

建築的事 之乒乓球賽



我有份!

盧賜良（右）和盧璋瑤（左）父子參加親子雙打，非常投入，一攻一守，非常合拍。

建造業乒乓健將「勁揪」 百場激戰盡展拼搏精神

建造業議會（議會）於8月20日舉辦首屆「建造業乒乓球比賽」（比賽），吸引逾百名來自政府部門、建築公司、工會及學會的選手參賽，一同以球會友、切磋交流、增進友誼。今屆賽事分男單、女單、男雙、女雙、混雙及親子雙打組別逾百場比賽，而男女子單打項目更設有青年組及先進組，讓不同年齡的從業員都能角逐獎項。當日賽程十分緊湊，參賽者打得投入，觀眾們看得「肉緊」，決賽時隊員及親友打氣之聲此起彼落，令現場氣氛高漲。

「登！登！登！登！現在即將進行『建造業乒乓球比賽2017』男、女子單打決賽，請觀眾以熱烈掌聲歡迎裁判及運動員進場。」隨著場館廣播宣布，壓軸的決賽隨即上演。男子單打（青年組）由協興建築林如瀚對土木工程拓展署林奕騏，女子單打（青年組）由協興建築連雅玉對協興建築呂穎姿。經過一輪激戰，最後由林如瀚及連雅玉奪得男女單皇者寶座。

業界運動風盛行 喜結識同道中人

連雅玉是今屆賽事女子組大贏家，獨攬女子單打（青年組）及女子雙打冠軍。



熱愛運動及街舞的連雅玉，是女子組的大贏家。

「我在中學時期已參與不同運動，特別對籃球及田徑感興趣，反而乒乓球是近年才開始練習。因為公司非常支持同事參與體育運動，在乒乓球高手的同事指導下，每周參與定時訓練，首次出戰比賽就獲

得好成績，實在是喜出望外。」

任職工料測量師的她表示入行短短兩年，從運動比賽中體現的團隊精神，是最意想不到的收穫。「入行前，我沒想過建造業的運動風氣如此盛行，在公司鼓勵下，同事放工後相約一同訓練，不但可鍛鍊體魄兼減壓，更可加深彼此了解。而認識到一班志同道合的同業，令我對行業更有歸屬感。」最近開始練習長跑的連雅玉，打算未來參與長跑比賽吸取實戰經驗，其中包括明年初舉行的「建造業開心長跑」。

上陣不離父子兵 運動助學業提升

今屆賽事設有親子雙打，由盧賜良和盧璋瑤父子獲得冠軍。加入建造業逾25年的盧賜良，是一位工程、職業安全和環境管理顧問。他非常推薦從業員多做運動：「平日我需要在工地視察安全措施，需要清晰頭腦及細微的觀察力，工作時一定要集中精神。而乒乓球講求速度及技術，可訓練高度集中力。」強項為游泳的他，是渡海泳及各項游泳比賽的常客。「我熱愛游泳，除了夏日感覺涼快，對保護身體關節更有幫助，特別適合建造業工友，即使不是游長距離，只在水中練習提腿，對舒緩膝蓋疲勞也有顯著作用。」

今年11歲的盧璋瑤，小小年紀已渾身是勁，發力揪擊功架十足，不斷成功取分。強項是獨木舟及乒乓球的他覺得，運動有助提升學業成績：「運動可以訓練心理質素，因為在比賽中需要專注，這種集中力對平日讀書及溫習也有幫助。」已加入青苗獨木舟隊的他，希望繼續獨木舟及乒乓球雙線發展。「兩種運動我都喜歡，乒乓球是室內運動，打雙打可訓練與人合作；至於獨木舟在戶外比賽，可磨練個人技術及意志。」



首屆建造業乒乓球比賽吸引逾百名參賽者，連同超過三百名觀眾參與。

乒乓訓練速度反應 工務部門全力支持

乒乓球講求速度及反應，加上場地的便利性，是發展局轄下工務部門的傳統運動項目之一。每年會舉行跨部門乒乓球比賽，在強身健體之餘，更可增進部門間的聯繫和友誼。比賽當日，場館內進行緊張刺激的賽事，場館外則變身嘉年華會場。議會為參賽健兒及其親友，準備了多個適合一家大小參與的攤位遊戲。只要完成不同的遊戲並取得蓋印，便可換領豐富禮品，極受歡迎。



頒獎禮設有兒童醒獅表演，四隻活潑醒目小獅做出各項高難度表演，贏得在場人士熱烈掌聲。

運動比賽停不了 田徑長跑再Encore

2017建造業運動會暨慈善同樂日

日期：2017年11月5日(星期日)
時間：上午9時至下午5時
地點：香港體育學院

*除了田徑比賽，更設有充滿娛樂性的團體賽、親子賽及精彩表演；讓業界朋友及家屬共度歡樂一天。同日亦舉辦「建造業百人關懷慈善跑」，為「建造業關懷基金」籌款，別具意義。

建造業2018開心長跑暨嘉年華

日期：2018年1月7日(星期日)
時間：上午8時至下午1時
地點：建造業議會大埔訓練場

*分為10公里賽及3公里開心跑，以建造業議會大埔訓練場為起點及終點，途經大埔海濱公園及白石角海濱長廊附近折返。場內嘉年華會設有多個攤位遊戲、大型機械展示及拍照區等。

下期預告

訪問專工專責下兩位「升級」大師傅
將於九月十三日刊登