais

No palco do ciclismo em Macau, Kam Chin Pok, de 22 anos, é sem dúvida uma estrela em ascensão nos últimos anos. Este jovem ciclista de estrada não só representa Macau em várias competições internacionais, como também se juntou, com sucesso, à equipa profissional chinesa, a *China Anta-Mentech Cycling Team*, baseada na selecção nacional, perseguindo o seu sonho de ser atleta a tempo inteiro.

A jornada de ciclismo de Kam Chin Pok começou no ensino secundário, inicialmente apenas por querer experimentar diferentes actividades com amigos durante o tempo livre. Com um grande amor pela natureza e pelo desporto, sentiu que andar de bicicleta lhe proporcionava a emoção da velocidade e a oportunidade de explorar novos lugares, acabando por se apaixonar por esta modalidade desportiva. Desde a participação em competições locais até à representação de Macau nos Jogos Nacionais da Juventude, Kam Chin Pok acumulou constantemente experiências nas pistas. No entanto, a chegada da epidemia fez com que perdesse toda a sua carreira competitiva juvenil, mas ele não desistiu; pelo contrário, manteve-se firme no treino, impulsionado pelo seu interesse.

Actualmente classificado em 56.º na Ásia, a carreira profissional de Kam Chin Pok começou em 2023, quando representou uma equipa de um clube de Macau na Corrida de Ciclismo da Volta ao Lago Poyang. Como amador, destacou-se na competição e foi recomendado por veteranos, entrando na equipa profissional em 2024. Seguidamente, foi seleccionado, juntamente com outros três ciclistas, através duma selecção pública da *China Anta-Mentech Cycling Team*, incluindo aplicação *online* e participação em testes presenciais. Kam Chin Pok declarou: “A equipa *Anta* baseia-se na selecção nacional, possui os melhores recursos e sistema de treino do país, o que me permite concentrar-me no treino e na melhoria das minhas capacidades, proporcionando-me mais oportunidades para participar em competições internacionais.”

Após a entrada na equipa, Kam Chin Pok começou a realizar treinos e a competir de forma sistemática e sob a orientação de treinadores estrangeiros profissionais. No primeiro semestre de 2025, participou em estágios e competições na Turquia, enquanto no segundo semestre se focou em competições do circuito na Ásia: “Essas participações permitiram-me acumular uma vasta experiência de competição, com melhorias significativas tanto a nível técnico como mental.”

Como um desporto que exige cooperação em equipa, as competições de ciclismo de estrada testam não apenas as habilidades individuais, mas também a colaboração da equipa. Kam Chin Pok admite que aprendeu muito com os atletas e treinadores europeus da equipa: “O ciclismo de estrada é um desporto de equipa; cada membro da equipa é uma fonte de aprendizagem, especialmente nos detalhes do dia a dia e na mentalidade. Espero encontrar o meu lugar na equipa profissional.”

Nos últimos anos, Kam Chin Pok tem obtido bons resultados em competições internacionais no Interior da China, tendo-se juntado, com sucesso, a duas equipas profissionais intercontinentais de ciclismo. Este ano, concluiu recentemente a Corrida de Ciclismo da Volta ao Vulcão de Ijen, realizada na Indonésia, com um desempenho excelente, destacando-se não apenas pelos seus resultados pessoais, mas também por ajudar a equipa a alcançar uma classificação elevada. Após a competição, partiu rapidamente para a Região Autónoma do Tibete para participar na Corrida de Ciclismo Trans-Himalaia, demonstrando o espírito de luta de um atleta profissional. Olhando para o futuro, os objectivos a curto prazo de Kam Chin Pok centram-se nos próximos Jogos Nacionais de Guangdong, Hong Kong e Macau, bem como nos Jogos Asiáticos do próximo ano, esforçando-se por alcançar classificações ainda mais altas.

甘展博享受單車帶給自身的速度感



Kam Chin Pok — From Macao to the International Stage

On the stage of cycling in Macao, 22-year-old Kam Chin Pok is undoubtedly a rising star in recent years. This young road cyclist not only represents Macao in multiple international competitions but has also successfully joined the China Anta-Mentech Intercontinental Cycling Team, a professional team based on the national squad, pursuing his cycling dreams as a full-time athlete.

Kam Chin Pok's cycling journey began in middle school. At first, he simply wanted to try different activities with his friends in his spare time. Due to his profound passion for the outdoors and sports, he found cycling to be not only an exhilarating way to experience speed but also a means to explore different places, gradually falling in love with the sport. From participating in local competitions in Macao to representing Macao at the National Youth Games, Kam Chin Pok has continuously gained experience on the cycling track. However, the arrival of the pandemic brought his entire youth competition career to a halt. Despite this setback, he did not give up; instead, he used his passion as motivation to continue his relentless training.

Currently ranked 56th in Asia, Kam Chin Pok's professional journey began with an opportunity in 2023. At that time, he represented a Macao club team in the Tour of Poyang Lake. As an amateur rider, he performed outstandingly in the race, earning a recommendation from veteran riders, which led to him joining a professional cycling team in 2024. Subsequently, he was selected alongside three other riders by the China Anta-Mentech Cycling Team through the public selection process that included an online application and offline testing. Kam Chin Pok stated, "The Anta team, based on the national team, has access to the nation's top resources and training systems, allowing me to focus on training and improving my skills, and providing me with more opportunities to participate in international competitions."

After joining the team, Kam Chin Pok underwent systematic training and competitions under the guidance of professional foreign coaches. In the first half of 2025, he was training and competing in Turkey, while in the second half of the year, he is focusing on Asian circuit events. He said, "These experiences have allowed me to accumulate rich competition experience, with significant improvements in both my skills and mindset."

As a sport that emphasizes teamwork, road cycling races test not only individual ability but also the collaboration within the team. Kam Chin Pok admitted that he has gained many valuable experiences from the European riders and coaches in his team. "Road cycling is a team sport, and every team member is a learning opportunity, especially in terms of daily life details and mindset. I hope to find my own place within this professional cycling team," said Kam Chin Pok.

In recent years, Kam Chin Pok has achieved remarkable results in international competitions on the mainland and successfully joined two intercontinental professional cycling teams. This year, he just completed the Tour de Ijen held in Indonesia, delivering an exceptional performance. Not only did he achieve impressive individual results, but he also helped his team secure a high ranking. After the race, he quickly rushed to Xizang to participate in the Trans-Himalaya Cycling Race, showcasing the fighting spirit of a professional athlete. Looking ahead, Kam Chin Pok's short-term goals are focused on the upcoming National Games in Guangdong, Hong Kong, and Macao, as well as next year's Asian Games, aiming to achieve higher rankings.



澳門 首登 世錦賽 羽球隊

梁鈺聰和吳穎嗣苦戰印度組合加德和卡普爾

「2025年世界羽毛球錦標賽」於8月25日至31日假法國巴黎舉行，澳門特別行政區羽毛球代表隊首次參賽，派出三名運動員-男單選手裴鵬鋒及混雙組合梁鈺聰與吳穎嗣，開創澳門羽壇新篇章，實現歷史性的「零的突破」。

8月25日，賽事首天進行多個項目的六十四強賽事，中國澳門男單選手裴鵬鋒對陣東道主、來自法國的十號種子選手克里斯托·波波夫。首次登上世錦賽舞台的裴鵬鋒展現無畏氣勢，面對主場觀眾的壓力毫不怯場。首局開段，他與對手展開激烈對攻，中段比分膠著，但裴鵬鋒最終仍以15:21失掉首局。第二局裴鵬鋒一度領先比分至16:12，多次飛身救球贏得掌聲。然而裴鵬鋒未能乘勝追擊，最終以比分16:21惜敗，以局數0:2止步於本次賽事。

8月26日，混合雙打六十四強賽事中，中國澳門組合梁鈺聰與吳穎嗣迎戰印度組合加德與卡普爾。首次亮相世錦賽的兩人展現驚人鬥志，兩人首局即憑藉精準吊球和強力扣殺控制節奏，以比分21:18拿下首局。第二局對手加強進攻，澳門組合一度落後，但仍憑藉默契配合連續追分，多次化解險情，最終僅以比分16:21被扳回一局。決勝局雙方展開巔峰對決，梁鈺聰與吳穎嗣在逆境中展現頑強韌性，屢次於落後時奮起直追，以精準落點得分，可惜最終以比分18:21惜敗，以總局數1:2無緣晉級。

賽後教練表示：「儘管兩場比賽未能獲勝，但梁鈺聰、吳穎嗣與裴鵬鋒的表現遠超預期。他們展現出頑強的韌性與無畏的精神，面對東道主強敵，裴鵬鋒毫無懼色，展現應有的技術。每分每秒都凝聚了近年訓練的汗水與努力，這兩場比賽向世界彰顯了中國澳門羽毛球運動員的實力與鬥志。」

裴鵬鋒在賽場上奮力拼搏



Seleção de Badminton de Macau Estreia-se no Campeonato Mundial

O “Campeonato Mundial de Badminton de 2025” realizou-se em Paris, França, de 25 a 31 de Agosto, e a selecção de badminton da Região Administrativa Especial de Macau (RAEM) participou, pela primeira vez, com três atletas: o jogador de singulares masculinos, Pui Pang Fong, e a dupla de pares mistos, Leong Lok Chong e Ng Weng Chi, marcando um novo capítulo na história do badminton de Macau e alcançando uma “quebra de zero” histórica.

No dia 25 de Agosto, o primeiro dia da competição, o evento contou com vários jogos de 32 avos da final de várias categorias. O jogador de singulares masculinos de Macau, Pui Pang Fong, confrontou o décimo cabeça de série, Christo Popov, da França. Na sua estreia no palco do campeonato mundial, Pui Pang Fong exibiu uma determinação inabalável, não se deixando intimidar pela pressão do público local. No início do primeiro set, travou uma intensa troca de ataques com o adversário, mantendo o marcador apertado a meio, mas acabou por perder o primeiro set por 15:21. No segundo set, Pui Pang Fong chegou a liderar com 16:12, recebendo aplausos por várias defesas espetaculares. Todavia, não conseguiu manter a vantagem e acabou por perder, com o resultado final de 16:21, sendo eliminado da competição com um total de 0:2.

No dia 26 de Agosto, na competição de 32 avos da final de duplas mistas, a dupla de Macau, Leong Lok Chong e Ng Weng Chi, enfrentou a dupla indiana, Ruthvika Shivani Gadde e Rohan Kapoor. Os dois, a estreiar-se no campeonato mundial, mostraram um espírito de luta impressionante, controlando o ritmo do jogo no primeiro set com uma combinação de lances suspensos precisos e poderosos remates, vencendo por 21:18. No segundo set, os adversários intensificaram o ataque e a dupla de Macau ficou em desvantagem durante algum tempo, mas, demonstrando uma boa sintonia, conseguiram recuperar vários pontos, salvando várias situações críticas, embora acabassem por perder o set por 16:21. No set decisivo, ambas as equipas entraram numa luta emocionante, com Leong Lok Chong e Ng Weng Chi mostrando uma resiliência notável, recuperando várias vezes de desvantagens e marcando pontos com precisão, mas, infelizmente, acabaram por ser derrotados por 18:21, ficando com um total de 1:2 e não conseguindo avançar para a fase seguinte.

Após os jogos, o treinador comentou: “Embora não tenhamos conseguido vencer em ambas as provas, o desempenho de Leong Lok Chong, Ng Weng Chi e Pui Pang Fong superou as nossas expectativas. Eles demonstraram uma grande resiliência e um espírito destemido. Pui Pang Fong não teve medo ao enfrentar adversários fortes em casa, mostrando as suas habilidades. Cada segundo destes jogos reflectiu o suor e o esforço dos últimos anos de treino, e essas duas provas evidenciam perante o mundo a força e determinação dos atletas de badminton de Macau, China.”

裴鵬鋒(右)、梁鈺聰(右二)和吳穎嗣(左二)在法國的比賽場地上合照



Macao Badminton Team Makes Debut at World Championships

The “2025 BWF World Championships” were held in Paris, France, from 25 to 31 August. As a debutant team, the Macao SAR badminton team sent three athletes — men’s singles player Pui Pang Fong and the mixed doubles pair Leong Lok Chong and Ng Weng Chi — ushering in a new chapter in Macao’s badminton scene and achieving a “historic breakthrough”.

On 25 August, the first day of the championships featured multiple Round of 64 matches across various events, with Macao’s men’s singles player Pui Pang Fong facing the host nation’s tenth-seeded player, Christo Popov of France. Making his debut at the World Championships, Pui Pang Fong showed fearless determination, facing the pressure from the home crowd without flinching. He started the first game with a fierce rally against his opponent. The score remained close in the middle, but Pui Pang Fong ultimately lost the game 15-21. During the second game, he once led the score 16-12, earning applause with several impressive diving saves. However, he was unable to maintain his momentum and lost the second game 16-21, falling 0-2 in the match.

On 26 August, in the Round of 64 mixed doubles match, the Macao duo of Leong Lok Chong and Ng Weng Chi faced the Indian pair of Ruthvika Shivani Gadde and Rohan Kapoor. Making their debut at the World Championships, they displayed remarkable determination. In the first game, they controlled the pace with precise drop shots and powerful smashes, winning the game 21-18. In the second game, their opponents increased the intensity of their attack, and the Macao duo fell behind for a while. However, they closed the gap with excellent teamwork, saving several critical situations, before losing 16-21. In the deciding game, both sides engaged in a thrilling showdown. Leong Lok Chong and Ng Weng Chi showed remarkable resilience in the face of adversity, repeatedly fighting back from behind and scoring with precise placements. Unfortunately, they were narrowly defeated 18-21, losing the match 1-2 and falling short of advancing.

After the match, the coach stated, “Although we didn’t win both matches, the performances of Leong Lok Chong, Ng Weng Chi, and Pui Pang Fong far exceeded expectations, demonstrating remarkable resilience and a fearless spirit. Facing the formidable home team, Pui Pang Fong showed no fear and displayed his full technical skills. Every second of these two matches embodied the sweat and effort of years of training, showcasing to the world the strength and determination of Macao’s badminton athletes.”

張子聰與教練黃焯華賽前合照



張子聰出戰東京田徑世錦賽

「2025世界田徑錦標賽」於9月13日至21日在日本東京舉行。澳門年輕跨欄健兒張子聰，繼承前輩容儉輝衣鉢，成為回歸後第二位出戰世錦賽跨欄項目的澳門運動員。

9月15日，張子聰在東京國立競技場男子400米欄初賽第一組亮相，排第九線道的張子聰跑出52秒76，順利完成田徑世錦賽首次賽事。

張子聰賽後表示：「作為離澳升學田徑學生，我一直朝著職業運動員方向努力，由北京轉至台灣國立體育大學競技系就讀後，我認為大學應作為職業運動員的過渡，方能進步。很高興為澳門在田徑場上出一分力，盼把400米欄項目的澳門紀錄與世界接軌。」

張子聰的啟蒙教練黃焯華，對於愛徒踏上田徑界的最高殿堂表示十分高興：「得知資格時，我非常高興。他年輕，心態與經驗更重要，盼他以後繼續提升自我、享受競賽氛圍，勇敢追夢。」

Cheong Chi Chong compete no Campeonato Mundial de Atletismo em Tóquio

O Campeonato Mundial de Atletismo de 2025 decorreu em Tóquio, Japão, de 13 a 21 de Setembro. O jovem velocista de Macau, Cheong Chi Chong, seguindo os passos do seu antecessor long Kim Fai, tornou-se o segundo atleta de Macau, desde o retorno de Macau à Pátria, a competir na modalidade de corrida com barreiras no Campeonato Mundial.

A 15 de Setembro, Cheong Chi Chong fez a sua estreia na primeira eliminatória dos 400 metros com barreiras masculinos no Estádio Nacional do Japão, em Tóquio. Correndo na pista 9, Cheong Chi Chong terminou com um tempo de 52,76 segundos, completando com sucesso a sua primeira prova no Campeonato Mundial de Atletismo.

Após a corrida, Cheong Chi Chong afirmou: “Como estudante-atleta que deixou Macau para prosseguir os estudos, sempre me esforcei para me tornar um atleta profissional. Depois de me transferir de Pequim para estudar na Faculdade de Atletismo da Universidade Nacional de Desporto de Taiwan, acredito que a universidade deve servir de trampolim para os atletas profissionais progredirem. Estou muito feliz por contribuir para a presença de Macau no campo do atletismo e espero conseguir aproximar o recorde de Macau nos 400 metros com barreiras ao padrão mundial.”

O primeiro treinador de Cheong Chi Chong, Wong Cheok Wa, expressou grande alegria ao ver o seu protegido subir ao palco mais alto do atletismo. Ele afirmou: “Fiquei muito feliz quando soube que ele se tinha qualificado. Ele é jovem, por isso a mentalidade e a experiência são ainda mais importantes. Espero que continue a melhorar, a desfrutar da atmosfera competitiva e a perseguir os seus sonhos com coragem.”



張子聰在賽場上奮力拼搏

Cheong Chi Chong Competes at the World Athletics Championships in Tokyo



張子聰跑出52秒76 完成賽事

The 2025 World Athletics Championships were held in Tokyo, Japan, from 13 to 21 September. Macao's young hurdler Cheong Chi Chong, following in the footsteps of his predecessor long Kim Fai, became the second athlete from Macao since Macao's reunification with China to compete in the hurdles at the World Championships.

On 15 September, Cheong Chi Chong made his first appearance in Heat 1 of the men's 400m hurdles at the Japan National Stadium in Tokyo. Running in lane 9, he finished with a time of 52.76 seconds, successfully completing his debut race at the World Athletics Championships.

After the race, Cheong Chi Chong said, “As a student athlete who left Macao to pursue further education, I have always been striving to become a professional athlete. After transferring from Beijing to study at the College of Athletics at National Taiwan Sport University, I believe that university should act as a steppingstone for professional athletes to make progress. I am very glad to contribute to Macao's presence on the athletics field and hope to bring Macao's 400m hurdles record closer to the world standard.”

Cheong Chi Chong's first coach, Wong Cheok Wa, expressed great joy at seeing his protégé step onto the highest stage of athletics. He said, “I was very happy when I learned he had qualified. He is young, so mindset and experience are even more important. I hope he continues to improve himself, enjoy the competitive atmosphere, and pursue his dreams with courage.”

澳隊世界武術錦標賽 奪一金三銀三銅

第十七屆世界武術錦標賽於8月31日至9月7日在巴西首都巴西利亞舉行，澳門隊表現卓越，共奪得一金三銀三銅佳績，位列總獎排榜第七位。

在賽事壓軸日上演的男子對練項目，由鄺子軒、錢嘉濠和李卓洋組成的三人對練組合，以出色表現擊敗實力強勁的印尼隊和馬來西亞隊在內的17支參賽隊伍，以9.620的高分成績為澳門隊在今次賽事中首奪金牌。

同時澳門武術隊在其他賽事亦交出了好成績。在女子棍術賽事，「大師姐」蘇楚雯以9.713的高分在24名強手中脫穎而出，僅以0.033分的微弱差距負於中國選手，收穫銀牌；男子槍術方面，年僅二十一歲的鄺子軒首次出征世錦賽即以9.743分力壓群雄，最終僅以0.013分的極微差距敗於馬來西亞選手，勇奪銀牌；至於男子劍術項目，第二次出征世錦賽的錢嘉濠，在36人參加的男子劍術項目中以9.736分力壓多位強手，最終不敵馬來西亞選手，屈居亞軍。

而在女子劍術項目，後起之秀王泳欣以9.740分勇奪季軍，中國與日本選手分別奪得該項冠軍和亞軍；澳門隊另外兩面銅牌來自於散打項目，分別是女子48公斤的梁雪楨和60公斤的朱文善，兩人分別不敵越南和中國選手，雙雙收穫一面銅牌。



鄺子軒、錢嘉濠和李卓洋三人表現出色



鄺子軒、錢嘉濠和李卓洋三人對練組合出戰男子對練項目

鄺子軒、錢嘉濠和李卓洋在男子對練項目為澳門隊首奪金牌

蘇楚雯在女子棍術摘銀



Seleção de Macau conquista uma medalha de ouro, três de prata e três de bronze no Campeonato Mundial de Wushu

O 17.º Campeonato Mundial de Wushu decorreu de 31 de Agosto a 7 de Setembro na capital do Brasil, Brasília. A seleção de Macau teve um desempenho notável, conquistando um total de uma medalha de ouro, três de prata e três de bronze, posicionando-se em sétimo lugar na tabela geral de medalhas.

No último dia da competição, na prova de prática de combate masculino, o trio composto por Kuong Chi Hin, Chin Ka Hou e Lei Cheok Leong teve um desempenho excelente, derrotando 17 equipas concorrentes, incluindo as poderosas equipas da Indonésia e da Malásia, alcançando a pontuação de 9,620 e garantindo assim a primeira medalha de ouro para Macau neste evento.

鄺子軒在男子槍術項目沉着應戰



王泳欣在女子劍術奪銅



Simultaneamente, a selecção de wushu de Macau obteve bons resultados noutras competições. Na prova de gunshu feminina, a atleta sénior Sou Cho Man destacou-se entre 24 fortes concorrentes com uma pontuação de 9,713, perdendo apenas por uma margem estreita de 0,033 pontos para a atleta chinesa, conquistando a medalha de prata. Na prova de lança masculina, Kuong Chi Hin, com apenas 21 anos e a competir pela primeira vez no Campeonato Mundial, alcançou 9,743 pontos, mas acabou por perder por uma diferença mínima de 0,013 pontos para a atleta da Malásia, conquistando a medalha de prata. Em relação à prova de espada masculina, Chin Ka Hou, que participou pela segunda vez no Campeonato Mundial, superando vários concorrentes com 9,736 pontos na modalidade de espada masculina, com 36 participantes, mas não conseguiu vencer o atleta da Malásia, terminando em segundo lugar.

Na prova de espada feminina, a jovem em ascensão Wong Weng lan conquistou o terceiro lugar com 9,740 pontos, enquanto as atletas da China e do Japão conquistaram o primeiro e o segundo lugares, respectivamente. As outras duas medalhas de bronze da selecção de Macau vieram da modalidade de sanda, com Liang Xuezhon na categoria de 48 kg feminina e Chu Man Sin na categoria de 60 kg feminina, ambas derrotadas por concorrentes do Vietname e da China, respectivamente, mas cada uma levando uma medalha de bronze para casa.



錢嘉濠在男子劍術項目摘銀

Macao Team Wins One Gold Three Silver and Three Bronze at World Wushu Championships

The 17th World Wushu Championships (WWC) were held in Brasilia, the capital of Brazil, from 31 August to 7 September. The Macao team delivered an outstanding performance, claiming a total of one gold, three silver and three bronze medals, ranking seventh in the overall medal standings.

On the final day of competition, the men's duel event saw the trio of Kuong Chi Hin, Chin Ka Hou and Lei Cheok leong put on a brilliant display to defeat a field of 17 teams, which include the powerful opponents from Indonesian and Malaysian, and scored an impressive 9.620 to secure the first gold medal for Macao in this year's tournament.

The Macao wushu team also produced strong results in other events. In the women's gunshu event, senior member Sou Cho Man stood out from a field of 24 competitors with a score of 9.713, narrowly missing out on gold by just 0.033 points to a Chinese athlete, and claimed the silver medal. In men's qiangshu, 21-year-old Kuong Chi Hin made a solid WWC debut, scoring 9.743 to outshine the field, and lost the gold by a mere 0.013 points to a



梁雪楨(左)強勢進攻

澳門代表隊成員合照



Malaysian competitor to take silver. In the men's jianshu event, Chin Ka Hou, competing in his second WWC, scored 9.736 against a field of 36 strong contenders, ultimately finishing runner-up to a Malaysian athlete and securing another silver.

For the women's jianshu event, rising star Wong Weng Ian scored 9.740 to win bronze, with the gold and silver going to athletes from China and Japan respectively. The other two bronze medals for Macao came from the sanda events, with Liang Xuezhen in the women's 48 kg category and Chu Man Sin in the 60 kg category both finishing third after losing to opponents from Vietnam and China respectively.



朱文善(左)奮力防守

2025粵港澳青少年足球交流活動澳隊A組奪冠



B組香港隊(紅色衫)擊敗廣東隊

B組廣東隊(白色衫)帶球搶攻

A組澳門隊(棕色衫)對香港隊

由澳門特別行政區政府體育局和澳門足球總會主辦，廣東省體育局和香港特別行政區政府康樂及文化事務署協辦的「2025粵港澳青少年足球交流活動」，於9月20至21日在奧林匹克體育中心 - 戶外天地小型足球場舉行。

是次活動吸引了來自粵港澳三地的六支青少年足球隊參與，賽事採用單循環賽制，分為男子A組(2012年至2013年出生)及B組(2014年至2015年出生)兩個組別進行角逐。東道主澳門派出青少年足球集訓隊參與A、B組賽事，與來自廣東及香港的隊伍同場競技。

東道主澳門隊在A組首日賽事迎戰香港隊，雙方激戰至半場結束，戰成1:1平手，而隨後因雷暴關係，比賽進入點球大戰決勝負。澳門隊憑藉穩健發揮，以4:3險勝香港，成功取得開門紅。次日，澳門隊在A組延續強勢，以2:0擊敗廣東隊，連續兩場取勝。反觀在年齡較小的B組賽事，澳門隊首戰以1:5不敵廣東隊，次場對陣香港隊，再以0:5落敗。

經過兩日連場激戰，各組賽果塵埃落定。澳門隊以優異表現摘得A組桂冠，香港隊緊隨其後獲得亞軍，廣東隊位列季軍。而在B組賽事中，香港隊勇奪冠軍，廣東隊獲得亞軍，澳門隊則奪得季軍。賽後舉行了頒獎儀式。

B組澳門球員(綠色衫)帶球進攻



嘉賓與A組冠軍澳門隊合照



嘉賓與B組季軍澳門隊合照

Seleção de Macau vence campeonato do Grupo A nas actividades de intercâmbio de futebol juvenil Guangdong-Hong Kong-Macau 2025

As Actividades de Intercâmbio de Futebol Juvenil Guangdong-Hong Kong-Macau 2025, co-organizadas pelo Instituto do Desporto do Governo da Região Administrativa Especial de Macau e pela Associação de Futebol de Macau, em colaboração com o Instituto do Desporto da Província de Guangdong e o Departamento de Serviços de Lazer e Culturais do Governo da Região Administrativa Especial de Hong Kong, foram realizadas de 20 a 21 de Setembro no Campo de Futebol em Miniatura do Quintal Desportivo do Centro Desportivo Olímpico de Macau.

O evento atraiu seis equipas de futebol juvenil de Guangdong, Hong Kong e Macau. O torneio adoptou um formato de todos contra todos, com as equipas divididas no Grupo A Masculino (nascidos em 2012-2013) e no Grupo B Masculino (nascidos em 2014-2015). A anfitriã, Macau, escolheu as suas equipas em estágio de futebol juvenil para competir em ambos os grupos, juntamente com equipas de Guangdong e Hong Kong.

No primeiro dia de jogos do Grupo A, Macau, a equipa anfitriã, defrontou Hong Kong. As duas equipas defrontaram-se afincadamente, terminando a primeira parte empatadas a uma bola. Devido a uma tempestade repentina, a partida foi decidida nos penáltis e Macau, com uma exibição sólida, conquistou uma vitória apertada por 4-3, garantindo um início de torneio bem-sucedido. No dia seguinte, a equipa de Macau continuou a sua boa fase no Grupo A, derrotando Guangdong por 2-0 e garantindo vitórias consecutivas. Em contraste, na categoria mais jovens do Grupo B, Macau sofreu uma derrota por 1-5 com Guangdong, na sua partida de estreia, e uma derrota por 0-5 com Hong Kong.

Após dois dias consecutivos de jogos intensos, ficaram confirmados os resultados finais de cada grupo. A equipa de Macau conquistou o título do Grupo A com um desempenho excepcional, Hong Kong ficou em segundo lugar e Guangdong em terceiro. No Grupo B, Hong Kong conquistou o título, Guangdong ficou em segundo lugar e Macau em terceiro. Terminados os jogos, foi realizada uma cerimónia de entrega de prémios.



A組澳門隊(綠色衫)對廣東隊

Macao Team Wins Group A Championship at the 2025 Guangdong-Hong Kong-Macao Youth Football Exchange Activities

The 2025 Guangdong-Hong Kong-Macao Youth Football Exchange Activities, organised by the Sports Bureau of the Macao Special Administrative Region Government and the Macau Football Association, and co-organised by the Sports Bureau of Guangdong Province and the Leisure and Cultural Services Department of the Hong Kong Special Administrative Region Government, was held from 20 to 21 September at the Miniature Football Fields in the Multipurpose Zone of the Macao Olympic Sports Centre.

The event attracted six youth football teams from Guangdong, Hong Kong, and Macao. The tournament adopted a single round-robin format, with teams divided into Boys' Group A (born 2012-2013) and Boys' Group B (born 2014-2015). The host, Macao, sent its youth football training teams to compete in both groups, alongside teams from Guangdong and Hong Kong.

On the first day of Group A matches, Macao, the host team, faced Hong Kong. The two sides battled fiercely, ending the first half tied at 1-1. Due to a subsequent thunderstorm, the match was decided by a penalty shootout, with Macao securing a narrow 4-3 victory through a solid performance, earning a successful start to the tournament. The following day, they continued their strong form in Group A, defeating Guangdong 2-0 to secure back-to-back wins. In contrast, in the younger B Group competition, Macao suffered a 1-5 loss to Guangdong and a 0-5 defeat against Hong Kong.

After two days of consecutive intense matches, the results for each group were finalised. The Macao team claimed the Group A championship with an outstanding performance, with Hong Kong placing second and Guangdong third. In B Group, Hong Kong captured the championship, with Guangdong second and Macao third. An award ceremony was held after the matches.



A組澳門隊以4:3戰勝香港

澳羽公開賽 法漢陳雨菲單打奪冠

「2025金沙中國澳門羽毛球公開賽·匯豐世界羽聯·世界巡迴賽·超級300賽」於7月29日至8月3日假澳門東亞運動會體育館舉行，今屆賽事創下歷屆參賽人數新高，吸引世界各地29個國家地區共442名選手報名參與，澳門隊亦派出6位球手出戰全部五項賽事。一連六日激戰，最終印尼球手阿爾維·法漢及中國隊選手陳雨菲均以直落兩局稱王封后。

男單決賽由印尼的選手法漢對陣馬來西亞的賀首維，首局，雙方勢均力敵，比分多次戰平，隨後法漢不斷將比分拉開，領先至19:14，並以21:15拿下首局。次局法漢繼續火力全開，早段即大比分領先13:1，雖然賀首維之後嘗試追回分差，無奈比數差距過大，法漢終成功以21:5獲勝，收穫首個超級300賽桂冠。

女單決賽由中國選手陳雨菲對陣丹麥球手萊恩。開局初段，雙方互有攻守，直至中段，萊恩不時出現失誤出界，陳雨菲把握機會以21:17先勝一局。次局陳雨菲乘勝追擊，縱使比分多次被迫平，最終仍以21:17鎖定勝局奪冠。陳雨菲賽後受訪表示：「賽前目標是衝擊冠軍，今次調整狀態後，找回以往比賽感覺，執行戰術時更自信和堅決。」

雙打方面，在女雙決賽中，世界排名第十二的中國臺北組合謝沛珊/洪恩慈以局數2:0擊敗日本組合大澤佳步/田部真唯，勇奪女雙冠軍。男雙方面，馬來西亞代表阿裏夫/葉睿慶則同樣以2:0險勝印尼組合咖塔曼/伊斯法哈尼，摘下桂冠。混雙項目則由丹麥組合馬蒂亞斯/博爾以2:0擊敗馬來西亞組合黃顯維/賴沛君，成功稱霸。

至於澳門隊方面，在男單三十二強賽，澳門選手裴鵬鋒與香港好手李卓耀展開激戰，裴鵬鋒多次追平比分，惟最終仍以18:21和19:21不敵對手，首輪止步。與此同時，首次參賽的陳巧惠則迎戰中國臺北的許玟琪，惜以13:21和16:21落敗，無緣晉級。

法漢在決賽打出壓倒性優勢

男子單打得獎選手與頒獎嘉賓合照



法漢首獲超級300賽桂冠

澳門女雙代表吳穎嗣(左)與裴梓樺首戰失利



澳門女單代表陳巧惠在大賽中積累經驗



裴鵬鋒利用網前小球進攻



丹麥組合馬蒂亞斯(左)與博爾於混雙項目贏得冠軍



Farhan e Chen Yufei conquistam títulos de singulares no Campeonato Aberto de Badminton de Macau

O “Sands China Campeonato Aberto de Badminton de Macau 2025 - Campeonato Super 300 do Circuito Mundial HSBC de BWF” decorreu de 29 de Julho a 3 de Agosto na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau. Esta edição do campeonato bateu o recorde do número de participantes, com 442 atletas de 29 países e regiões. A selecção de Macau também esteve presente com 6 jogadores em todas as cinco provas. Após seis dias de competições intensas, o jogador indonésio Farhan e a jogadora chinesa Chen Yufei sagraram-se campeões ao vencerem as suas finais em dois *sets* consecutivos.

Na final masculina, o jogador indonésio Alwi Farhan enfrentou o malaio Justin Hoh. No primeiro *set*, ambos os jogadores estavam bem equilibrados, com o marcador a ficar empatado várias vezes. No entanto, Farhan conseguiu distanciar-se, liderando por 19:14 e fechando o *set* em 21:15. No segundo *set*, Farhan manteve a pressão, abrindo uma vantagem significativa de 13:1. Apesar das tentativas de Justin Hoh para recuperar, a diferença era demasiado grande e Farhan venceu finalmente por 21:5, conquistando assim o seu primeiro título no Super 300.

Na final singular feminina, a jogadora chinesa Chen Yufei enfrentou a jogadora dinamarquesa Line Christophersen. Nos primeiros momentos, ambas as jogadoras trocaram ataques e defesas, mas até ao meio da partida, Line cometeu vários erros, permitindo que Chen Yufei aproveitasse a oportunidade para vencer o primeiro *set* por 21:17. No segundo *set*, Chen Yufei continuou a pressionar, e mesmo com o marcador a ficar empatado várias vezes, conseguiu garantir a vitória final com 21:17. Após o jogo, Chen Yufei comentou: “O objectivo antes do campeonato era conquistar o título. Após ajustar o meu estado, recuperei a sensação de competições anteriores, tornando-me mais confiante e decidida na execução da estratégia.”

No que diz respeito às provas de pares, na final de pares femininos, a dupla de Taipei, China, Hsieh Pei Shan e Hung En-Tzu, classificada em 12.º lugar no *ranking* mundial, derrotou a dupla japonesa Kaho Osawa e Mai Tanabe por 2:0, conquistando o título de campeãs. Na prova de pares masculinos, a dupla malaia Arif e Roy King Yap também venceu a dupla indonésia Gutama e Isfahani por 2:0, conquistando o seu troféu. Na modalidade de pares mistos, o par dinamarquês Mathias e Bøje derrotou o par malaio Jimmy Wong e Lai Pei Jing por 2:0, vencendo o título de campeões.

Quanto à selecção de Macau, na prova de singulares masculinos dos dezasseis avos de final, o atleta de Macau Pui Pang Fong enfrentou o jogador de Hong Kong, Lee Cheuk Yiu, numa batalha intensa, conseguindo várias vezes igualar o marcador, mas acabou por perder por 18:21 e 19:21, sendo eliminado na primeira ronda. Ao mesmo tempo, a jogadora Chan Hao Wai, que participou pela primeira vez, competiu contra Hsu Wen Chi, de Taipei, China, mas perdeu por 13:21 e 16:21, não conseguindo avançar.

馬來西亞代表葉睿慶(左)與阿裏夫出戰男雙決賽



女子單打得獎選手與頒獎嘉賓合照



Farhan and Chen Yufei Win Singles Titles at Macau Open Badminton

The Sands China Ltd. Macau Open Badminton 2025, part of The HSBC BWF World Tour Super 300, was held from 29 July to 3 August at the Macau East Asian Games Dome. This year's event set a new record for participation, attracting 442 players from 29 countries and regions around the world. The Macao team also sent 6 players to compete in all five events. After six days of intense competition, Indonesian player Alwi Farhan and China's Chen Yufei both claimed the titles with straight-set victories.

The men's singles final featured Indonesia's Alwi Farhan against Malaysia's Justin Hoh. In the first game, both players were evenly matched, with the score tied several times. However, Alwi Farhan gradually pulled ahead, leading 19-14, and eventually won the first game 21-15. In the second game, Farhan continued his strong performance, taking an early commanding lead of 13-1. Although Justin Hoh tried to close the gap later on, the difference in score was too large. Farhan ultimately won 21-5, claiming his first Super 300 title.

The women's singles final featured China's Chen Yufei against Denmark's Line Christophersen. In the early stages, both players had their moments of attack and defense. However, as the game progressed, Line made several errors and sent the shuttle out of bounds, allowing Chen Yufei to capitalize on the opportunity and win the first game 21-17. In the second game, Chen Yufei kept the momentum going. Although the score was tied several times, she eventually won 21-17, securing the victory and the title. After the match, Chen Yufei stated in the interview, "My goal before the tournament was to challenge for the title. After adjusting my form, I regained the feeling from previous competitions, and became more confident and decisive in executing my tactics."



女雙冠軍組合謝沛珊(右)/洪恩慈

澳門男雙組合梁鈺聰(左)/黃覺永



In the women's doubles final, the Chinese Taipei duo ranked 12th in the world, Hsieh Pei Shan and Hung En-Tzu, defeated the Japanese duo Kaho Osawa and Mai Tanabe 2-0 in games, securing the championship. In the men's doubles, Malaysia's Arif and Roy King Yap also won 2-0, narrowly defeating the Indonesian pair Gutama and Isfahani to claim the title. The Danish duo Mathias and Bøje reigned supreme in the mixed doubles, clinching the crown with a 2-0 victory over Malaysia's Jimmy Wong and Lai Pei Jing.

As for the Macao team, in the men's singles Round of 32, Macao's Pui Pang Fong faced off in a fierce battle against Hong Kong's top player, Lee Cheuk Yiu. Pui Pang Fong managed to level the score several times, but ultimately lost 18-21 and 19-21 to his opponent, falling at the first round. Meanwhile, in her debut appearance, Chan Hao Wai faced Hsu Wen Chi from Chinese Taipei but was unfortunately defeated 13-21 and 16-21, failing to advance.

陳雨菲全程保持良好發揮



Chris Vincent發揮穩健



徐德煌一度領先

Chris Vincent 反勝徐德煌勇奪冠軍

2025年全澳美式10號球公開賽於7月22日舉行壓軸決賽。賽事採用21局11勝制，由菲律賓好手Chris Vincent與本地球手徐德煌展開激烈角逐。

比賽開始後，徐德煌狀態出色，憑藉穩健的攻防表現連續拿下四局，取得4:0的領先優勢。菲律賓選手Chris Vincent於第五局起調整戰術，展現頑強鬥志，連追數局，一度追至5:3。之後雙方緊咬比分，雙方戰至10:10平手，關鍵時刻，Chris Vincent重新掌握比賽節奏，在最後一局中發揮穩定，接連將球打入袋中，最終以11:10的總比分戰勝對手，成功奪得本屆賽事冠軍。徐德煌獲得亞軍，本澳球手毛齊亮戰勝菲律賓球手貝拿特得季軍。

Chris Vincent vence Xu Dehuang e conquista o Título

A final do Torneio Aberto de Bola n.º 10 do Bilhar Americano de Macau 2025 decorreu a 22 de Julho. O torneio adoptou o regime de 11 vitórias em 21 jogos. Encontrou-se o jogador filipino Chris Vincent a competir com o jogador local Xu Dehuang.

A partida começou e Xu Dehuang estava em vantagem, conseguindo uma sequência impressionante de quatro vitórias consecutivas com um desempenho sólido no ataque e na defesa, estabelecendo uma vantagem de 4:0. A partir do quinto jogo, o jogador filipino Chris Vincent ajustou a sua estratégia e demonstrou uma determinação inabalável, aproximando-se no marcador até chegar a 5:3. A partir daí, a disputa manteve-se acirrada, com ambos os jogadores empatados a 10:10. No momento decisivo, Chris Vincent conseguiu recuperar o ritmo do jogo e, na última ronda, mostrou grande estabilidade, acertando várias bolas, acabando por vencer com um resultado final de 11:10, conquistando o título do torneio. Xu Dehuang ficou em segundo lugar, enquanto o jogador local Mou Chai Leong garantiu o terceiro lugar ao vencer o filipino Bernard Evasco Nucos.

Chris Vincent Comes From Behind to Defeat Xu Dehuang and Claim the Title

The 2025 Macau 10 Ball Open held its thrilling final on July 22. The event followed a 21-game, 11-win format, with Philippine top player Chris Vincent facing off in a fierce battle against local player Xu Dehuang.

After the match began, Xu Dehuang displayed excellent form, winning four consecutive games with solid offense and defense, taking a 4-0 lead. Chris Vincent adjusted his strategy starting from the fifth game, showing strong determination and winning several consecutive games, narrowing the gap to 5-3. The two players continued to trade points, and the score was tied at 10-10. In the crucial moment, Chris Vincent regained control of the match's rhythm. In the final game, he played steadily, sinking consecutive shots into the pocket and ultimately won with a total score of 11-10, defeating his opponent to claim the championship. Xu Dehuang secured the runner-up position. Macao player Mou Chai Leong defeated Philippine player Bernard Evasco Nucos to claim third place.



全澳美式10號球公開賽圓滿結束

嘉賓與獲獎球手賽後合影



澳門青少年壁球公開賽 澳獲一金二銀四銅佳績

由澳門壁球總會主辦、亞洲壁球聯合會授權的「2025澳門青少年壁球公開賽」，於8月28日至31日在路氹保齡球中心壁球場及澳門大學綜合體育館舉行。賽事作為亞洲青少年巡迴賽「銀級賽事」，吸引來自中國、日本、美國、中國香港、馬來西亞、泰國、新加坡、荷蘭、加拿大及中國澳門共263位頂尖青少年選手參與，四日內進行逾370場比賽，規模盛大。決賽日於8月31日展開十個分齡組別冠軍戰，澳門隊表現出色，奪得一金二銀四銅佳績。

賽事焦點落在男子青少年17歲以下組別決賽，頭號種子、澳門運動員李嘉熙對陣來自中國香港的二號種子楊淙捷，雙方激戰五局。頭四局戰至2:2，決勝局中，楊淙捷因追球時跌倒手肘受傷，賽事短暫中斷，經醫護檢查後繼續比賽，李嘉熙保持穩定發揮，以11:3鎖定勝局，以局數3:2首奪該組別冠軍。



曹子晴(右)力戰對手



沈樂諾表現穩定



黃梓澄奮力迎戰

在男子青少年19歲以下組別決賽，澳門選手禰韋德迎戰來自中國香港的頭號種子黃朗軒，以局數0:3不敵對手，獲得亞軍，澳門選手梁敬然奪得季軍。

在女子青少年13歲以下組別決賽，澳門運動員黃梓澄對陣中國香港球手羅韻晞，以局數0:3落敗，惜獲銀牌。

澳門選手馮晟皓、曹子晴及沈樂諾分別在男子13歲以下組別、女子15歲以下組別及女子19歲以下組別均躋身四強，最終勇奪季軍佳績。



禰韋德(右二)與梁敬然(右三)在男子青少年19歲以下組別分奪亞季

馮晟皓在男子13歲以下組別奪季



澳門青少年壁球公開賽 MACAU JUNIOR SQUASH OPEN 李嘉熙(左)多次飛身救球



Macau Brilha no Campeonato Aberto Júnior de Squash de Macau com 1 Medalha de Ouro 2 de Prata e 4 de Bronze

Organizado pela Associação de Squash de Macau e autorizado pela Federação Asiática de Squash, o “Campeonato Aberto Júnior de Squash de Macau 2025” decorreu de 28 a 31 de Agosto nas salas de squash do Centro de Bowling do Cotai e no Complexo Desportivo da Universidade de Macau. Sendo o evento de “nível prata” que faz parte do Torneio de Circuito Asiático Juvenil, o evento atraiu 263 dos melhores júniores jogadores de países como China, Japão, Estados Unidos, Hong Kong (China), Malásia, Tailândia, Singapura, Holanda, Canadá e Macau (China), tendo sido realizadas mais de 370 partidas ao longo de quatro dias, demonstrando a magnitude do evento. O dia da final, a 31 de Agosto, viu a disputa de campeonatos em dez categorias etárias, onde a selecção de Macau teve um desempenho notável, conquistando uma medalha de ouro, duas de prata e quatro de bronze.

O destaque da competição foi a final da categoria masculina sub-17, onde o cabeça de série número um, o atleta de Macau, Lei Ka Hei, enfrentou o cabeça de série número dois, Yeung Tsung Chit, de Hong Kong. A partida foi disputada em cinco sets extenuantes. Após os quatro primeiros sets, o resultado estava empatado em 2:2. No set decisivo, Yeung Tsung Chit sofreu uma queda e lesionou o cotovelo enquanto corria atrás da bola, levando a uma breve interrupção do jogo. Após exame médico, ele retornou à competição, mas Lei Ka Hei manteve um desempenho estável, garantindo a vitória por 11:3 e conquistando o título da categoria com um total de 3:2.

Na final da categoria masculina sub-19, o atleta de Macau, Huen Wai Tak, enfrentou o cabeça de série número um, Wong Long Hin, de Hong Kong, perdeu por 0:3, ficando com a medalha de prata. O atleta de Macau, Leong Keng In, conquistou o terceiro lugar.

Na final da categoria feminina sub-13, a atleta de Macau, Wong Chi Cheng, enfrentou a jogadora de Hong Kong, China, Luo Wan Hei, mas perdeu por 0:3, levando para casa a medalha de prata.

Os atletas de Macau, Fong Seng Hou, Cao Chi Cheng e Sum Lok Nok, atingiram as semifinais nas categorias masculina sub-13, feminina sub-15 e feminina sub-19, respectivamente, e conseguiram conquistar o terceiro lugar em cada uma destas categorias.

Macao Shines at Macau Junior Squash Open with 1 Gold 2 Silver and 4 Bronze Medals

Organized by the Macao Squash Association and sanctioned by the Asian Squash Federation, the “2025 Macau Junior Squash Open” was held from 28 to 31 August at the Bowling Centre squash courts in Cotai and the UM Sports Complex. As a Silver Event of the Asian Junior Super Series (AJSS), the tournament attracted 263 top junior players from China, Japan, the United States, Hong Kong (China), Malaysia, Thailand, Singapore, the Netherlands, Canada, and Macao (China). Over the course of four days, more than 370 matches were played, demonstrating the sheer scale of the event. On the final day, 31 August, the championship matches in ten age-group categories were contested. The Macao team delivered an outstanding performance, winning one gold, two silver, and four bronze medals.

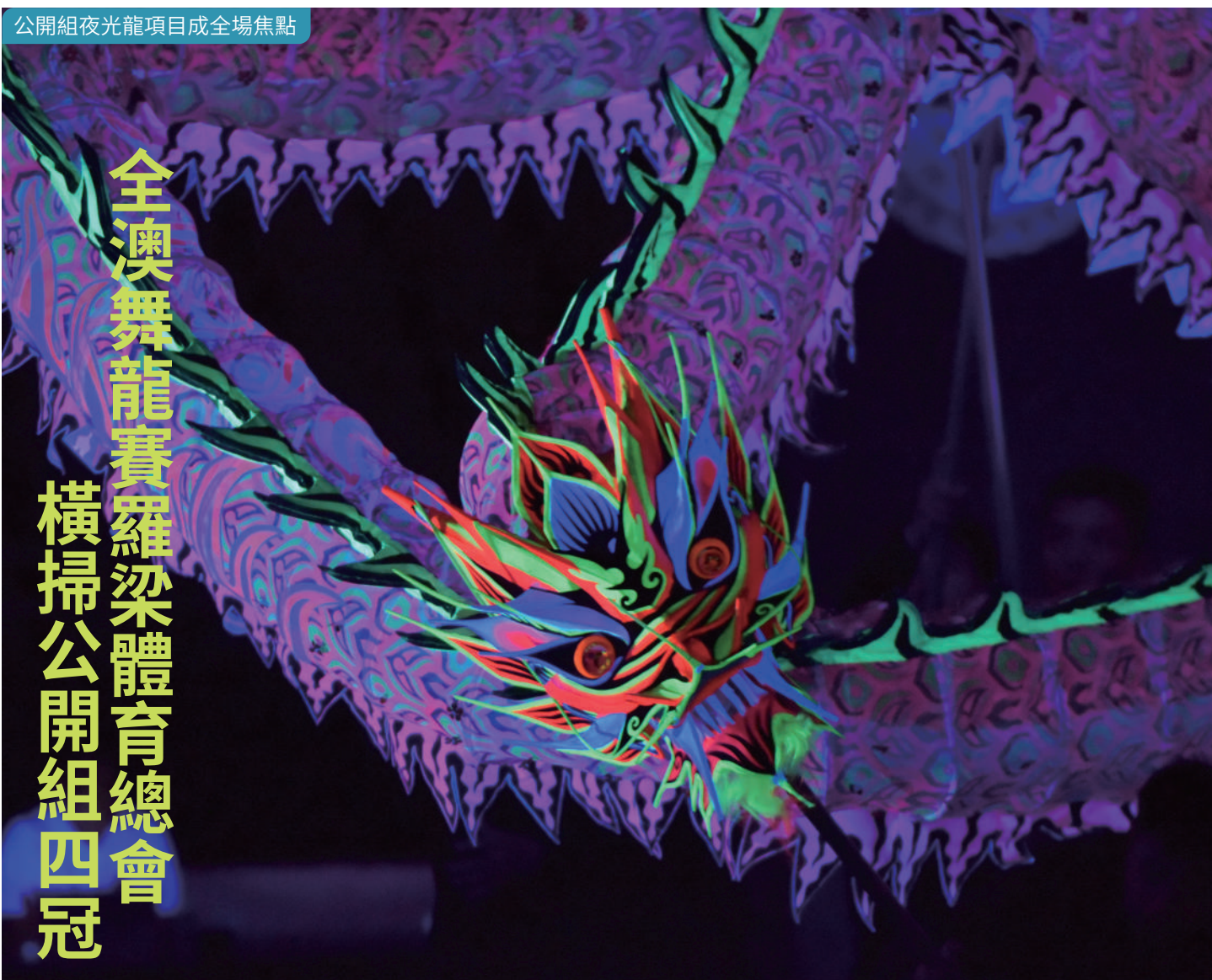
The spotlight of the tournament fell on the Boys’ Under-17 final, where Macao’s top seed, Lei Ka Hei, faced Hong Kong, China’s second seed, Yeung Tsung Chit. The two players battled through five grueling games, splitting the first four to level the score at 2-2. In the deciding game, Yeung Tsung Chit fell and injured his elbow while chasing a shot, causing a brief interruption. After receiving medical attention, he was able to continue the match. Lei Ka Hei maintained a steady performance, sealing the 11-3 win in the final game to claim the 3-2 victory, earning his first championship in the category.

In the Boys’ Under-19 final, Macao’s Huen Wai Tak faced the top seed from Hong Kong, Wong Long Hin, but lost 0-3, taking the runner-up position. Macao’s Leong Keng In secured the bronze medal.

In the Girls’ Under-13 final, Macao’s Wong Chi Cheng faced Hong Kong, China’s Luo Wan Hei, but lost 0-3, taking the silver medal.

Macao’s Fong Seng Hou, Cao Chi Cheng, and Sum Lok Nok reached the semifinals in the Boys’ Under-13, Girls’ Under-15, and Girls’ Under-19 categories, respectively, and each secured a bronze medal.

公開組夜光龍項目成全場焦點



全澳舞龍賽羅梁體育總會 橫掃公開組四冠

澳門武術總會主辦的「第十一屆全澳舞龍（九節龍）公開賽」於8月23日至24日假澳門綜藝館舉行，一連兩日賽事競爭激烈。公開組及青少年組多支隊伍接連登場，最終澳門羅梁體育總會表現最為突出，橫掃公開組四個項目冠軍，成為全場焦點；而麥旨樑龍獅體育會則於青少年組表現亮眼，勇奪雙金。

公開組方面，澳門羅梁體育總會表現突出。在障礙舞龍項目中，該隊次場出戰即氣勢如虹，隊員把握時間完成多項高難度動作，最終以1分33秒53的佳績奪冠，澳門維揚體育會以1分41秒87居亞。

緊接舉行的公開組競速舞龍項目，四支隊伍同場比拼。羅梁體育總會延續強勢，以57秒97再度摘金，維揚體育會和澳門工人武術健身會分別奪得亞季軍。

至於備受矚目的公開組自選舞龍項目，羅梁體育總會再次技壓群雄，以總成績8.95分勇奪第一，工人武術健身會獲亞軍，維揚體育會取得季軍。

壓軸的公開組夜光龍項目，羅梁體育總會以主題「龍騰四海嘯山林」的精湛演出，憑零失誤表現獲9.22最高分，再奪一冠，為公開組賽事畫上完美句號。

青少年組賽事同樣精彩，麥旨樑龍獅體育會分別在集體夜光龍項目和自選舞龍比賽中奪冠，在自選舞龍比賽中，更以零失誤的驚艷演出，以9.1分奪取桂冠。

Associação Geral Desportiva de Macau Lo Leong domina com quatro títulos na categoria aberta do Torneio Aberto de Dança do Dragão

O “11.º Torneio Aberto de Dança do Dragão (9 Secções)”, organizado pela Associação Geral de Wushu de Macau, decorreu de 23 a 24 de Agosto no Fórum de Macau, com intensas competições ao longo de dois dias consecutivos. Diversas equipas participaram nas categorias aberta e juvenil, destacando-se a Associação Geral Desportiva de Macau Lo Leong, que conquistou todos os quatro campeonatos da categoria aberta, tornando-se o centro das atenções do evento. A Associação Desportiva de Dança do Dragão e Leão «Mak Chi Leong» também teve um desempenho notável na categoria juvenil, arrecadando duas medalhas de ouro.

Na categoria aberta, a Associação Geral Desportiva de Macau Lo Leong destacou-se. Na prova da modalidade dança do dragão com obstáculos foi a segunda equipa fazer a sua apresentação tendo executado uma exibição dominante e cheia de estilo. Os membros da equipa aproveitaram a oportunidade para completar várias manobras de alta dificuldade e, por fim, conquistaram o primeiro lugar com um excelente tempo de 1m33s53, enquanto o Clube Desportivo Wai leong ficou em segundo com 1m41s87.

A seguir, a modalidade de dança do dragão de velocidade na categoria aberta, contou com quatro equipas a competir em simultâneo. A Associação Geral Desportiva de Macau Lo Leong manteve a sua força, conquistando novamente a medalha de ouro com o tempo de 57s97, enquanto o Clube Desportivo Wai leong e a Associação de Artes Marciais e Educação Física dos Operários de Macau conquistaram o segundo e o terceiro lugares, respectivamente.

Na muito aguardada prova de dança do dragão de rotina opcional da categoria aberta, a Associação Geral Desportiva de Macau Lo Leong mais uma vez superou todas as outras equipas, alcançando a pontuação total de 8,95, garantindo o primeiro lugar. A Associação de Artes Marciais e Educação Física dos Operários ficou em segundo lugar e o Clube Desportivo Wai leong em terceiro lugar.



澳門羅梁體育總會隊員們展現斗志



澳門羅梁體育總會保持一貫實力

Associação Desportiva de Dança do Dragão e Leão «Mak Chi Leong» a vencer nas provas de dança do dragão luminoso colectiva e na dança do dragão de rotina opcional. Na competição de dança do dragão de rotina opcional, a equipa destacou-se ainda mais com uma apresentação impecável, alcançando 9,1 pontos e conquistando o campeonato.

Por fim, no evento de dança do dragão luminoso na categoria aberta, a Associação Geral Desportiva de Macau Lo Leong apresentou uma *performance* magistral com o tema “O Dragão que Voa pelos Mares e Montanhas” e sem cometer qualquer tipo de erros, obtendo a pontuação máxima de 9,22, conquistando assim mais um campeonato e encerrando a competição da categoria aberta de forma perfeita.

As competições na categoria juvenil também foram emocionantes, com a



麥旨樑龍獅體育會在青少年組別自選舞龍項目勇奪金牌



澳門工人武術健身會在自選舞龍項目表現亮眼



澳門維揚體育會在比賽中全力奮戰

Macau Lo Leong Sport General Association Sweeps Four Titles in the Open Category of the Macao Dragon Dance Open Tournament

Organized by the Wushu General Association of Macau, the 11th Macao Dragon Dance Open Tournament (Nine-Section Dragon) was held on 23 and 24 August at the Macao Forum, featuring two days of intense competition. In both the Open and Youth categories, numerous teams took the stage one after another. In the end, the Macau Lo Leong Sport General Association put on the most outstanding performance, sweeping all four championships in the Open category and emerging as the highlight of the tournament. Meanwhile, the Mak Chi Leong Dragon & Lion Dance Sports Association delivered an impressive display in the Youth category, claiming two gold medals.

In the Open category, the Macau Lo Leong Sport General Association stood out with its remarkable performance. In the Obstacle event, as the second team to appear, they delivered a dominant and stylish display. The team seized the opportunity to complete multiple high-difficulty moves and ultimately claimed the championship with an excellent time of 1:33.53, while Wai leong Sports Club took second place with 1:41.87.

公開組冠軍隊伍羅梁體育總會與嘉賓合影



青少年組冠軍隊伍麥智樑龍獅體育會與嘉賓合影

The following Open category speed event saw four teams competing head-to-head. Maintaining their strong momentum, the Macau Lo Leong Sport General Association claimed gold again with a time of 57.97 seconds, while Wai leong Sports Club and the Macao Workers' Association of Martial Arts and Physical Education took silver and bronze, respectively.

In the highly anticipated Open category freestyle event, the Macau Lo Leong Sport General Association once again dominated the competition, claiming first place with a total score of 8.95. The Macao Workers' Association of Martial Arts and Physical Education took second place, while Wai leong Sports Club secured third.

In the Open category's finale, the night-glow dragon event, the Macau Lo Leong Sport General Association presented a masterful performance themed "The Dragon Soars Across the Seas, Roaring Through the Mountains." With a flawless routine, they achieved the highest score of 9.22 and claimed another championship, bringing the Open category competition to a perfect close.

The Youth category competition was equally exciting, with the Mak Chi Leong Dragon & Lion Dance Sports Association claiming victories in both the team night-glow dragon event and the freestyle event. In the freestyle competition, they delivered a stunning performance with no errors, securing the championship with a score of 9.1.

排球銀牌賽 紅藍隊豪取雙冠



慈青譚哲明出手抵擋紅藍2戴坤鉞的扣殺

第55屆排球銀牌賽甲組決賽在7月12日晚上於澳門大學體育館主場館舉行，紅藍2和紅藍分別在男女子甲組決賽中，同樣以總局數3:1擊敗慈青與凌鋒A，雙雙奪冠。

男子甲組決賽由衛冕冠軍紅藍2迎戰實力不俗的慈青。一開賽，紅藍2便以雷霆萬鈞之勢展開攻擊，首局憑藉凌厲的扣殺，以25:15輕鬆拔得頭籌。第二局，慈青不甘示弱，譚哲明和周柏俊在前三排連續強攻下，試圖扭轉落後的局面，一度將比分追近。然而，紅藍2的核心球員戴坤鉞在關鍵時刻憑藉連續的強勢扣殺與發球直接得分，帶領球隊掀起反攻。隨着甘力宏把末段的攻勢接連轉化為得分，紅藍2最終以25:20再下一城，總局數2:0領先。

進入第三局，慈青背水一戰，隊員們狀態亦全面回升，在關家杰的帶領下，球隊的防守變得密不透風。雙方展開激烈拉鋸戰，比分交錯上升，直至進入緊張的「刁時」，慈青憑梁皓煊和譚哲明的扣殺，以26:24驚險扳回一局。第四局，慈青延續火熱手感，一度與紅藍2戰至20:20平手。在這個關乎冠軍走向的時刻，紅藍2展現多年打入決賽所累積下來的經驗，接連利用二傳創造多次扣殺機會，成功拉開比分至23:21。慈青一度將差距縮至一分，但紅藍2穩住陣腳，抓住對手進攻失誤，以26:24鎖定勝局，總局數以3:1擊敗慈青。取得男子甲組銀牌賽三連冠。

女子甲組決賽同樣精彩紛呈，紅藍在兩大核心梁安盈和羅詠心缺席下。對陣狀態火熱的凌鋒A。紅藍在首局火力全開，梁子睿等主力球員以迅猛的強攻先拔頭籌，迅速將比分拉開至10:5，及後更乘勝追擊，以25:18先聲奪人。第二局，凌鋒A迅速調整戰術，依靠強勁的發球頻頻破壞紅藍一傳，試圖以打亂對手節奏的形式進行反撲。雙方及後展開激烈對攻，雖然凌鋒A的曾韻菲和李凱蒂在攻勢上頗有威脅，但紅藍憑藉頑強的韌性，加上林樂思和李綺琪在前三排的強攻接連得分，結果後來居上，以25:21再勝一局，總局數2:0佔據優勢。

第三局，凌鋒A攻防表現明顯提升，頻頻抓住紅藍失誤的機會，將比分逐步拉開，最終以25:20扳回一局。第四局，凌鋒A乘勢而上，開局以11:6大幅領先，氣勢如虹。然而紅藍沉著應對，穩步縮小分差，將比賽拖入白熱化的「刁時」。最終，紅藍隊憑藉更穩定的發揮與關鍵時刻的果斷得分，以27:25驚險拿下決勝局，總局數3:1力克凌鋒A，成功登頂，連續四屆捧起女子甲組冠軍獎盃。

紅藍林樂思嘗試用扣殺取分



凌鋒A周家敏試圖突破紅藍的雙人攔網



紅藍2甘力宏多次在關鍵時刻挺身而出



Equipa Hong Nam conquista uma “dupla vitória” no Campeonato de Voleibol Medalha de Prata

A final da Divisão A da 55.ª Edição do Campeonato de Voleibol Medalha de Prata, realizou-se na noite de 12 de Julho no Complexo Desportivo da Universidade de Macau. As equipas Hong Nam 2 e Hong Nam venceram as finais da Divisão A masculina e feminina, respectivamente, ambas com um resultado de 3-1 contra as equipas de Salesian e Ling Fung A, conquistando assim os campeonatos.

Na final da Divisão A, masculina, o campeão em título, o Hong Nam 2, enfrentou a forte equipa do Salesian. Assim que o jogo começou, o Hong Nam 2 atacou com um ímpeto estrondoso, venceu facilmente o primeiro set com fortes remates por 25:15. No segundo set, o Salesian não se deixou abater; com ataques consecutivos de Tam Chit Meng e Chao Pak Chon, atacaram continuamente na linha da frente, tentando reduzir a desvantagem e conseguindo recuperar o resultado. No entanto, o jogador chave da Hong Nam 2, Tai Kuan Seng, respondeu com uma série de fortes remates e serviços directos, liderando a equipa numa recuperação. Com Kam Lek Wang a transformar os ataques finais em pontos, a Hong Nam 2 venceu o segundo set por 25:20, colocando-se em vantagem por 2-0.

No terceiro set, o Salesian lutou com todas as forças, apresentando todos os membros um moral elevado, e sob a liderança de Kuan Ka Kit, a defesa tornou-se impenetrável. As duas equipas entraram numa intensa batalha, com o marcador a oscilar até chegarem ao tenso “deuce”, onde o Salesian, através de remates de Leong Hou Pui e Tam Chit Meng, conseguiu vencer por 26:24. No quarto set, o Salesian manteve a boa forma, oferecendo uma forte resistência à formação do Hong Nam 2, chegando a empatar a 20:20. Nesse momento crucial

para o campeão, a Hong Nam 2 mostrou a experiência acumulada ao longo dos anos de participação na final, criando consecutivamente várias oportunidades de remates através de par de passes (forte elevação), aumentando a vantagem para 23:21. Embora o Salesian tenha reduzido a diferença para um ponto, o Hong Nam 2 manteve a calma e, aproveitando um erro de ataque do adversário, selou a vitória com 26:24, vencendo o Salesian por 3:1 e conquistando o terceiro título consecutivo no Campeonato de Voleibol Medalha de Prata na Divisão A Masculina.

A final da Divisão A feminina também foi emocionante, com a equipa Hong Nam a jogar sem as suas duas estrelas, Leong On Ieng e Law Weng Sam, a enfrentar a boa forma da Ling Fung A. No primeiro set, a Hong Nam mostrou-se implacável, com jogadoras principais como Leong Chi Ioi a destacarem-se com ataques rápidos, colocando o marcador em 10:5 mantendo a vantagem ao longo de todo o jogo, vencendo por 25:18. No segundo set, Ling Fung A ajustou rapidamente a sua tática, utilizando serviços poderosos para desestabilizar a recepção da Hong Nam e tentou ripostar perturbando o ritmo do adversário para recuperar os pontos. De seguida, as duas equipas desenvolveram uma intensa troca de ataques e, apesar da ameaça do ataque de Zeng Yun Fei e Tricia Chua Lee da Ling Fung A, a Hong Nam, com a sua resiliência e os fortes ataques na linha de frente de Nicola Lam e Lei I Kei, que marcaram pontos uma após a outra, conseguiu recuperar e vencer o segundo set por 25:21, liderando o jogo por 2:0.

No terceiro set, a Ling Fung A melhorou significativamente o seu desempenho, aproveitando os erros da Hong Nam e aumentando a vantagem até vencer por 25:20. No quarto set, a Ling Fung A aproveitou a situação e começou forte, liderando por 11:6. Contudo, a Hong Nam manteve-se confiante, reduzindo a diferença até levar o jogo a um tenso “deuce”. No final, a Hong Nam, com um desempenho mais consistente e pontos decisivos em momentos críticos, venceu por 27:25, garantindo a vitória com um total de 3:1 sobre Ling Fung A e conquistando o troféu de campeã da Divisão A pelo quarto ano consecutivo.

紅藍戴坤鉞表現亮眼



凌鋒A周家敏發起強攻



Hong Nam Clinches Double Crowns in Silver Shield Volleyball Tournament

The finals of Division A of the 55th Silver Shield Volleyball Tournament was contested on the evening of 12 July at the Sports Pavilion of UM Sports Complex. Both Hong Nam 2 and Hong Nam respectively defeated Youth Salesian and Ling Fung A by 3-1 in the men's and women's Division A finals to claim the titles.

Defending champion Hong Nam 2 faced a formidable Youth Salesian in the men's Division A final. From the first whistle, Hong Nam 2 unleashed a relentless assault, seizing the opening set with a barrage of powerful spikes to win 25-15 with ease. In the second set, Youth Salesian refused to back down, with Tam Chit Meng and Chao Pak Chon launching successive front row attacks to close the gap, and at one point narrowed the scoreline. However, Hong Nam 2's key player Tai Kuan Seng stepped up at the crucial moment, delivering a string of strong kills and service aces to turn the momentum back. Kam Lek Wang then converted a late-stage surge into points, sealing the set 25-20 and giving Hong Nam 2 a 2-0 lead.

Youth Salesian, facing a must-win third set, saw the team a full resurgence in form, and raised their defensive intensity under the leadership of Kuan Ka Kit. The teams traded blows deep into deuce, until Leong Hou Pui and Tam Chit Meng's well-timed spikes secured the set 26-24 and pulled Youth Salesian back a set. In the fourth set, Youth Salesian maintained their hot streak to draw level at 20-20. At this pivotal juncture, Hong Nam 2 drew upon their wealth of experience gained from years of finals appearances, creating spiking opportunities through smart setting to

pull clear to 23-21. Despite Youth Salesian narrowing the deficit to a single point, Hong Nam 2 held their ground and capitalised on an opponent's attaching error to clinch the set 26-24, thus completing a 3-1 victory over Youth Salesian and securing their third successive men's Division A Silver Shield crown.

The women's Division A final proved equally enthralling. Absent their key players Leong On Ieng and Law Weng Sam, Hong Nam took on a red-hot Ling Fung A. Hong Nam came out firing in the opening set, with key attackers, led by Leong Chi Ioi, launching a fierce offensive, racing to a 10-5 lead. Building on that momentum, they sealed the first set 25-18. Ling Fung A swiftly adjusted their tactics in the second set, relying on powerful serves to consistently disrupt Nam Hong's first passes in an effort to upset their rhythm and mount a counterattack. The two sides then engaged in an intense exchange of attacks. Although Ling Fung A's Zeng Yun Fei and Tricia Chua Lee posed a considerable offensive threat, Hong Nam demonstrated remarkable resilience. With Nicola Lam and Lei I Kei scoring consecutively through strong front-row attacks, Hong Nam eventually pulled ahead to take the set 25-21, gaining a 2-0 advantage.

Ling Fung A responded with elevated performance on both offence and defence in the third set, repeatedly capitalising on Hong Nam's errors to gradually widen the score gap, eventually taking the set 25-20 to pull one back. Riding on their momentum, Ling Fung A made a flying start in the fourth and stormed into an 11-6 lead, but Hong Nam remained composed, steadily eroding the margin and forcing a tense deuce. Ultimately, Hong Nam's steadier plays and decisive scoring at crucial moments edged out Ling Fung A 27-25 to claim the final set and complete a 3-1 victory, successfully defending their crown and lifting the women's Division A championship trophy for the fourth consecutive year.

趙頌恆 柔道亞錦賽摘銅

梁晉熙(左)呂承睿同場競技



「2025澳門亞洲盃青年及青少年柔道錦標賽—世界及亞洲排名計分賽」於7月26及27日假塔石體育館上演，賽事吸引了12個國家地區共263名選手參戰。澳門柔道隊共派出19名運動員參賽，其中，趙頌恆在少年組男子-50公斤級銅牌戰中擊敗隊友鄭楚鏘，為澳門隊奪得一面銅牌。

少年組男子-50公斤級賽事，同樣來自澳門的趙頌恆和鄭楚鏘上演「內訌」爭奪銅牌。比賽初段，雙方積極進攻，各得一分，中段後戰況陷入膠著，趙頌恆即以有效技術領先得分，隨後在比賽末段抓住機會，以固技成功壓制對方10秒再奪「半勝」，最終奪得銅牌。少年組女子-52公斤級及-57公斤級銅牌戰中，澳門選手陳蕙心和李樂怡分別對陣蒙古選手Yesun-Erdene及澳洲選手Caravello，遺憾落敗，最終未能為澳門增添獎牌。

另一邊廂，在青年組女子-52公斤級賽事中，澳門選手李怡慧對陣新西蘭選手Griffiths。甫一開賽，雙方互相試探，積極尋找進攻機會，李怡慧雖被對手先拿下「半勝」，但在發現對手弱點後抓住機會，迅速施展反擊技，結果李怡慧以「一本」擊敗Griffiths。之後，李怡慧在八強復活賽中，不敵澳洲選手Tournie，無緣晉級下一輪賽事。

趙頌恆(左)對陣隊友鄭楚鏘

Chio Chong Hang Conquista Medalha de Bronze no Campeonato Asiático de Judo

A “Taça Asiática Júnior e Juvenil de Judo de Macau – Prova de Ranking Mundial e Asiático 2025” decorreu em 26 e 27 de Julho no Pavilhão Polidesportivo Tap Seac, a qual atraiu 263 atletas de 12 países e regiões. A selecção de judo de Macau enviou 19 atletas, entre os quais Chio Chong Hang, que venceu o seu colega da equipa Chiang Cho Toi na categoria juvenil masculina de 50 kg, conquistando uma medalha de bronze para a selecção de Macau.

Na prova da categoria juvenil masculina de 50 kg, os atletas de Macau, Chio Chong Hang e Chiang Cho Toi, disputaram a medalha de bronze como um “conflito interno”. Nos primeiros momentos da prova, ambos se mostraram ofensivos, marcando um ponto cada. No meio da competição, à medida que a luta avançava, a situação tornou-se equilibrada, mas Chio Chong Hang conseguiu tomar a dianteira com o waza-ari, aproveitando uma oportunidade no final da luta para controlar o adversário durante 10 segundos com o katame-waza, conquistando a outra “meia vitória” e, finalmente, a medalha de bronze. Nas disputas pela medalha de bronze na categoria juvenil feminina de 52 kg e de 57 kg, as atletas de Macau, Chan Yixin Celina e Lei Lok I, enfrentaram, respectivamente, a atleta mongol Yesun-Erdene e a australiana Caravello, mas infelizmente foram derrotadas, não conseguindo assim arrecadar mais medalhas a Macau.

Por outro lado, na categoria júnior feminina de 52 kg, a atleta de Macau, Li Yihui, competiu contra a neozelandesa Griffiths. Desde o início, ambas as atletas se testaram mutuamente, procurando activamente oportunidades de ataque. Embora Li Yihui tenha sofrido uma “meia vitória” inicial para a adversária, ela rapidamente aproveitou uma fraqueza da oponente e lançou um contra-ataque, conseguindo assim derrotar Griffiths com um “ippon”. Mais tarde, na fase de repescagem dos quartos de final, Li Yihui não conseguiu vencer a atleta australiana Tournie, ficando assim de fora da próxima ronda.

Na categoria júnior masculina de 50 kg, Chio Chong Hang e Chiang Cho Toi disputaram a medalha de bronze. Chio Chong Hang venceu Chiang Cho Toi por waza-ari no final da luta, marcando o ponto decisivo. Na categoria júnior feminina de 52 kg, Li Yihui venceu Griffiths por ippon no final da luta, marcando o ponto decisivo. Na categoria júnior feminina de 57 kg, Lei Lok I perdeu para Yesun-Erdene por waza-ari no final da luta, marcando o ponto decisivo. Na categoria juvenil masculina de 50 kg, Chio Chong Hang venceu Chiang Cho Toi por waza-ari no final da luta, marcando o ponto decisivo.



李怡慧不斷進攻

趙頌恆奪男子少年組-50公斤級季軍



Chio Chong Hang Wins Bronze at the Asian Judo Cups

The Macau Junior & Cadet Asian Cups 2025 – World and Asian Ranking Points Competition was held on 26 and 27 July at the Tap Seac Multi-sports Pavilion, attracting a total of 263 athletes from 12 countries and regions. Among the 19 athletes sent by the Macao Judo Team, Chio Chong Hang defeated his teammate Chiang Cho Toi in the Cadet Men's -50kg bronze medal match, securing a bronze medal for the team.

In the Cadet Men's -50kg event, Chio Chong Hang and Chiang Cho Toi, both from Macao, faced off in a teammate clash for the bronze medal. In the early stages of the match, both athletes attacked actively, each earning a point. After the middle stage of the match, the situation became tense, and Chio Chong Hang took the lead with a waza-ari. Later, Chio Chong Hang seized the opportunity in the final stages of the match, successfully pinning his opponent with a grappling hold for 10 seconds and earning a katame-waza, ultimately securing the bronze medal. In the Cadet Women's -52kg and -57kg bronze medal matches, Macao athletes Chan Yixin Celina and Lei Lok I respectively faced Mongolian athlete Yesun-Erdene and Australian athlete Caravello, but unfortunately lost, ultimately failing to secure any additional medals for Macao.

On the other side, in the Junior Women's -52kg event, Macao athlete Li Yihui faced New Zealand athlete Griffiths. As soon as the match began, both athletes tested each other, actively looking for opportunities to attack. Although Li Yihui was the first to be scored against with a waza-ari by her opponent, she quickly identified the weakness and seized the opportunity to execute a counterattack, ultimately defeating Griffiths with an ippon. Later, in the quarterfinal repechage, Li Yihui was defeated by Australian athlete Tournie, missing out on advancing to the next round.



李樂怡(右)和澳洲選手互相試探

男子甲組獲獎球隊合影



女子甲組獲獎球隊合影



2025全澳沙灘排球錦標賽 梓楓紅藍包攬男女子甲組冠亞軍

「2025年全澳沙灘排球錦標賽」於8月30日起一連多個周六、日開打，男女子甲組決賽梓楓A及紅藍A零封對手奪冠。

男子甲組決賽於9月14日上演，梓楓A面對首次合作的梓楓B，迅速展現王者風範。首局比賽梓楓A迅速以7:3領先，並穩紮穩打以21:13先拔頭籌。第二局梓楓A延續氣勢，開局即以6:1領先，且越戰越勇，最終以21:15再下一城奪冠，梓楓B則屈居亞軍。

女子甲組決賽於9月20日登場，由紅藍B林樂思／甄語嫣挑戰「大師姐」紅藍A梁安盈／羅詠心組合。首局開段紅藍A即領先7:2，並一路攻城掠地擴大領先優勢，最終紅藍A以21:9先贏一局。第二局紅藍B開局立即反撲，取得4:2領先的亮眼表現，但紅藍A中段逆轉局勢，比分多次打平，後段更反超前至19:13，最終紅藍A以21:16再取一局，直落兩局封后，紅藍A成功衛冕並達成六連霸佳績，紅藍B則榮獲亞軍。

男子甲組個人獎項：最有價值球員：譚哲明；最佳發球：譚哲明、魏展希；最佳防守：戴坤鉞。女子甲組個人獎項，梁安盈同時奪得最有價值球員、最佳發球、最佳防守三個獎項。



雙方在網前爭持激烈

紅藍A梁安盈及羅詠心(右)勇奪沙排錦標六連冠



梓楓A譚哲明(右) 奮力防守



Chi Fong e Hong Nam conquistam títulos da Divisão A masculina e feminina no Campeonato de Voleibol de Praia de Macau 2025



梓楓A戴坤鉞(左) 力戰對手

O Campeonato de Voleibol de Praia de Macau 2025 começou a 30 de Agosto, prolongando-se por vários fins-de-semana consecutivos. Nas finais da Divisão A masculina e feminina, Chi Fong A e Hong Nam A venceram os seus adversários em *sets* directos e conquistaram os respectivos títulos.

A final masculina da Divisão A teve lugar no dia 14 de Setembro, onde o Chi Fong A defrontou o Chi Fong B, equipa que participou pela primeira vez, tendo demonstrado imediatamente o seu valor no campeonato. No primeiro *set*, o Chi Fong A cedo adquiriu uma vantagem de 7-3 e mantendo-a de forma constante até vencer por 21-13, conquistando assim o primeiro *set*. No segundo *set*, o Chi Fong A manteve o bom momento, ganhando uma vantagem de 6-1 e mostrando-se mais forte à medida que o *set* avançava. Venceu finalmente por 21-15, conquistando o segundo *set* e garantindo o

campeonato, enquanto o Chi Fong B terminou em segundo lugar.

A final feminina da Divisão A teve lugar no dia 20 de Setembro, com Nicola Lam e Ian U In, do Hong Nam B, a desafiarem as colegas da equipa sénior, Leong On Ieng e Law Weng Sam, do Hong Nam A. No primeiro *set*, o Hong Nam A assumiu a liderança chegando à vantagem de 7-2 e ampliou-a de forma constante, vencendo o *set* de abertura por 21-9. No segundo *set*, o Hong Nam B lançou um contra-ataque imediato, assumindo a liderança inicial de 4-2, numa exibição impressionante. No entanto, o Hong Nam A virou o jogo a meio do *set*, com o marcador a empatar várias vezes antes de atingir a vantagem 19-13 nos momentos finais. No final, o Hong Nam A venceu o segundo *set* por 21-16, vencendo o encontro em *sets* directos, defendendo o seu título e reclamando, assim, o sexto campeonato consecutivo, enquanto o Hong Nam B terminou como vice-campeão.

Na Divisão A Masculina, Tam Chit Meng foi eleito o Jogador Mais Valioso tendo, igualmente, partilhado o prémio de Melhor Serviço com Ngai Chin Hei, enquanto Tai Kuan Seng foi considerado como Melhor Defesa. Na Divisão A Feminina, Leong On Ieng conquistou os três prémios individuais: Jogadora mais Valiosa, Melhor Serviço e Melhor Defesa.

紅藍B網前奮力扣球



Chi Fong and Hong Nam Claim Men's and Women's Division A Titles at 2025 Macao Beach Volleyball Championship

The 2025 Macao Beach Volleyball Championship began on 30 August and continued over several consecutive weekends. In the men's and women's Division A finals, Chi Fong A and Hong Nam A swept their opponents in straight sets to claim the championships.

The men's Division A final took place on 14 September, where Chi Fong A faced Chi Fong B, a team collaborating for the first time, and immediately showcased their championship caliber. In the first set, Chi Fong A took an early 7-3 lead and steadily maintained their advantage to win 21-13, claiming the opening set. In the second set, Chi Fong A continued their momentum, taking an early 6-1 lead and growing stronger as the set progressed. They ultimately won 21-15 to claim the second set and secure the championship, while Chi Fong B finished as runners-up.

The women's Division A final took place on 20 September, with Nicola Lam and Ian U In of Hong Nam B challenging the senior teammates Leong On Ieng and Law Weng Sam of Hong Nam A. In the first set, Hong Nam A took an early 7-2 lead and steadily extended it, winning 21-9 to take the opening set. In the second set, Hong Nam B launched an immediate counterattack, taking an early 4-2 lead in an impressive display. However, Hong Nam A turned the tide in the middle of the set, with the score leveling several times before pulling ahead to 19-13 in the later stages. Ultimately, Hong Nam A won the second set 21-16, winning the match in straight sets to defend their title and claim a sixth consecutive championship, while Hong Nam B finished as runners-up.

In the Men's Division A, Tam Chit Meng was named Most Valuable Player and shared the Best Serve award with Ngai Chin Hei, while Tai Kuan Seng was honored with Best Defense. In the Women's Division A, Leong On Ieng claimed all three individual awards: Most Valuable Player, Best Serve, and Best Defense.

紅藍A梁安盈正面上手發球



莫焯文 鄺凱瑩 力爭進步



在六月底舉行的「2025 ASICS亞瑟士青少年網球巡迴賽—大灣區港澳站」中，莫焯文和鄺凱瑩分別獲得男子U14組的冠軍，這兩位正就讀初中的網球界青少年新星，祈望未來向更高的目標進發。

回顧當初選擇網球運動，莫焯文指出是源自於家族的傳承：「因為爺爺和爸爸都有打網球的經驗，所以他們帶我去網球場上讓我嘗試一下，結果一試便愛上了這項運動。」莫焯文的爸爸更帶他到網球學校進行有系統的訓練，同時他也在10歲的時候成為代表隊的一份子。

莫焯文在比賽過程曾有經歷過挫折：「有一段時間我曾因故停止訓練，狀態不太理想，結果在橫琴的比賽上未能發揮到最好水平，當時我曾一度考慮是不是要暫別網球，但最後我想通了，決定繼續堅持下去。」

在「2025 ASICS亞瑟士青少年網球巡迴賽—大灣區港澳站」取得冠軍，除了令莫焯文有機會參加在北京舉行的總決賽外，亦為他日後的網球生涯打下了強心針：「這次

奪冠除了給了我一個自我肯定的機會外，我同時明白到只要不放棄、繼續努力，最後便可以漸入佳境。我未來亦下定決心，力爭挑戰實力更強的選手。」對於未來計劃，莫焯文表示首要目標是希望在五年內打入「國際網球聯會青少年網球賽」較高級別賽事的正賽圈，以及在國際性的團體賽上為代表隊爭取更佳成績。

至於鄺凱瑩，則是用了一年的時間，在眾多項目中選擇了網球：「媽媽在我很小的時候也給了我很多機會去嘗試不同的體育運動，但我認為網球是最適合我，因為我可以在網球比賽中認識來自不同地方的運動員，訓練過程除了能鍛鍊自己的專注力外，同時也可以藉此減壓。」

對鄺凱瑩而言，目前最大挑戰是同時要兼顧訓練和學業：「當功課較多的時候，我會盡快在學校內完成，然後再趕到球場訓練，希望可以爭取更多時間去精進球技和休息。」

鄺凱瑩認為，在「2025 ASICS亞瑟士青少年網球巡迴賽—大灣區港澳站」奪冠帶給了她很大的收穫：「我在過程中吸收了更多比賽經驗，相信會對我日後的比賽有很大的幫助，與此同時，我也得到了和來自香港的同年齡球手互相交流的機會。」鄺凱瑩未來的目標同樣是希望藉着代表隊的身份，在網球場上爭取更好成績，為澳爭光。



正在進行擊球練習的莫焯文

Mok Cheuk Man e Kuong Hoi leng lutam por melhorar o seu desempenho

No “Campeonato Júnior de Circuito ASICS de Ténis 2025 – Etapa de Hong Kong e Macau na Grande Baía”, realizado no final de Junho, Mok Cheuk Man e Kuong Hoi leng conquistaram os campeonatos nas categorias masculina e feminina sub-14, respectivamente. Estas duas estrelas em ascensão do ténis júnior, que estão a frequentar o ensino secundário, aspiram a atingir metas mais elevadas no futuro.

Ao recordar a sua escolha pelo ténis, Mok Cheuk Man mencionou que a sua decisão se baseou na tradição familiar: “Como o meu avô e o meu pai têm experiência em jogar ténis, eles levaram-me ao campo para que eu pudesse experimentar, e assim que experimentei, apaixonei-me pela modalidade desportiva.” O pai de Mok Cheuk Man levou-o ainda a uma escola de ténis para treino sistemático, e, aos 10 anos, passou a integrar na selecção.

Durante a competição, Mok Cheuk Man enfrentou contratempos: “Houve um período em que interrompi o treino por motivos pessoais e não estava na melhor forma, o que me impediu de dar o meu melhor desempenho na competição em Hengqin. Nessa altura, cheguei a considerar a possibilidade de me afastar do ténis, mas, no final, percebi o que precisava de fazer e decidi continuar a lutar.”

Ao conquistar o campeonato no “Campeonato Júnior de Circuito ASICS de Ténis 2025 - Etapa de Hong Kong e Macau na Grande Baía”, Mok Cheuk Man não só conquistou a oportunidade de participar na final em Pequim, como também fortaleceu a sua confiança para o futuro na carreira de ténis: “Esta vitória deu-me uma oportunidade de ganhar auto-afirmação e percebi que, desde que não desista e continue a esforçar-me, posso alcançar um progresso significativo. Estou determinado a enfrentar jogadores mais fortes no futuro.” Quanto aos seus planos para o futuro, Mok Cheuk Man expressou que o seu objectivo principal é entrar no quadro principal de torneios de maior nível no “ITF Campeonato Júnior de Ténis” nos próximos cinco anos e representar a selecção de Macau em competições internacionais por equipas, buscando melhores resultados.

Por sua vez, Kuong Hoi leng levou um ano a decidir-se pelo ténis entre várias modalidades: “A minha mãe deu-me muitas oportunidades para experimentar diferentes desportos desde pequena, mas acredito que o ténis é o mais adequado para mim, pois permite-me conhecer atletas de diferentes lugares, e o treino não só melhora a minha concentração, como também ajuda a aliviar o stress.”

Actualmente, o maior desafio para Kuong Hoi leng é equilibrar treinos e estudos: “Quando tenho muitos trabalhos de casa, procuro terminá-los rapidamente na escola e, depois, vou para o court treinar, na esperança de conseguir mais tempo para melhorar as minhas habilidades e descansar.”

Kuong Hoi leng acredita que vencer no “Campeonato Júnior de Circuito ASICS de Ténis 2025 - Etapa de Hong Kong e Macau na Grande Baía” lhe trouxe grandes benefícios: “Ao longo do processo, adquiri mais experiência de competição, que reconheço será muito útil para as minhas futuras competições. Além disso, também tive a oportunidade de interagir com os jogadores da minha idade de Hong Kong.” O objectivo futuro de Kuong Hoi leng é, igualmente, representar a selecção de Macau e lutar por melhores resultados no court, trazendo orgulho a Macau.



鄺凱瑩出戰學界網球比賽

Mok Cheek Man and Kuong Hoi Ieng Strive for Progress

At the “2025 ASICS Junior Tennis Tour – Hong Kong and Macau Stage at the Greater Bay Area” held at the end of June, Mok Cheek Man and Kuong Hoi Ieng claimed the boys’ and girls’ U14 titles respectively. These two rising junior tennis stars, who are currently studying in middle school, aspire to reach greater goals in the future.

Looking back on his choice of tennis, Mok Cheek Man noted that it stemmed from a family tradition. “Since both my grandfather and father had experience playing tennis, they took me to the court to try it out, and I instantly fell in love with the sport,” he said. Mok Cheek Man’s father further enrolled him in the tennis academy for systematic training, and by the age of ten, he had already become a member of the representative team.

Mok Cheek Man also experienced setbacks during the competition. He said, “For a period of time, I had to pause my training for personal reasons, and my form was not ideal. As a result, I was unable to perform at my best in the competition in Hengqin. At that time, I even considered taking a break from tennis, but in the end, I realized what I needed to do and decided to keep going.”

Winning the title at the “2025 ASICS Junior Tennis Tour – Hong Kong and Macau Stage at the Greater Bay Area” not only earned Mok Cheek Man the chance to compete in the finals in Beijing, but also served as a confidence boost for his future tennis career. “This victory also gave me an opportunity for self-affirmation and made me realize that as long as I don’t give up and keep working hard, I can gradually reach my peak performance. I have also resolved to challenge stronger opponents in the future,” he said. Regarding his future plans, Mok Cheek Man stated that his primary goal is to qualify for the main draws of higher-level tournaments in the ITF World Tennis Tour Juniors within the next five years, and to achieve better results for his team in international team competitions.

As for Kuong Hoi Ieng, she spent a year deciding to pursue tennis among many sports. “When I was very young, my mother also gave me many opportunities to try different sports, but I felt that tennis suited me best, because I can meet athletes from different places in competitions. The training process not only helps me improve my concentration, but also helps me relieve stress,” she said.

For Kuong Hoi Ieng, her biggest challenge currently is balancing training with her studies. She said, “When I have a heavier workload, I try to finish my schoolwork as quickly as possible at school, and then rush to the tennis court for training, aiming to make more time for skill improvement and rest.”

Speaking about the great gains she achieved from winning the title at the “2025 ASICS Junior Tennis Tour – Hong Kong and Macau Stage at the Greater Bay Area”, Kuong Hoi Ieng said, “During the competition, I gained a lot of experience that I believe will greatly help in my future matches. At the same time, I also had the opportunity to interact with same-age players from Hong Kong.” Regarding her future goals, Kuong Hoi Ieng also hopes to leverage her position on the representative team to achieve better results on the tennis court and bring honor to Macao.



鄭凱瑩為準備日後的賽事努力訓練

Pratica Desporto, Reforça a Tua Saúde
齊運動 健體魄

眾康體日 Dia de Desporto para Todos

每月舉行一次

Activdade 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

體育局
Instituto do Desporto

www.sport.gov.mo

魯慕禹一同與訓練時使用的風帆船合照



鄧梓言和訓練時使用的風帆船合照



魯慕禹 鄧梓言 揚帆少年海上爭佳績

澳門風帆船運動員魯慕禹及鄧梓言在六月下旬前往斯洛文尼亞出戰「OP(樂天級)帆船世界錦標賽」，最終順利完成全部賽事，年紀輕輕的他們將會繼續在海上揚帆，繼續挑戰自己。

魯慕禹投身風帆船這項運動的主要原因是源於多次在黑沙遊玩時所看到的景象：「我看到在黑沙海灘對開的海面上有不少人在玩風帆船，在我眼中感覺頗為有趣，於是便打算嘗試一下。」這種對風帆船的好奇，開始了他的運動員生涯。

到現時為止長達六年的訓練過程，令魯慕禹明白到如果要取得更好成績，體能是最重要的一環，所以除了在週末前往黑沙進行實戰訓練外，亦會前往水塘步行徑鍛煉體能。除此之外，在學業和訓練上取得平衡亦是其所面對的最大挑戰。由於現時星期六有半天時間需要上學，在時間安排上變得非常緊迫，實戰訓練的時數必然減少。

對於今次世錦賽的成績，魯慕禹表示尚有進步空間：「雖然在六月的時候已經進行密集式訓練，但到實際比賽的時候，發現自己和其他人在實力上的差距頗大，故希望在10月底於阿曼舉行的亞錦賽上取得更佳成績。」

另一位健兒鄧梓言，已有三年半訓練經歷，同樣因為看到停泊在黑沙附近的帆船，掀起了他的好奇心，最終亦成為了代表隊的一份子。

雖然年紀輕輕的鄧梓言亦有參加其他項目，例如網球，用於發展自己的其他興趣。但風帆船在他心目中是排在第一位，所以只要一有時間，他便會來到黑沙訓練，為的就是要爭取好成績。

對於今次出戰世錦賽，鄧梓言對自己的表現感到滿意：「很開心在比賽過程中有機會見到高水平選手的實力，而且有一場比賽進入了前30名，對我而言已經非常滿足。」至於未來計劃，鄧梓言表示之後將會轉戰雙人船型的比賽。



魯慕禹(左二)和鄧梓言(左三)和教練團隊合照

Jovens Velejadores Lu Muyu e Tang Chi In em busca da Excelência na Água

Os jovens velejadores de Macau Lu Muyu e Tang Chi In viajaram para a Eslovénia, em finais de Junho, para competir no Campeonato Mundial de Optimist (Optimist World Championship). Ambos completaram com sucesso todas as provas e irão continuar a velejar e a desafiar-se na água.

A principal motivação para Lu Muyu se dedicar à vela nasceu do que ele costumava observar nas suas frequentes visitas à Praia de Hac-Sá. Ele afirmou: «Eu via muitas pessoas a velejar nas águas da Praia de Hac-Sá. Achava muito interessante, então decidi experimentar.» Essa curiosidade pela vela marcou o início da sua carreira como atleta.

Ao longo dos últimos seis anos de treino, Lu Muyu percebeu que a boa condição física é fundamental para alcançar bons resultados. Além do treino prático de vela aos fins-de-semana na Praia de Hac-Sá, ele também mantém a boa forma física praticando exercício ao longo do trilho de caminhada do Reservatório. Além disso, o seu maior desafio tem sido encontrar um equilíbrio entre os estudos e o treino. Actualmente, tem aulas durante metade do dia de sábado o que faz com que a sua agenda tenha ficado muito apertada e, inevitavelmente, reduzindo o tempo disponível para o treino prático de vela.

Relativamente ao seu desempenho neste Campeonato Mundial, Lu Muyu afirmou que ainda tem espaço para melhorar. «Embora tenha passado por um treino intensivo em Junho, percebi durante a competição que ainda havia uma diferença significativa nas habilidades entre mim e os outros competidores. Portanto, espero alcançar melhores resultados no Campeonato Asiático em Omã, no final de Outubro.»

Outro atleta, Tang Chi In, passou por três anos e meio de treino. Da mesma forma, a sua curiosidade foi despertada ao ver veleiros atracados perto da Praia de Hac-Sá, o que o levou a ingressar na equipa de vela de Macau.

Embora o jovem atleta Tang Chi In também pratique outros desportos, como ténis, para perseguir os seus outros interesses, a vela continua a ser a sua principal prioridade. Por isso, sempre que tem tempo livre, vai para a Praia de Hac-Sá treinar, com o objectivo de alcançar bons resultados.

Em relação ao seu desempenho neste Campeonato Mundial, Tang Chi In expressou satisfação. Ele disse: «Estou muito feliz por ter tido a oportunidade de testemunhar as habilidades dos competidores de alto nível. Além disso, terminei entre os 30 primeiros numa das regatas, o que já foi muito gratificante para mim.» Olhando para o futuro, Tang Chi In afirmou que planeia fazer a transição para competir em eventos de vela a dois.

Young Sailors Lu Muyu and Tang Chi In Strive for Excellence on the Water

Macao sailors Lu Muyu and Tang Chi In traveled to Slovenia in late June to compete in the Optimist World Championship. They successfully completed all events, and despite their young age, they will continue to sail and challenge themselves on the water.

The main reason Lu Muyu devoted himself to sailing stems from what he often saw at Hac Sa Beach. He said, “I saw many people sailing on the waters off Hac Sa Beach. It looked very interesting to me, so I decided to give it a try.” This curiosity about sailing marked the start of his career as an athlete.

Over the past six years of training, Lu Muyu has come to realise that physical fitness is crucial for achieving better results. In addition to his weekend practical sailing training at Hac Sa Beach, he also maintains his physical fitness by exercising along the Reservoir Walking Trail. Moreover, achieving a balance between his studies and training has been his greatest challenge. Since he now has half a day of school on Saturdays, his schedule has become very tight, inevitably reducing the hours available for practical sailing training.

Regarding his performance at this World Championship, Lu Muyu stated that he still has room for improvement. “Although I had undergone intensive training in June, I realised during the actual competition that there was still a significant gap in skills between myself and the other competitors. Therefore, I hope to achieve better results at the Asian Championship in Oman at the end of October.”

Another athlete, Tang Chi In, has undergone three and a half years of training. Similarly, his curiosity was piqued by the sight of sailboats moored near Hac Sa Beach, which eventually led him to join the Macao sailing team.

Although the young athlete Tang Chi In also participates in other sports, such as tennis, to pursue his other interests, sailing remains his top priority. Therefore, whenever he has free time, he goes to Hac Sa Beach for training, with the aim of achieving good results.

Concerning his performance at this World Championship, Tang Chi In expressed satisfaction. He said, “I am very happy to have had the opportunity to witness the skills of top-level competitors. Moreover, I finished in the top 30 in one of the races, which was already very satisfying for me.” Looking ahead, Tang Chi In stated that he plans to transition to compete in double-handed sailing events.

關卡設計吸引參與者熱情投入活動

夏日競技嘉年華 親子樂無窮



由體育局主辦的「2025夏日競技嘉年華」於9月6日在奧林匹克體育中心曲棍球場舉行。今年首次增設的親子體驗組活動於下午登場，吸引眾多家庭參與，現場氣氛歡樂熱烈。然而，受天氣影響，原定於次日舉行的公開組賽事遺憾取消。

親子組活動精心設計了適合不同年齡層的趣味關卡，讓家長與孩子在輕鬆愉快的氛圍中增進默契。參賽家庭紛紛表示，活動不僅為親子互動提供了寶貴機會，更讓孩子在遊戲中學習團隊合作與體育精神，留下難忘的家庭回憶。其中，家長陳先生表示：「活動設計很有創意，孩子們在玩樂中學會了如何與隊友合作，我們在遊戲中互相鼓勵，感覺彼此更親近了！」



親子組賽前大合照



家庭成員相互協力闖關

Festival Competitivo de Verão: Diversão Sem Limites para Pais e Filhos

O “Festival Competitivo de Verão de 2025”, organizado pelo Instituto do Desporto, teve lugar a 6 de Setembro no Campo de Hóquei do Centro Desportivo Olímpico. Este ano, foi introduzida uma nova categoria para Pais e Filhos, que decorreu à tarde e atraiu a participação de muitas famílias, criando uma atmosfera alegre e animada. No entanto, devido às condições meteorológicas, as competições da categoria Aberta, previstas para o dia seguinte, foram infelizmente canceladas.

As actividades para pais e filhos foram cuidadosamente concebidas com várias e divertidas passagens por etapas adequadas a diferentes faixas etárias, permitindo que os pais e os filhos fortalecessem a sua sintonia num ambiente descontraído e agradável. As famílias participantes expressaram que o evento não só proporcionou uma valiosa oportunidade de interacção entre pais e filhos, mas também permitiu que através do jogo as crianças aprendessem sobre o trabalho em equipa e o espírito desportivo, criando memórias familiares inesquecíveis. Entre os participantes, o senhor Chan, como pai, comentou: “a concepção das actividades é altamente criativa; as crianças aprenderam a cooperar com os colegas de equipa enquanto se divertiam. Nós encorajamo-nos mutuamente nos jogos e sentimos que estamos mais próximos uns dos outros!”



兒童們享受趣味活動

Summer Sports Carnival Brings Endless Fun for Families

Organised by the Sports Bureau, the “2025 Summer Sports Carnival” was held on 6 September at the hockey field of the Macao Olympic Sports Centre. The newly introduced Parent-Child Experience group program was launched in the afternoon, attracting numerous families and creating a joyful and lively atmosphere at the event. However, due to weather conditions, the open group event scheduled for the following day had to be cancelled.

The Parent-Child Experience activities were thoughtfully designed with fun challenges suitable for different age groups, allowing parents and children to strengthen their bond in a relaxed and joyful atmosphere. Participating families noted that the event not only provided a valuable opportunity for parent-child interaction but also allowed children to learn about teamwork and sportsmanship through games, creating unforgettable family memories. Among them, Mr. Chan, a parent, said, “The activities were very creatively designed. The children learned how to work with their teammates while having fun, and we encouraged each other during the games, which made us feel even closer!”



活動推動親子學習團隊合作

善用餘暇 培養健康生活

澳門體育局聯同教育及青年發展局每年暑假為本澳兒童及青少年學生精心打造多元化活動，2025年暑期活動共推出約550項活動，2,100多個班次，提供超過45,000個名額，讓澳門兒童及青少年在暑假期間盡情參與喜愛的體育及文娛項目，充實度過假期。

其中，體育局統籌的體育活動多達100項，開設730個班次，提供21,000個名額，涵蓋多種運動項目。各項暑期活動已於八月底順利完成，為參與者帶來豐富體驗的同時，亦鼓勵學生們善用餘暇，培養健康生活方式。

2025年的暑期活動成功為澳門的兒童及青少年提供了多元化的體驗平台，通過體育促進身心健康，豐富假期生活。體育局大眾體育處處長盧綺雲表示，體育項目每年開辦不同種類的暑期活動，包括球類、水上活動等項目，亦有具中華傳統元素如龍舟、舞獅、舞醉龍等項目，讓學生參與項目鍛鍊，同時亦可傳承傳統體育文化。

參與者對今年的暑期活動反響熱烈，其中，黃同學在受訪時表示，透過參與本次暑期活動，他不僅提升了運動技能，還增強了自信心：「除了學習到一項新的運動外，亦感受到運動帶來的快樂與成就感，充實了我的暑假！」家長們亦對活動的組織和內容表示滿意，認為活動為孩子提供了安全的環境和專業的指導，有助於培養健康的生活習慣。



足球班學生分組進行練習



田徑班透過體能訓練提升速度、協調與爆發力



羽毛球班教練指導學員揮拍技巧

籃球班學生進行比賽，學習賽事戰術



Ocupação em Férias para cultivar um estilo de vida saudável

O Instituto do Desporto (ID), em conjunto com a Direcção dos Serviços de Educação e de Desenvolvimento da Juventude (DSEDJ), ambos do Governo da RAEM, organizam anualmente actividades diversificadas para crianças e jovens estudantes de Macau durante as férias de Verão. Nas Actividades de Férias 2025 foram lançadas cerca de 550 actividades, disponibilizando mais de 45.000 vagas em mais de 2.100 turmas, o que permitiu que as crianças e os jovens de Macau se dedicassem plenamente às suas actividades desportivas, culturais e recreativas favoritas, aproveitando ao máximo as suas férias.

Das quais, o ID coordenou 100 actividades desportivas, disponibilizando 730 turmas e 21.000 vagas, abrangendo uma ampla gama de modalidades desportivas. Todas as actividades de Verão foram concluídas com sucesso no final de Agosto, proporcionando experiências ricas aos participantes e incentivando os estudantes a utilizarem o seu tempo livre de forma construtiva, cultivando um estilo de vida saudável.

As Actividades de Férias de 2025 ofereceram uma plataforma diversificada de experiências para as crianças e os jovens de Macau, promovendo a sua saúde física e mental através do desporto e enriquecendo a sua vida durante as férias. A Chefe da Divisão do Desporto para Todos do ID, Windy Lou, afirmou que o ID organiza anualmente diversas actividades de Verão, como modalidades de bola, actividades aquáticas, entre outras, bem como projectos que incorporam elementos tradicionais chineses, como corridas de barcos-dragão, dança do leão e dança do dragão embriagado, permitindo que os estudantes pratiquem exercício físico e, ao mesmo tempo, preservem a cultura desportiva tradicional.

Os participantes receberam de forma entusiástica as Actividades de Férias deste ano. O estudante Wong, ao ser entrevistado, afirmou que, através da participação nas actividades, não apenas melhorou as suas habilidades desportivas, mas também aumentou a sua auto-confiança: “Para além de aprender um novo desporto, também senti a alegria e a sensação de realização que o desporto proporciona, isto enriqueceu verdadeiramente as minhas férias de Verão!” Os pais também expressaram satisfação com a organização e o conteúdo das actividades, considerando que estas proporcionaram um ambiente seguro e uma orientação profissional aos seus filhos, contribuindo para o desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis.

柔道班學生進行熱身動作



Making the Most of Free Time to Cultivate a Healthy Lifestyle

The Sports Bureau of Macao SAR Government, together with the Education and Youth Development Bureau, carefully organizes a variety of activities each summer for children and teenage students in Macao. In the summer of 2025, the two Bureaus offered around 550 activities across more than 2,100 sessions, providing over 45,000 places and allowing children and teenagers in Macao to fully engage in their favorite sports and cultural activities and make the most of their holiday.

Among them, the Sports Bureau alone organized 100 sports activities, offering 730 sessions and 21,000 places, covering a wide range of sports. All summer activities were successfully completed by the end of August, providing participants with enriching experiences and encouraging students to make good use of their free time and cultivate a healthy lifestyle.

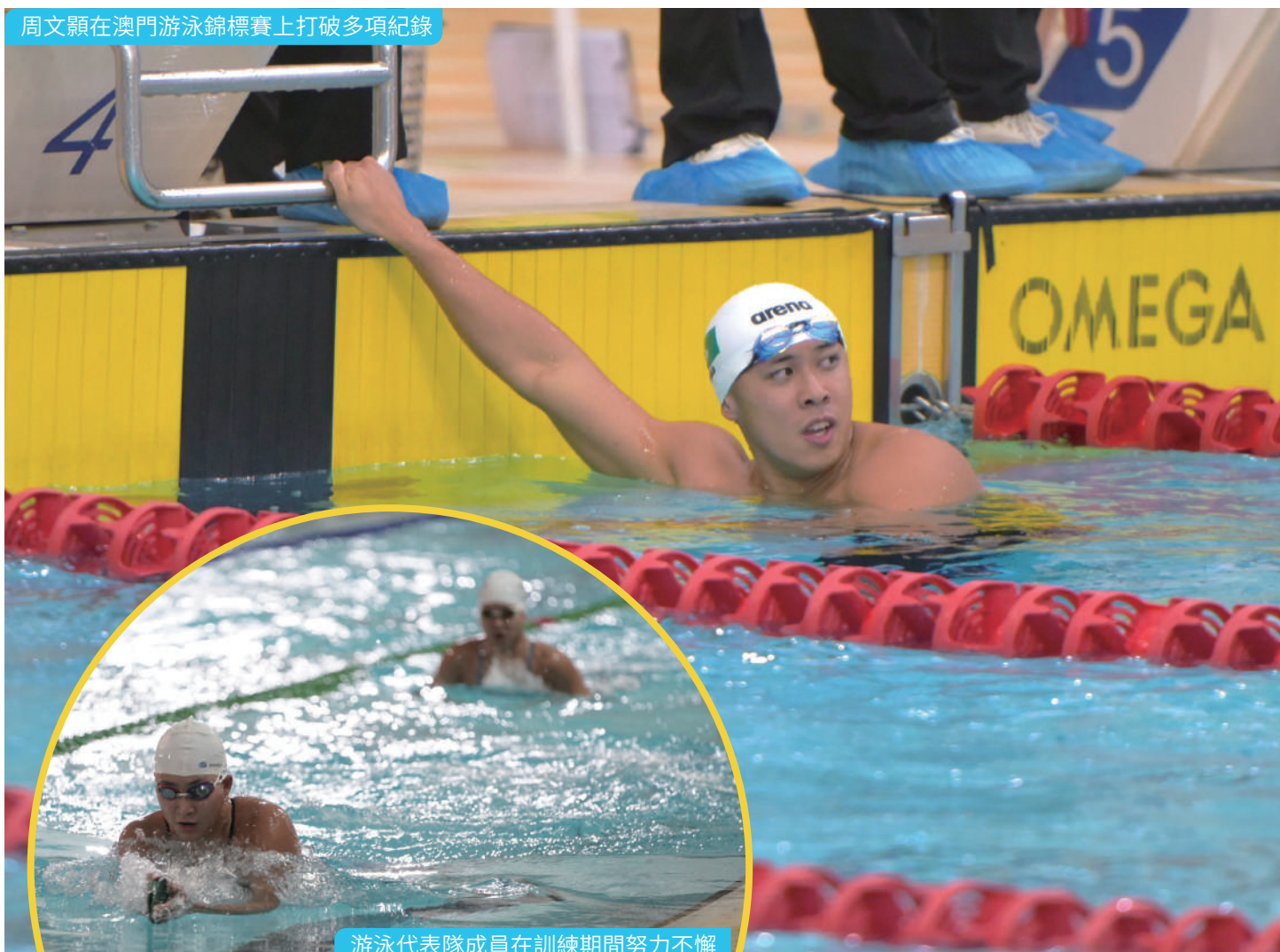
The 2025 summer activities successfully provided children and teenagers in Macao with a diverse platform for experiences, promoting physical and mental well-being through sports and enriching their holidays. According to Windy Lou, Chief of the Sport for All Division of the Sports Bureau, the Bureau organizes a variety of summer activities every year, including ball games, water sports, and other sports. The activities also feature elements of Chinese tradition, such as dragon boat racing, lion dance, and the drunken dragon dance, allowing students to develop their skills while also inheriting traditional sports culture.

Participants responded enthusiastically to this year's summer activities. Wong, a student, stated in an interview that by taking part in the summer activities, he not only improved his sports skills but also boosted his confidence. He said, “In addition to learning a new sport, I also experienced the joy and sense of accomplishment that sports bring, which made my summer vacation truly fulfilling!” Parents also expressed their satisfaction with the organization and content of the activities, believing that they provided a safe environment and professional guidance for their children, thereby helping to cultivate healthy lifestyles.



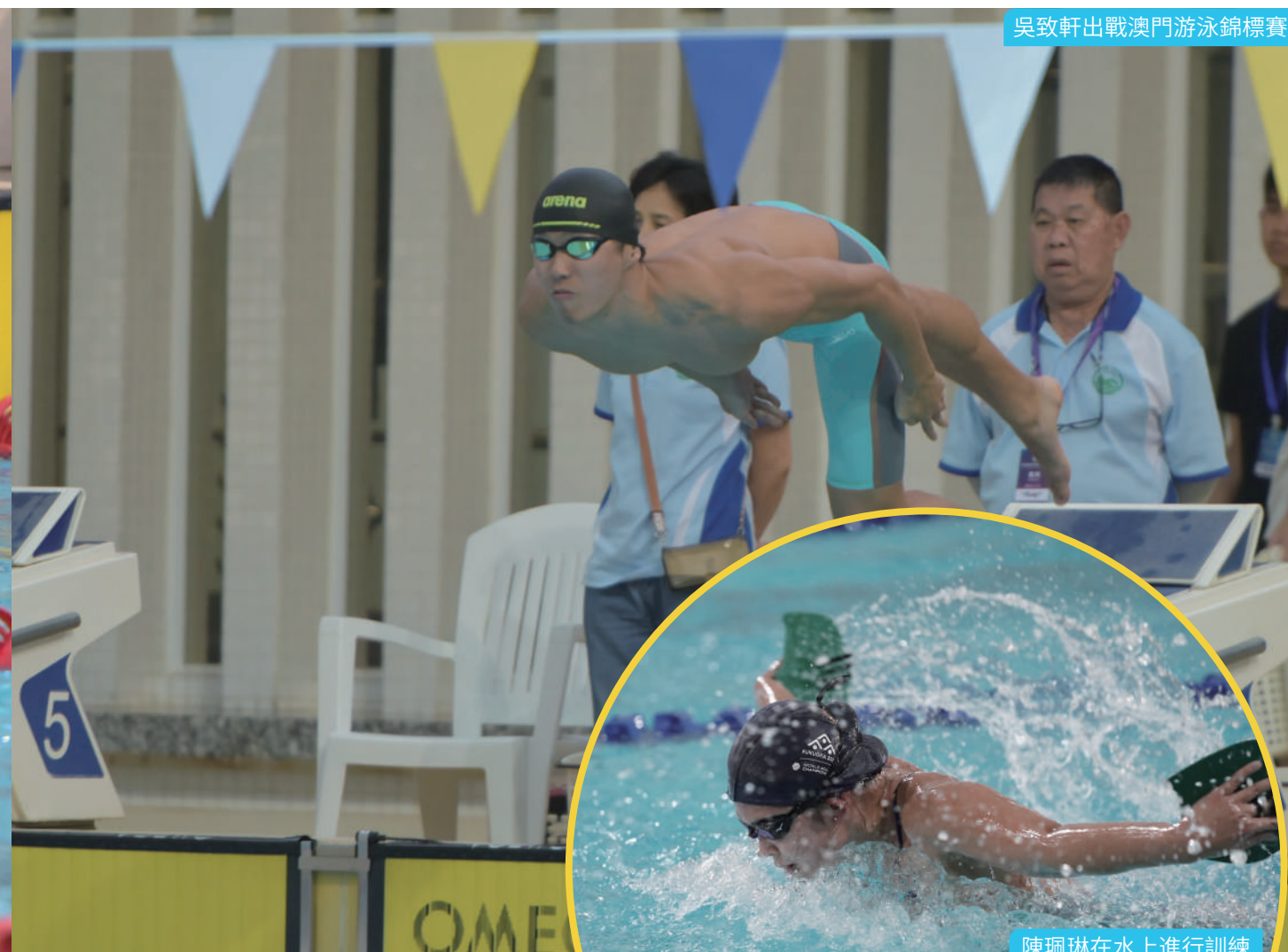
國際象棋班培養學員們的耐性與專注力

周文顯在澳門游泳錦標賽上打破多項紀錄



游泳代表隊成員在訓練期間努力不懈

吳致軒出戰澳門游泳錦標賽



陳珮琳在水上進行訓練

游泳代表隊 全力爭取更好成績

在近年各項大型游泳比賽當中，幾乎都可見到澳門游泳代表隊的身影。在今屆的全運會中，他們的目標是力爭突破個人以及團隊的舊紀錄，向更快的速度目標進發。

由初中開始接連締造學界紀錄，近年表現亦日漸成熟的「小蛙后」陳珮琳，在今屆全運的目標將會爭取突破個人最佳成績（PB），同時力爭進入半決賽，甚至決賽。

陳珮琳在暑假期間接連參加了在新加坡舉行的游泳世錦賽，以及在羅馬尼亞舉行的游泳世青賽，她在游泳世青賽女子50米蛙泳的賽事更進入複賽，並以第十六名完成。這個成績對她而言卻並不滿意：「這次暑假到了美國進行集訓，但集訓結束後的個人狀態與平時有學業需要兼顧時的狀態，相比之下還要差一些，所以對我而言，將自己提升到最佳狀態是我目前的當務之急。」

對於自身認為需要進步的地方，陳珮琳認為主要都是她的一些“老問題”：「主要問題都是圍繞在起步和轉身這兩個部份，其他國家的泳手都會在這兩個階段把握機會拉開差距，所以我在這個時候需要用更多的力氣去修復失地，但因為體能上的差距，最後也會有機會愈游愈慢，所以提升體能以及加強個人手部的力量，是我當下最需要改善的地方。」

最後，陳珮琳亦非常期待在全運會和國家隊的泳手同場較量，因為在國際性賽事上，澳門隊的成員很少有機會和世界級的選手較量，而今次全運會就給了她一個和高水平選手競技的機會。

另一位游泳代表隊的成員，周文顯表示在剛過去的游泳世錦賽上找到了以往比賽的速度，例如在初段的成績和他個人的最佳成績不相伯仲，但因為耐力不足，表現會稍有下滑，所以他在香港的訓練將會集中提升這一部份。同時希望可以在比賽策略和技巧上有更大的改善。

作為目前游泳代表隊中經驗最豐富的成員，周文顯在今次全運會備戰期間的角色除了鼓勵隊友們，同時促使他們進步外，亦嘗試去做一些事情，令大家可以在過程中互相團結，希望可以提升大家的默契。

除此之外，周文顯在今屆全運會將會帶領隊友出戰4X100米男女混合泳接力，目標是要打破這個項目的澳門紀錄。在個人方面，上屆男子200米蛙泳打入半準決賽的他，在今屆的目標是爭取在50米蛙泳打入前八。

除了周文顯和陳珮琳外，游泳代表隊亦有不少具有一定實力和經驗的成員。陳思峻曾代表澳門出戰杭州亞運的男子仰泳項目；黃婉柔在六月初舉行的「第四十八屆澳門分齡游泳比賽」上打破女子200米仰泳的澳門紀錄；前往香港升學的吳致軒在九月初舉行的「第六十八屆澳門游泳錦標賽」接連打破50米蝶泳和50米自由泳的澳門紀錄；另外林志聰、鄭穎芝、郭熙晴及周浩正亦有代表澳門出戰各項賽事。

今屆在深圳大運中心游泳館舉行的全運會游泳項目將會成為他們展現自身實力的最佳舞台。期望他們能夠游出好表現，展現本澳運動員的風采。

Seleccção de natação na luta por melhores resultados

Nos últimos anos, a selecção de natação de Macau tem marcado uma presença regular nas principais competições de natação. Nos Jogos Nacionais do corrente ano, o seu objectivo é esforçar-se para bater recordes pessoais e colectivos anteriores e alcançar melhores marcas.

Conhecida como a «Pequena Rainha da Natação», Chen Pui Lam, que vem estabelecendo recordes escolares desde o ensino básico e cujo desempenho tem amadurecido constantemente nos últimos anos, pretende superar o seu recorde pessoal e chegar às semifinais, ou mesmo às finais, nos Jogos Nacionais deste ano.

Durante as férias de Verão, Chen Pui Lam participou no Campeonato Mundial de Natação, realizado em Singapura, e no Campeonato Mundial Júnior de Natação, realizado na Roménia. Ela avançou para as semifinais, nos 50m bruços femininos no Campeonato Júnior, tendo terminado em 16.º lugar. No entanto, não ficou satisfeita com o resultado. Ela afirmou: “Neste Verão, fui para os Estados Unidos para um campo de treino, mas depois disso a minha condição física ficou um pouco pior do que o normal, ao equilibrar o treino com os compromissos académicos. Para mim, actualmente a minha principal prioridade consiste em atingir a minha melhor forma possível.”

Em relação às áreas que considera necessitarem de melhorias, Chen Pui Lam acredita que são, na sua maioria, os seus “problemas de longa data”. Ela declarou: “Os principais problemas giram em torno do arranque e das viragens. Os nadadores de outros países aproveitam frequentemente a oportunidade para ganhar vantagem durante estas duas fases, pelo que preciso de me esforçar mais para recuperar o terreno perdido. No entanto, devido às diferenças no condicionamento físico, posso abrandar o ritmo à medida que a prova avança. Por isso, melhorar a minha condição física e a força dos braços é a minha principal prioridade neste momento.”

Por fim, Chen Pui Lam está ansiosa por competir ao lado de nadadores da selecção nacional nos Jogos Nacionais. Como os membros da equipa de Macau raramente têm a oportunidade de enfrentar nadadores de nível internacional em competições internacionais, os Jogos Nacionais deste ano oferecem-lhe a oportunidade de competir com atletas de alto nível.

Outro membro da equipa de natação, Chao Man Hou, disse ter recuperado o ritmo de competição que tinha nas competições anteriores, no recém-concluído Campeonato Mundial de Desportos Aquáticos. O seu desempenho nas fases iniciais foi comparável ao seu recorde pessoal, mas devido à resistência insuficiente, tendeu a abrandar. Portanto, o seu treino em Hong Kong irá concentrar-se em melhorar a sua resistência. Ao mesmo tempo, espera melhorar ainda mais a sua estratégia e técnica de prova.

Como membro mais experiente da equipa de natação, Chao Man Hou disse que, durante os preparativos para os Jogos Nacionais deste ano, o seu papel vai além de incentivar os colegas de equipa a melhorar; procura também implementar outras iniciativas para promover a coesão entre todos e espera melhorar o espírito da equipa.

Além disso, Chao Man Hou vai liderar os seus companheiros de equipa na estafeta mista de 4x100m, nos Jogos Nacionais deste ano, com o objectivo de bater o recorde de Macau na prova. Em singulares, tendo chegado às meias-finais dos 200m bruços masculinos na edição anterior, este ano ambiciona terminar entre os oito primeiros nos 50m bruços.

Para além de Chao Man Hou e Chen Pui Lam, a selecção de natação inclui vários outros membros com uma considerável habilidade e experiência. Chan Si Chon já representou Macau nas provas de costas masculinas nos Jogos Asiáticos de Hangzhou. Wong Un lao bateu o recorde de Macau nos 200m costas femininos na 48.ª Competição de Natação por Grupos Etários de Macau, realizada no início de Junho. Ng Chi Hin, que se deslocou a Hong Kong para continuação dos estudos, bateu consecutivamente os recordes de Macau nos 50m mariposa e 50m livres, no 68.º Campeonato de Natação de Macau, realizado no início de Setembro. Outros membros da equipa, incluindo Lam Chi Chong, Cheang Weng Chi, Kuok Hei Cheng e Chau Hou Cheng, também representaram Macau em várias competições.

As provas de natação deste ano nos Jogos Nacionais, a ser realizadas na Piscina do Centro Desportivo da Universidade de Shenzhen, serão o palco perfeito para todos os atletas demonstrarem as suas capacidades. Espera-se que apresentem desempenhos sólidos e demonstrem o talento e o espírito dos atletas de Macau.

黃婉柔(中)和隊友們一起進行訓練



The Swimming Team Strives for Better Results

In recent years, the Macao swimming team has been a regular presence at major international swimming competitions. At this year's National Games, their goal is to strive to break both personal and team records and achieve faster times.

Known as the “Little Breaststroke Queen,” Chen Pui Lam, who has been setting school-level records since junior high and whose performance has steadily matured in recent years, aims to surpass her personal best and reach the semifinals, or even the finals, at this year's National Games.

During the summer vacation, Chen Pui Lam took part in the World Aquatics Championships held in Singapore and the World Aquatics Junior Swimming Championships held in Romania consecutively. She advanced to the semifinals in the women's 50m breaststroke at the Junior Championships and finished in 16th place. However, she was not satisfied with the result. She said, “This summer I went to the United States for a training camp, but afterward my personal condition was somewhat worse than my usual condition when balancing training with academic commitments. For me, reaching my best possible form is currently my top priority.”

Regarding the areas she feels need improvement, Chen Pui Lam believes they are mostly her “long-standing issues.” She stated, “The main issues revolve around the start and the turns. Swimmers from other countries often seize the opportunity to pull ahead during these two phases, so I need to exert more effort to regain lost ground. However, due to differences in physical conditioning, I may slow down as the race progresses. Therefore, improving my physical conditioning and arm strength is my top priority at the moment.”

Finally, Chen Pui Lam is eagerly looking forward to competing alongside national team swimmers at the National Games. As members of the Macao team rarely have the opportunity to face world-class swimmers in international competitions, this year's National Games offers her a chance to challenge high-level athletes.

Another member of the swimming team, Chao Man Hou, said he regained the race pace he had in previous competitions at the recently concluded World Aquatics Championships. His performance in the early stages was comparable to his personal best, but due to insufficient endurance, he tended to slow down. Therefore, his training in Hong Kong will focus on improving his endurance. At the same time, he hopes to make further improvements in his race strategy and technique.

As the most experienced member of the swimming team, Chao Man Hou said that during preparations for this year's National Games, his role goes beyond encouraging teammates to improve; he also seeks to implement other initiatives to foster team cohesion and hopes to enhance everyone's team chemistry.

Additionally, Chao Man Hou will lead his teammates in the 4x100m mixed medley relay at this year's National Games, aiming to break Macao's record in the event. On the individual front, having reached the semifinals of the men's 200m breaststroke in the previous edition, he aims to finish in the top eight in the 50m breaststroke this year.

Alongside Chao Man Hou and Chen Pui Lam, the swimming team includes several other members with considerable skill and experience. Chan Si Chon has previously represented Macao in the men's backstroke events at the Hangzhou Asian Games. Wong Un lao broke the Macao record in the women's 200m backstroke at the 48th Macao Age Group Swimming Competition held in early June. Ng Chi Hin, who went to Hong Kong for further studies, consecutively broke the Macao records in the 50m butterfly and 50m freestyle at the 68th Macao Swimming Championships held in early September. Other team members, including Lam Chi Chong, Cheang Weng Chi, Kuok Hei Cheng, and Chau Hou Cheng, have also represented Macao in various competitions.

This year's swimming events at the National Games, held at the Shenzhen Universiade Sports Centre Natatorium, will provide the perfect stage for them to showcase their abilities. They are expected to deliver strong performances and demonstrate the talent and spirit of Macao's athletes.

陳思峻進行體能訓練



陳珮琳進行手部力量訓練



軟組織受傷急性處理原則

當運動時不小心扭傷韌帶或拉傷肌肉，到底要怎樣處理才適當？一般軟組織受傷分成三階段：急性期（第一到三天）、亞急性期（第四天到三週）和慢性期（第三週以上），不同時期的處理方式也不太一樣。急性處理一般傳統的方法為冰敷加壓的「PRICE」原則，主要以減輕症狀，追求短暫舒緩疼痛。但因越來越多證據顯示冰敷會延緩組織修復的速度，因此現今在急性期和亞急性期，建議遵循「PEACE & LOVE」原則。這個原則的核心價值着重於身體的自我修復能力，因此我們不應該壓制它，而應為身體創造最佳環境，引導身體進行有效的自我修復。強調耐心、教育並避免過度治療，以恢復長期的功能為目標。

在受傷的當下，使用緩和（PEACE）的處理原則。P（Protection）保護患處，受傷後的前三日應盡量減輕活動強度，以不疼痛的活動為原則，減少過度出血，防止組織二次受傷。但也不應該完全不活動，因為會影響組織修復的強度和品質。E（Elevation）抬高患處，減輕受傷組織的腫脹程度。A（Avoid anti-inflammatories）避免使用過量的消炎藥物，發炎是修復的起點。因此避免使用消炎藥（如布洛芬）和冰敷，以免干擾自然的癒合機制。C（Compression）患處加壓固定，以外部加壓的方式，如使用繃帶或肌貼，減少關節內水腫和組織出血。E（Education）治療師應衛教病人，早期的自主運動有助組織的恢復，控制強度和劑量以預防過度活動，以免造成組織的過多發炎反應。

第一天過後，需要對軟組織用愛（LOVE）的原則。L（Load）負重，在不加劇疼痛的情況下進行負重，在症狀允許下盡快恢復正常活動。O（Optimism）保持樂觀，身心靈為一個整體，保持樂觀的心態去看待，對於組織的修復亦有正面的影響。V（Vascularisation）促進血液循環，例如早期活動和有氧運動等，但在不加劇疼痛的情況下進行。E（Exercise）運動，有研究證實有助於受傷組織的恢復並降低再受傷的風險。能夠恢復組織的活動度、肌力和本體感覺等。因此活動劑量的控制十分重要，過少或過多的活動也會對組織產生負面的影響，建議尋找專業的治療師去評估和處理。

參考資料

1. Blaise Dubois ¹, Jean-Francois Esculier ² Soft-tissue injuries simply need PEACE and LOVE 2020 Jan;54(2):72-73



Princípios para tratamento agudo de lesões de tecidos moles

Quando se pratica desporto e se sofre uma entorse nos ligamentos ou uma distensão muscular, qual é o tratamento mais adequado? As lesões de tecidos moles geralmente dividem-se em três fases: fase aguda (do primeiro ao terceiro dia), fase subaguda (do quarto dia à terceira semana) e fase crónica (mais de três semanas). Os métodos de tratamento variam conforme a fase. O tratamento agudo tradicional é baseado no princípio “PRICE”, que envolve aplicação de gelo e compressão, visando aliviar os sintomas e proporcionar um alívio temporário da dor. Contudo, cada vez mais provas sugerem que a aplicação de gelo pode atrasar a recuperação dos tecidos. Assim, actualmente, recomenda-se seguir o princípio “PEACE & LOVE (Paz e Amor)” nas fases aguda e subaguda. Este princípio enfatiza a capacidade inata de auto-reparação do corpo, pelo que não devemos suprimir essa capacidade, mas sim criar um ambiente propício para guiar o corpo na sua auto-reparação eficaz. Enfatiza a paciência, a educação e o evitar de tratamentos excessivos, com o objectivo de restaurar a função a longo prazo.

No momento da lesão, deve aplicar-se o princípio de suavidade (PEACE). P (Protecção) refere-se à protecção da área afectada; nos três dias após a lesão, deve reduzir-se a intensidade da actividade, aderindo ao princípio do movimento sem dor, para minimizar o sangramento excessivo e prevenir novas lesões nos tecidos. Enretanto, não se deve evitar completamente a actividade, pois isso pode afectar a força e a qualidade da recuperação dos tecidos. E (Elevação) implica elevar a área afectada para reduzir o inchaço do tecido lesionado. A (Evitar anti-inflamatórios) recomenda-se evitar o uso excessivo de medicamentos anti-inflamatórios, uma vez que a inflamação é o ponto de partida da reparação. Assim, deve evitar-se anti-inflamatórios (como o ibuprofeno) e a aplicação de gelo, para não interferir com os mecanismos naturais de cicatrização. C (Compressão) envolve a aplicação de compressão na área afectada, utilizando bandagens ou fitas kinesionlógica para reduzir o edema articular e a hemorragia tecidual. E (Educação) implica que o terapeuta deve educar o paciente sobre a importância do movimento autónomo precoce para ajudar na recuperação dos tecidos, controlando a intensidade e a dose para evitar actividades excessivas que possam provocar uma resposta inflamatória excessiva nos tecidos.

Após o primeiro dia, é necessário aplicar o princípio do amor (LOVE) nos tecidos moles. L (Carga) refere-se à carga, começando a mover com suporte de peso sem agravar a dor, procurando restaurar a actividade normal o mais rapidamente possível, conforme os sintomas permitam. O (Optimismo) significa manter uma perspectiva positiva, pois a mente, o corpo e o espírito formam um todo, e uma mentalidade optimista pode ter um impacto positivo na recuperação dos tecidos. V (Vascularização) envolve promover a circulação sanguínea, através de mobilizações precoces e exercícios aeróbicos, mas sem agravar a dor. E (Exercício) refere-se à prática de exercícios, com estudos a comprovar que ajudam na recuperação dos tecidos lesionados e na redução do risco de novas lesões. Isso ajuda a restaurar a amplitude de movimento, a força e a propriocepção dos tecidos. Por isso, o controlo da dose de actividade é muito importante; tanto a actividade insuficiente quanto a excessiva podem ter efeitos negativos nos tecidos. Recomenda-se procurar um terapeuta profissional para avaliação e tratamento.

Referência :

1. Blaise Dubois ¹, Jean-Francois Esculier ² Soft-tissue injuries simply need PEACE and LOVE 2020 Jan; 54(2):72-73

Principles of Acute Management for Soft Tissue Injuries

For ligament sprains or muscle strains caused by sporting accidents, what is the proper way to manage the injury? Generally, soft tissue injuries are classified into three phases: the acute phase (day 1 to 3), the sub-acute phase (day 4 to 3 weeks), and the chronic phase (beyond 3 weeks). Management strategies vary according to the phase of injury. Traditionally, acute injuries were managed with the “PRICE” principle, which includes ice and compression. The principle primarily aims to relieve symptoms and provide short-term pain relief. However, increasing evidence has shown that applying ice can slow down tissue healing. Therefore, the latest guidelines recommend following the “PEACE & LOVE” principle during the acute and sub-acute phases. This principle emphasises the body’s natural self-healing capacity. Instead of suppressing this process, the goal is to create the best environment to facilitate efficient tissue recovery. It also highlights the importance of patience, education, and avoiding over-treatment, aiming for long-term functional restoration.

Immediately after injury, the “PEACE” approach should be adopted. P for protection: Protect the injured area. For the first three days after injury, reduce the intensity of activity and avoid painful movements to minimise bleeding and prevent secondary injury. However, complete immobilisation is not advised, as it may impair the strength and quality of tissue repair; E for elevation: Elevate the injured limb to reduce swelling of injured tissue; A for avoid anti-inflammatories: Avoid excessive use of anti-inflammatory medications. Inflammation is the starting point of healing, so avoid anti-inflammatory drugs (e.g. ibuprofen) and icing, as they may interfere with the natural healing process; C for compression: Apply external compression such as using bandages or kinesiology tapes to reduce joint swelling and internal bleeding; E for education: Health professionals should educate patients that early controlled movement can promote tissue healing, with the intensity and dosage carefully controlled to prevent over activity, thus reducing excessive inflammation.

From the day after injury onwards, the “LOVE” approach should be followed. L for load: Gradually reintroduce loading without aggravating pain, and resume normal activity as soon as symptoms allow; O for optimism: Maintain a positive mindset, as the body, mind and spirit are interconnected, and an optimistic mentality can have beneficial effects on tissue healing; V for vascularisation: Promote blood circulation through early stage movement or aerobic exercise as long as it does not increase pain; E for exercise: Exercise has been shown to support tissue recovery and reduce the risk of reinjury. It helps restore mobility, muscle strength, and proprioception. The dosage of activity is thus crucial, as too little or too much can hinder healing. It is advisable to seek assessment and guidance from a qualified healthcare professional.

Reference :

1. Blaise Dubois¹, Jean-Francois Esculier² Soft-tissue injuries simply need PEACE and LOVE 2020 Jan;54(2):72-73

澳門體育

Pratica Desporto, Reforça a Tua Saúde
齊運動 健體魄

DESPORTO DE MACAU

MACAO SPORT

www.sport.gov.mo

2823 6363



官方網站
Página oficial



體育盛事Facebook
"Grande Eventos Desportivos" do Facebook



澳門體育微信
"Desporto de Macau" do WeChat



澳門特區體育局微信
Conta de assinatura "Instituto do Desporto da RAEM" do WeChat



大眾體育動向Facebook
"TREND ON MACAU SPORT FOR ALL" do Facebook

