

# 關懷社會



## 恒生乒乓球學院

計劃時期: 2001年至今

計劃目的: 培育及協助年輕乒壇新星，以及鼓勵公眾參與體育運動強身健體，培養健康的生活習慣。

合作機構: 香港乒乓總會

計劃受眾: 5至16歲的兒童及青少年、運動員、教練及公眾

計劃詳情: 學院提供專業培訓課程及計劃，培育及協助年輕乒壇新星，長遠在體育運動上追求理想。

計劃成效: 自1991年起，恒生銀行與香港乒乓總會合作支持本港的乒乓球發展。「恒生乒乓球學院」成立以來孕育逾65,000位學員、當中140人成為香港代表隊或香港青少年隊隊員，學院並舉辦超過7,700項活動，惠及超過41萬人。代表香港出戰東京奧運會的六位正選球員中，包括女子團體銅牌球員杜凱琹、李皓晴、蘇慧音、男子球員黃鎮廷及林兆恒五位健兒皆畢業於「恒生乒乓球學院」。香港乒乓球運動員在東京奧運會女子團體賽事摘下銅牌，打破香港有史以來在奧運會比賽同類項目中的最好成績，恒生對健兒取得佳績感到尤其振奮。



# 關懷社會



## 恒生支持本港乒乓球發展30年

有人說「二十是弱冠之年，三十而立」，按照古代儀式，20歲時行冠禮，標誌著已長大成人；到了30歲，更是人生的黃金時間，向著目標奮鬥。的確，20至30年間可以成就出許多人與事。孕育生命不易，要孕育世界級運動員更加來之不易，必須經過長達8至12年有系統的全職訓練，所付出的血汗、淚水和資源不可勝數。

今年，香港共派出6名正選乒乓球運動員出戰東京奧運（另有2名後備），在正選球員當中有5人皆為「恒生乒乓球學院」畢業生。



## 「恒生乒乓球社區發展計劃」培養青少年潛能和堅毅精神

30年前（1991年），香港乒乓總會聯同香港康體發展局推出為期三年的乒乓球社區發展計劃。向來積極為年輕人提供機會、為本港社會注入可持續發展動力的恒生銀行，撥款港幣175萬元大力支持，並命名為「恒生乒乓球社區發展計劃」，期望讓青少年人透過乒乓球訓練訂立個人目標、培養鍥而不捨的奮鬥精神，同時豐富成長及人生經驗。此外，為本港各區人士接受乒乓球訓練的機會，從中挑選有潛質的好手組成精英班底參加賽事，培育土生土長乒壇的新秀亦是計劃的目標。

為吸引更多人尤其青少年參與乒乓球活動，計劃增設學童級別獎章獎勵計劃，以便更有系統地挑選新力軍。30年前在這計劃下，香港第一個乒乓球員排名榜誕生，清楚列出各球手在各項賽事的表現，最佳球員獲得參加海外比賽的機構，而最終目標是培育他們為加入香港代表隊而鋪路。

# 關懷社會



## 「恒生乒乓球學院」培育奧運選手

今年代表香港出戰東京奧運的6名正選球員中，有5人包括黃鎮廷、杜凱琹、李皓晴、蘇慧音及林兆恒皆為「恒生乒乓球學院」畢業生。「恒生乒乓球學院」於2001年由香港乒乓總會主辦，恒生銀行全力支持，並獲康文署資助，旨在從多個範疇發掘、培育乒壇新秀及相關人才；學院為運動員、教練及技術人員提供高質素的培訓與技術等支援，又致力推廣運動教育。「恒生乒乓球學院」自成立以來孕育逾65,000名學員；現役港隊乒乓球員有28人，當中17人曾接受學院的培訓。



## 港隊乒乓選手備戰奧運的心態

世界排名第19、乒乓港隊大師兄黃鎮廷將參加奧運三個項目，包括男子單打、男子團體和混合雙打。黃鎮廷接受訪問時指以爭取獎牌為目標，至於如何備戰？他表示：「我集中加強體能訓練，以應付三項比賽所需的運動量。另外，我每天亦加入混雙訓練。」面對疫情，已完成接種兩針2019冠狀病毒病疫苗的黃鎮廷以平常心對待。黃鎮廷12歲時加入「恒生乒乓球學院」精英隊，除了技術水平有所提升，更寶貴的是獲得許多比賽實戰經驗，他18歲時成為全職運動員。



夥拍黃鎮廷參加男女混合項目、世界排名第15的杜凱琹，於2016年已登上里約奧運大舞台。她擁有豐富實戰經驗，有近七、八個月時間身處內地集訓，跟隨中國國家隊訓練，感覺進步不少。杜凱琹分享指：「特別是混雙和團體項目，對於自己的期望更大。備戰方面，我特別加強進行混雙及雙打訓練，希望加強隊友之間的默契和團結。」

# 關懷社會



## 港隊乒乓選手備戰奧運的心態

今年23歲、首次踏足奧運的蘇慧音於2006年加入「恒生乒乓球學院」精英隊訓練，讓她認識不少志同道合的好友，在乒乓路上彼此激勵、互相啟發。蘇慧音參加奧運女子單打和女子團體兩個項目：「由於疫情，這年沒有機會參加比賽，因此現時的訓練會抱住更加嚴肅的心情，對自己的整體要求更高，希望加強面對逆境的抗壓能力。」蘇慧音平時愛看書和電視劇減壓。

另一名年輕奧運選手、15歲已經決定要做全職運動員的林兆恒，亦是首次參加奧運。他今年在全港公開乒乓球單項錦標賽決賽，以3比1擊敗大師兄黃鎮廷。東京奧運因疫情延期一年，對林兆恒反而是件好事，因為多了一年時間備戰。林兆恒表示：「在心態上，我以放鬆的心情迎戰，由於第一次參加，我抱着一份學習的心態與對手比賽。」

不論港隊乒乓球手的奧運成績如何，他們刻苦鍛鍊、堅毅不屈的體育和拚搏精神令人敬佩。植根香港88年的恒生銀行深信，運動員的寶貴特質對個人發展的重要性，更加希望本港市民透過運動變得更健康，加強社會的凝聚力。恒生衷心地為一班香港奧運選手打氣，期望他們在國際乒乓球壇發光發亮，為香港締造更多佳績。