主辦機構
Organiser:

A.S. Watson Group
屈臣氏集團

協辦機構
Co-organisers:

民政事務局
Home Affairs Bureau

教育局
Education Bureau

屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016

Since 2005

Yes I Can!
我敢創未來！

天津運動交流團
紀念團刊

30.7 - 3.8.2016

Project LOL 屈臣氏集團
www.projectLOL.hk
屈臣氏集團 Project LOL
資助的教育計劃

屈臣氏集團

香港學生運動員獎

A.S. Watson Group HK Student Sports Awards

2015 - 2016







屈臣氏集團香港學生運動員獎簡介 - 01

中央政府駐港聯絡辦宣傳文體部朱文部長獻辭 - 02

教育局局長吳克儉 SBS 太平紳士獻辭 - 03

民政事務局體育專員楊德強太平紳士獻辭 - 04

屈臣氏集團董事總經理黎啟明先生獻辭 - 05

顧問委員會名單 - 06

獎項成立委員 - 07

團員心聲 - 小學組 - 08-12

團員心聲 - 中學組 - 13-17

行程表 - 18

團員守則 - 19

2016 年里約熱內盧奧運會知多少 - 20

景點介紹 - 21-26

鳴謝 - 27

活動剪影 - 28-29

歷屆交流團剪影 - 30-31

團員留名冊 - 32-33

屈臣氏集團企業社會責任簡介 - 34-35

ssa.aswatson.com

www.facebook.com/aswhkssa

屈臣氏集團香港學生運動員獎簡介

鼓勵新一代　愛生活　愛運動　多分享

「屈臣氏集團香港學生運動員獎」自 2005 年創立至今，以「每校一獎」形式，肯定學生運動員所付出的努力，亦希望透過得獎同學為學校注入更多正能量， 並積極推動校內體育文化。

這個全港性的獎項今年已踏入第十一年，而今年的得獎學生人數，更是破歷屆紀錄的 943 人，獲得全港超過八成半學校踴躍響應，是學界最大型運動員嘉許計劃之一。 我們起用「Yes I can！我敢創未來 !」為主題，除了是我們對年輕一代的寄語，亦希望獎項能為社會培育積極上進、熱愛運動的新一代，與他們一起開創精彩未來。

宗旨

1. 對具有運動潛質而且品行優良的學生予以肯定
2. 就學生在運動上取得佳績加以表揚及鼓勵
3. 提升青少年對運動的興趣
4. 推廣香港學界的運動風氣，為社會培育健康新一代

提名準則

「屈臣氏集團香港學生運動員獎」鼓勵各中、小學及特殊學校之校長根據以下準則，提名一位在校的學生為該獎項之得獎者：

1. 就讀於本地提供全科課程的中、小學及特殊學校
2. 在運動比賽中表現出色或具有潛質
3. 品行優良及富體育精神
4. 對運動充滿熱誠，並有志於追求卓越表現
5. 獲得校長推薦

獎項

每位得獎學生均可獲得：

1. 「屈臣氏集團香港學生運動員獎」證書一張
2. 獎學金港幣五百元
3. 獲邀參加領袖才能工作坊及頒獎典禮
4. 其中 30 位得獎者經面試獲挑選參加運動交流團

獻辭



朱文 部長

中央人民政府駐港聯絡辦公室宣傳文體部

祝賀「屈臣氏集團香港學生運動員獎 2015-2016」遴選出的 30 名運動員，踏上天津 - 秦皇島運動交流之旅，希望此行能成為你們成長過程中的難忘經歷。

屈臣氏集團是香港的名牌企業，一直以來致力公益事業，服務社群，特別是對激勵青少年參與體育、發揮潛能、追求卓越、培養健康向上的生活運動方式，具有積極的意義，發掘香港體育後備人才作出卓越貢獻。

本屆交流團將赴天津市和秦皇島市進行交流訪問。天津市是明年全運會的舉辦地，而秦皇島市擁有國家級的足球培訓基地，相信香港的學生運動員們此行一定會大有收穫。

祝願「屈臣氏集團香港學生運動員獎」更上一層樓，也希望學生運動員們繼續努力，在實現志趣、強身健體之時，為香港體壇增光添彩。

朱文

朱文部長

中央人民政府駐港聯絡辦公室

宣傳文體部

屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016

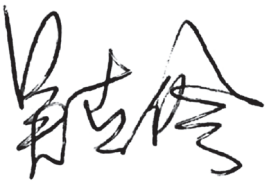


吳克儉 SBS, 太平紳士
教育局局長

衷心恭賀 30 名傑出學生運動員，獲選參加「天津運動交流團」，藉此拓寬視野，增廣見識。

這次交流團除遊覽當地名勝古蹟外，同學還會參觀天津體育博物館、奧林匹克大道公園等地方，對了解中國文化和祖國的運動發展有莫大裨益。此外，同學還有機會使用秦皇島訓練基地、天津體育中心等一級體育設施，並與當地運動員作技術切磋，互相交流及學習。希望同學珍惜今次難得的機會，努力學習和宣揚「友誼第一，比賽第二」的體育精神，並繼續積極地參與運動及培養良好品德。

感謝屈臣氏集團的鼎力支持，祝交流團順利完成，同學們滿載而歸。



吳克儉 SBS, 太平紳士
教育局局長

獻辭



楊德強太平紳士
民政事務局體育專員

欣悉本港有 30 名傑出學生運動員獲選參加「天津運動交流團」，我謹此致以衷心祝賀。

適逢今年是「奧運年」，中國將一如以往派出陣容強大的代表團前往巴西參賽。各位學生運動員這次隨團造訪天津，除了可以參觀秦皇島訓練基地，一睹國家隊運動員的訓練實況，進一步認識國家的體育設施和在體育方面的最新發展情況外，更有機會與內地精英運動員互相觀摩學習、切磋技術。希望各位同學能夠珍惜良機，全情投入各項活動，並與內地朋友多作交流、建立友誼。

我想藉此機會感謝屈臣氏集團設立「香港學生運動員獎」，讓表現優秀的學生運動員獲得表揚，並讓他們藉着參加交流團，與內地青少年進行體育交流，從而為香港體壇的長遠發展奠定基石。

最後，我衷心祝願各位獲選參加交流團的同學此行豐富充實，日後在運動路上繼續發光發亮，盡展所長。

楊德強太平紳士
民政事務局體育專員

屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016



黎啟明先生
屈臣氏集團董事總經理

屈臣氏集團一直熱心支持體育發展，鼓勵青少年透過參與運動，活出積極精彩人生，培養健康的生活模式。集團每年舉辦「屈臣氏集團香港學生運動員獎」，希望透過獎項激勵在運動方面有潛質的學生，並向年輕一代帶出「Yes I Can！我敢創未來！」的訊息。

「屈臣氏集團香港學生運動員獎」不經不覺已 11 歲，歷年已經孕育了總共超過 9,200 位得獎同學，而當中已有 300 位同學曾經分別前往北京、南京、杭州、上海、山東及濟南等訓練基地，和國內頂尖運動員交流及學習。

承蒙中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室，及國家體育總局對外體育交流中心的悉心協調及鼎力支持，讓集團能舉辦「天津運動交流團」，給予學生們參觀體育設施的機會，並與國家級運動員見面，讓他們眼界大開。此外，藉遊覽當地名勝古蹟，了解中國歷史及國家體育發展，是次運動交流團可謂一次動靜兼備的非凡體驗。

今年是屈臣氏集團的 175 周年，為慶祝這個重要的里程碑，集團特別推出 Project LOL 公益計劃，主要服務範疇包括健康、教育及關懷社區，希望為香港人帶來更多關愛 (Lots of Love)、更多歡笑 (Lots of Laughs)，令香港充滿正能量；而香港學生運動員獎正是 Project LOL 計劃中的一個主要活動。

我再次衷心祝賀 30 位獲選學生，希望你們在交流團中把握擴闊視野的黃金機會，在行程中充滿 LOL， Lots of Love, Lots of Laughs!



黎啟明先生
屈臣氏集團董事總經理

顧問委員會名單

榮譽顧問　：陳亞瓊女士

獎項成立委員：倪文玲太平紳士（屈臣氏集團）
蘇若禹先生（屈臣氏集團）
徐惠芬女士（屈臣氏集團）
吳曾婉梨校長
林冠新先生
洪進美校長
楊玉麟校長
儲富有校長
楊開將校長

榮譽委員　：黎耀強先生
李樂然校長
胡小玲校長

顧問委員　：何振業先生（教育局）
唐區玉珍女士（民政事務局）
麥淑琦女士（社會福利署）
余志賢校長（官立小學校長協會）
梁兆棠校長（香港資助小學校長會）
張勇邦校長（津貼小學議會）
劉瑤紅校長（香港中學校長會）
鄧啟澤校長（政府中學校長協會）
潘淑嫻校長（香港津貼中學議會）
張志鴻校長（香港直接資助學校議會）
梁永鴻博士（香港特殊學校議會）
連鎮邦校長（香港學界體育聯會）
姜炳耀先生（傑出青年協會）
趙詠賢女士（香港精英運動員協會）

獎項成立委員



林冠新先生
教育統籌局體育組
前總課程發展主任

吳曾婉梨校長
官立小學校長協會
前主席

楊開將校長
香港學界體育聯會
永遠名譽會長

蘇若禹先生
屈臣氏集團
保健及美容產品部
(東歐)
行政總裁

陳亞瓊女士
中央人民政府
駐港聯絡辦公室
宣傳文體部副部長

倪文玲太平紳士
屈臣氏集團
首席營運總監

楊玉麟校長
香港學界體育聯會
董事會前副主席

徐惠芬女士
屈臣氏集團
高級社區關係經理

洪進美校長
政府中學校長協會
前司庫

儲富有校長
香港津貼中學議會
前主席

團員心聲 - 小學組

你最喜歡哪一位歷屆奧運金牌運動員？他 / 她對你的運動路上有什麼影響？



譚恩彤

聖公會基顯小學

跳高

我最喜歡的奧運運動員是香港的牛下女車神李慧詩。她令我明白到什麼是努力不懈和永不放棄的精神。她曾經在一次公路訓練期間，因為閃避狗隻而導致左手骨折，需要進行多次手術。但她在養傷期間，仍繼續不斷進行練習。他的教練勸她放棄，但最終也被她那堅定不移的精神感動。所以每當我接受跳高訓練而受傷，或者遇上失敗的時候，我就會想起她。我一定會記得她那努力不懈和永不放棄的精神。



葉穎嘉

協恩中學附屬小學

田徑

我最喜歡的奧運金牌運動員是李麗珊，她是首位取得奧運金牌的香港運動員。當我認識她的事蹟後，我便以她為目標。有時候，雖然鍛練過程非常辛苦，但當我想到當年李麗珊也是經歷過十分艱辛的鍛練，才有那麼出色的成績時，我便會咬緊牙關，繼續接受訓練，希望將來也能像李麗珊一樣，為港爭光。



梁立天

馬鞍山循道衛理小學

羽毛球

我最喜歡的奧運金牌運動員是林丹。因為他有永不放棄的精神，不會半途而廢，所以是名符其實的奧運金牌運動員。他對我的運動生涯有很大的影響，因為他令我學會了堅持，不管在訓練中有多辛苦，也會堅持到底。林丹很值得我敬佩，因為他現在已經打到頂級的水平，所以我很想學習他。



楊佩霖

天主教聖母聖心小學

游泳

我最喜歡的奧運金牌運動員是保特。他擅長的運動是跑步。我曾經在網上看過一條短片，是記述保特的練習過程，我看見他不斷在陽光下跑，很久很久才停下來休息。我覺得他在奧運會能獲得金牌是因為他長期努力，有目標，不斷堅持，才可以得到成功。我深深感受到他的堅持，所以我以後做每一件事都要向他學習。保特永遠、永遠是我的偶像！



馬昊龍

筲箕灣官立小學

跆拳道

如果問我我最喜歡的奧運金牌運動員，我會說是許海峰。我十分敬佩他那嚴肅認真，不會輕易放棄的態度。他這種精神可以督促我在運動路上更加精益求精，面對困難不會放棄，一直堅持到底。許海峰現在是中國國家射擊隊的總教練，但他那堅毅不屈的精神還沒有消失，他的表現讓我感受到高尚的運動精神，促使我在運動的路上，走得更長更遠。



張耀正

藍田循道衛理小學

足球

我最喜歡的奧運金牌運動員是劉翔。他是一名田徑運動員。他雖然曾在比賽中受傷，但是他沒有放棄，在往後的比賽都全力以赴。他那堅毅不屈的精神，讓我在足球運動路上得到很多啟發。有時候在比賽中落後，我都會喚醒自己不可以放棄，並且提醒隊友不要氣餒，因為我們還有機會反敗為勝。我就憑這份精神，一直硬闖難關。就像有一次，我們在港澳埠際賽以 4:1 反勝對手，奪得冠軍，我和隊友們都十分開心。

團員心聲 - 小學組



羅正賢

聖公會仁立紀念小學

羽毛球

我很崇拜中國羽毛球選手林丹，因為他讓我學會了堅持。他每一場比賽都會全力以赴，不放棄。即使落後，他都會努力，誓要追回那些分數。另外，他在打羽毛球時，亦會採用不同策略，有時選擇快攻，有時採用網前的輕吊……他的技術真的很精湛。他這種堅持不懈的精神和靈活變通的技術會永遠牢記在我的腦海中。我的運動路上有了他的支撐，就可以更有信心努力去練習和打好每一場比賽。



許可臻

英華小學

足球

我最喜歡的奧運金牌運動員是劉翔。很多人都認為他能成功，是因為他有與生俱來的良好天賦，可以成為一個跨欄好手；但是我認為他的成功不只於此！他能成功，是因為他那種永不放棄的精神。認識他的教練都說，他能破世界紀錄，是因為他每次練習，都投下120% 的努力，若不是他這種奮鬥精神，他不會如此成功。因此，我每次練習都嘗試用 120% 的努力，希望長大後能拿下奧運金牌！



嚴啟倬

黃埔宣道小學

足球

我最喜愛的運動員是美斯。他是一個足球運動員，也是阿根廷國家隊隊長。我最欣賞他對足球的熱誠。我是香港足球代表隊的成員，四年前曾前往西班牙參加比賽，並有機會在現場觀看美斯比賽。他能與隊友合作，又不斷取得入球。我在美斯身上學懂了團隊合作的重要性。今年是我在小學擔任足球隊隊長的最後一年，我希望能把握時間，幫助比我年輕的足球隊隊員成長。



黃海言

拔萃小學

乒乓球

我最喜歡的奧運金牌運動員是許昕。許昕是左手直板球員，直板球員在現代比較難出人頭地。現在直板球員的排名都不高，但卻他卻能突破各種重重難關，全世界排名第三。他十分勤奮，在比賽中往往都不會放棄，因此常常都能在逆境中翻身，贏得比賽。許昕的毅力，令我體會到意志力的重要。意志力促使我認真地練球，使我在比賽中獲得更多獎項，在運動路上大步向前邁進。



游晴

天水圍天主教小學

劍擊

我最喜愛的奧運金牌運動員是保特。保特是一個田徑運動員，也是世界紀錄保持者。他每次參加奧運會，所有觀眾都會期待他在比賽中刷新紀錄，而他的成績也一次比一次好。保特是我的學習模範，因為他每次取得冠軍後，都沒有驕傲，還會更加努力去練習，希望在下一次的運動會取得更佳的成績。我希望我可以學習到他的長處，可以發揮更加突出的表現。



鍾賦穎

般咸道官立小學

田徑

我最喜歡的奧運金牌運動員是李麗珊。她是第一位奪得奧運金牌的香港運動員。 據說，李麗珊起初學習滑浪風帆不太順利。不過，她沒有放棄，堅持學習。她第一次參加國際比賽時，只獲得第六十名，更被人取笑為香港的「垃圾」運動員。但是李麗珊沒有灰心，反而更加發奮，加倍努力去練習，並於下一次的奧運比賽獲得冠軍。她說：「香港的運動員不是垃圾。」這句話心一直埋在我心中。李麗珊那永不放棄的精神，在我的日常生活和比賽中，給了我很多很大的啟示。希望明天的我會成為第二個「李麗珊」。

團員心聲 - 小學組



冼文騫

景林天主教小學

欖球

我最喜歡的奧運金牌運動員是夏雪。她六歲開始練習武術，每天早上七時起床，梳洗完畢後便踏單車到武術場館，由早上八時一直練習到中午十二時，吃過午飯後又再練習，日日如是，年年如此。經過十多年的訓練和比賽，夏雪終於成為了一個金牌武術運動員。她那種堅持的精神，令我在參加比賽時不怕任何困難，不斷逆流而上，爭取好成績。



江澤斌

伊利沙伯中學舊生會小學分校

足球

我最喜歡的奧運金牌運動員是施泰納。他是德國舉重運動員，擁有一個令人讚嘆的故事，更在 2008 年北京奧運奪得金牌。 最初他是一個成績普通的奧地利運動員，被不少人批評。於是他和太太移民德國，並向太太承諾，一定要在奧運拿金牌。他把專注放在舉重，過了一段艱苦時間，代表德國參加奧運。他在第一、二次試舉成績不好，在第三次試舉時，想起了對太太的承諾，居然舉起了比第二次重十公斤的槓鈴，突破了他的紀錄。他感到意外，十分開心，，而且體現了對太太的承諾。 我欣賞他的一句話：「只要你有一個非做不可的理由，堅持自己的信念，咬牙撐過那段艱難，你會發現連自己都沒想到的力量。」這句話教了我怎樣面對運動，也明白訂立目標對一個運動員是十分重要的。



梁躍藍

聖公會聖米迦勒小學

田徑

談到我最喜歡的奧運金牌運動員，不能不提男飛人保特。他代表牙買加，而且已經連續拿了幾屆奧運田徑項目冠軍，包括 100 米，200 米和 4 X 100 米。他每次都憑着凌厲的後勁超越對手！有傳聞說他參加完這屆奧運後便退出，真是十分可惜。他對我影響頗深。他的表現告訴我年齡不是問題，只要對運動有澎湃的熱情，做好自己的本分，不管對手做些什麼對自己都沒有影響，堅持到最後便可以了。他令我明白到付出了的汗水是值得的，正所謂一分耕耘，一分收穫啊！

團員心聲 - 中學組



廖恩希

保良局董玉娣中學

游泳

我最喜歡的奧運運動員是李慧詩。她是一個單車運動員。雖然我是一名游泳運動員，但是我覺得她那種堅毅的精神，值得我們不同界別的運動員學習。我小時對游泳沒有足夠的熱誠，直到李慧詩奪得奧運獎牌，才明白只要努力，一定會成功。以前香港沒有單車館，李慧詩需要出境，到外地練習，爭取奧運入場券和獎牌，終於她成功了。從此，我就想成為下一個她，每天到泳池練習，為目標而努力。

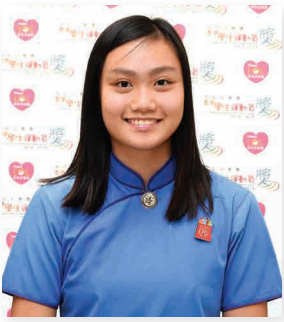


鄧立

東華三院甲寅年總理中學

游泳

我最喜歡的奧運金牌運動員是多項游泳世界紀錄保持者， 2008 年北京奧運游泳項目八面金牌得主美國泳手米高菲比斯。論語中有「吾日三省吾身」這句話，菲比斯每次比賽後都會進行反思。我學會比賽後要反思，作出改善，為未來的挑戰做好準備。



鄔卓忻

聖士提反女子中學

田徑

我最喜歡的奧運金牌運動員是保特。他是牙買加田徑頂級選手，不但得過無數的獎牌，還當上很多運動品牌的代言人。他會出戰今年於巴西舉行的奧運會。我相信，以保特為典範，在我的運動路上，我會學到如何分配時間，獲得一個適當的平衡。

團員心聲 - 中學組



潘亦昭

東華三院伍若瑜夫人紀念中學

田徑

我最喜歡的奧運金牌運動員是美國的籃球運動員高比拜仁。他曾多次帶領美國隊勇奪奧運金牌，因此美國隊被外界讚賞為夢之隊。我最欣賞他的原因是他勝不驕，擁有很強的好勝心和從不間斷刻苦地練習，而這些優點亦是我需要學習的地方。正因為他的事蹟，我明白成功的道路並非一朝一夕，每位運動員都須經過刻苦的訓練才有好的結果。



張卓藍

保良局蔡繼有學校

游泳

我最喜歡的奧運金牌運動員是羽毛球手林丹。他從 1988 年開始接觸羽毛球，比賽成績雖然輝煌，但路途上也遇到過許多挫折。他曾在許多比賽中落敗，是他沒有氣餒，繼續艱苦訓練，提高自己水平，才會屢次獲得站在頒獎台上的光榮。是他教導我如何面對逆境，如何堅持下去，我才有今天的成就。每一次觀看林丹的比賽都令我感到熱血沸騰，更感染到他的熱情，感受到他的自信。我發誓我要做一個像他一樣出色的運動員。



梁倬僑

聖士提反書院

田徑

我最喜歡的奧運金牌運動員是英國田徑 400 米運動員 Derek Redmond 。他曾經在兩次奧運分別取得金牌及銀牌。並且是我的運動生涯中一個轉捩點的啟發人物。在我中三時有幸入選香港少年田徑代表隊出戰全國少年田徑錦標賽，比賽後，傷患不斷，令我比賽成績大倒退，在心理和生理上都大受打擊，失去運動員應有的決心和鬥志。在網上看到 Derek Redmond 在 1992 年巴塞隆拿奧運會 400 米準決賽的片段。比賽開始時他一路領先，但是距離終點還有 200 米時，他後肌撕裂，但他用單腳跳來完成比賽，這令我明白到在壞的情況下也應該盡全力去完成比賽。



吳思彥

聖公會莫壽增會督中學

籃球

我最喜歡的奧運金牌運動員是劉翔。不是因為他有名氣，也不是因為他獲獎無數，而是欣賞他對運動的喜愛和熱誠。跨欄這個項目相比短跑難度高很多，練習過程相對艱苦。很多人會看到他贏得冠軍的那一面，卻不知道他在背後花了多少時間，付出多少汗水，面對過多少失敗，才贏得這面金牌。我自己有個目標，我希望能夠登上籃球甲一組的舞台。我知道過程會比起想像中辛苦，但因為我喜愛籃球，我不會輕易放棄。因為劉翔的例子，我會全力去面對所有的挑戰。



何倩怡

賽馬會體藝中學

板球

我最喜歡的奧運金牌運動員是劉翔。他是第一位在奧運徑項競技中奪得金牌的中國運動員。他成為了中國人，甚至全球華人的榜樣，證明即使天生體質比歐洲人差，但卻可以靠後天努力而得到成功。他在受傷後，再重返運動場，那堅毅的精神讓我深深明白「堅持」二字在運動中十分重要。雖然他現在已經退役，但他衝線一刻，看到顯示器上的新世界紀錄的面上表情，我永遠不會忘記，亦希望自己能有這麼自豪的一天。



黎康靖

荃灣公立何傳耀紀念中學

游泳

我最喜歡的金牌運動員是菲比斯，他一人拿下六面奧運金牌。那一刻我立即把菲比斯封為偶像，他促使我立志要努力練習，為每一個比賽作好準備。當我練習時感到辛苦，很想放棄，我就會想起菲比斯。我也希望能盡力做好自己，達到自己的目標，不辜負家人和老師的期望。

團員心聲 - 中學組



馬俊鴻

長沙灣天主教英文中學

排球

劉翔是我最喜歡的奧運金牌運動員。作為一名運動員，我深深明白到身高，體格等與生俱來的條件對運動成績的限制。劉翔不是高個子，也沒有與生俱來的爆發力，但他努力不懈，成為金牌運動員，實是難能可貴。更說明了任何事情都有可能，只要找到屬於自己的定位，然後堅持和努力，一定能成功。



蘇穎彤

佛教孔仙洲紀念中學

鐵餅

我最喜歡的奧運金牌運動員是有中國欄王之稱的劉翔。作為一個中國人，我為他感到自豪。他成功的背後有很多辛酸，曾經多次受傷，甚至腳裸筋腱撕裂，但他沒有放棄他自己的夢想，在康復後繼續積極地練習，爭取更好的成績，他那堅毅不屈的精神使我在遇到挫折，想放棄的時候，就會想起像劉翔一樣的運動員是不會因為小小的失敗而選擇逃避和放棄的。



邱芷柔

中華基督教會基智中學

體操

陳一冰是我最喜歡的金牌運動員，他曾在奧運會上的吊環項目奪得金牌，但是在這刻輝煌的背後，亦曾經有過一段段辛酸的刻苦訓練，而他這種「魔鬼式訓練」事蹟長期影響着我。 陳一冰自小患病，身體並不好，但他沒有放棄練習體操，並且認為體操能夠強化他的身體。他這種對抗命運的性格，不怨天，憑著每日不斷的練習，使他一步又一步邁向頒獎台的最高位置。這種拼搏精神在我的運動歷程中帶來很大的鼓勵。



楊雯雯

聖傑靈女子中學

手球

我最喜歡的是中國跳水選手郭晶晶。雖然我不是跳水運動員，但是我第一個認識的奧運選手便是她。我認為跳水是一門高技術的運動，要成功並不容易，相信平時訓練也並不輕鬆。郭晶晶的精神鼓勵了我繼續參加運動，改變我一直認為女孩子要在運動方面出人頭地很困難的觀點，大大增強了我的自信心。



陳銘浩

聖言中學

跳遠

中國的欄王劉翔絕對是我的啟蒙老師。他在 2004 年雅典奧運，不負國人所望，以破奧運紀錄的佳績，勇奪金牌。他勇敢面對挑戰的精神非常切合香港學生運動員獎的「我敢創未來」的成立宗旨。我腦海中經常出現劉翔在 2008 年北京奧運時，儘管受重傷未能完成賽事，但他堅持用單足忍痛跳過百一米跑道，受全場敬重的影像。



劉鳳儀

可風中學（嗇色園主辦）

田徑

我最喜歡的金牌運動員是李麗珊。她和其他奧運金牌運動員不同的地方，就是她是一個土生土長、堅毅不屈的香港人。她的奧運金牌不但證明了她的努力，而且證明了香港運動員不是垃圾，反而可以站穩在世界的舞台上，甚至登上頒獎台。「香港運動員不是垃圾」這句話深深刻印在每一個香港運動員的心中，亦成為我人生的座右銘。

行程表

7 月 30 日（星期六）

10:50　乘坐 HX-368 航班前往天津
14:30　出發前往天津市
15:45　參觀天津體育博物館〈民園體育場〉
17:15　坐馬車遊覽五大道及意大利風情街
19:00　晚膳
20:30　入住酒店

7 月 31 日（星期日）

07:30　早操
08:00　早餐
09:00　參觀精武門中華武林園霍元甲紀念館及學習霍家拳
11:00　遊覽天津博物館
12:30　午膳
14:00　出發遊覽古文化街
17:45　晚膳
19:30　夜遊海河

8 月 1 日（星期一）

06:15　早餐及退房
07:15　出發秦皇島
11:30　入住秦皇島訓練基地及參觀
12:15　午膳
13:30　遊覽山海關老龍頭景區
16:30　參觀奧林匹克大道公園
19:00　晚膳

8 月 2 日（星期二）

07:15　早操
07:45　早餐及退房
09:00　參觀場館設施、瞭解運動員訓練及技術切磋
11:30　午膳
12:30　出發回天津市
16:30　參觀楊柳青古鎮〈石家大院及楊柳青廣場〉
17:00　酒店場地佈置及綵排
19:00　聯歡晚會

8 月 3 日（星期三）

06:30　早餐及退房
08:00　出發前往天津體育中心
09:00　拜訪全運會組委會
10:00　參觀天津體育中心、瞭解運動員訓練及技術切磋
11:45　午膳
12:30　出發天津濱海國際機場
15:10　乘坐 HX 369 航班回香港

屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016

團員守則

1. 參加者須持有有效的旅遊證件，包括香港永久性居民身份證或護照及「港澳居民來往內地通行證」

2. 如參加者在出發前已感身體不適，於諮詢醫生意見後須放棄行程，參加者之家長或監護人須盡早通知主辦機構，並需出示醫生證明文件

3. 如非因身體不適而無故放棄行程的參加者，需支付本團的交通費及團費

4. 如對食物或藥物敏感，必須於出發前一星期以書面向主辦機構申報，並切勿提供任何藥物予其他團員使用

5. 請帶備所需之日常用品：
   a. 個人護理用品（如牙膏、牙刷、沐浴、洗髮用品、防曬用品、水壺、手提風扇、蚊怕水及洗衣粉等）
   b. 替換衣物（如內衣褲、襪子、拖鞋、睡衣、短褲、T- 恤及毛巾等）
   c. 拜訪服裝（需自備深藍色或黑色西褲一條及黑色皮鞋一對）
   d. 運動服及大會所提供之團隊制服

6. 請各團友注意個人及環境衞生

7. 請各團友必須嚴格遵守本團所定下之規則：
   a. 在整個行程中，須嚴守紀律，不得嬉戲
   b. 因活動行程緊密、團員人數眾多，團員必須遵從本團職員所訂立之時間安排，及跟隨大隊節奏，以免耽誤時間
   c. 團員需自行清洗衣服
   d. 請勿帶備大量現金，小心保管個人財物
   e. 未經本團職員同意，不得擅自調換房間及不可進入異性房間
   f. 注意個人安全，不得擅自外出或離隊
   g. 如有發現身體不適，應立即通知本團職員及領隊
   h. 尊敬本團領隊、職員、教練及其他團員。不得粗言穢語和有不雅的舉動
   i. 主辦機構已支付活動中的食宿、交通及活動項目所需的費用。其他費用一概不負責

2016 年夏季奧林匹克運動會知多少



2016 年夏季奧林匹克運動會

又稱為 2016 年里約熱內盧奧運會〈簡稱里約奧運〉，將於 2016 年 8 月 5 日至 8 月 21 日在巴西里約熱內盧舉行。里約熱內盧既成為奧運史上首個主辦奧運的南美洲城市，同時也是首個葡萄牙語城市主辦奧運，參賽國家及地區共 206 個。本屆將有無國界的難民代表隊參賽，以重視歐洲移民危機，這是國際奧會史無前例的決定。

口號

點燃你的激情（英語：Live your passion，葡萄牙語：Acenda sua paixão）

賽事項目（共 28 大項 306 小項）

本屆奧運增設了高爾夫球及七人制橄欖球。其中高爾夫球自 1904 年後再次列為正式項目，而七人制橄欖球則是首次列為正式項目（註：十五人制橄欖球曾於 1924 年列為正式項目）。游泳、單車、網球、排球、跳水、水球、舉重、體操、射箭、田徑、手球、籃球、拳擊、馬術、劍擊、足球、柔道、賽艇、帆船、射擊、摔跤、乒乓球、跆拳道、羽毛球、獨木舟、韻律泳、曲棍球、三項鐵人、現代五項、高爾夫球、七人制橄欖球。

場館

主場館馬拉簡拿運動場（葡萄牙語：Estádio do Maracanã；或稱馬拉簡拿球場），正式名稱為馬里奧費勞運動場（葡萄牙語：Estádio Jornalista Mário Filho），是位於巴西里約熱內盧市的一座多功能運動場，可容納 8 萬名觀眾。該運動場是為 1950 年世界盃而興建，也作為 2013 年洲際國家盃及 2014 年世界盃比賽場館，是歷來第二個舉辦兩屆世界盃決賽的球場；運動場除了是 2007 年泛美運動會比賽場館外，也為 2016 年里約熱內盧奧運開幕及閉幕禮以及足球比賽場館。

吉祥物

主色調分別為黃色和藍色的奧運會及殘奧會，分別代表了巴西的動物和植物。設計目的是為了將快樂傳遞給公眾，特別是孩子們。黃色的里約奧運吉祥物代表了巴西的動物，其中有貓的靈性，猴子的敏捷以及鳥兒的優雅。藍色的里約殘奧吉祥物的設計靈感則來自巴西熱帶雨林的植物，它頭頂上長滿了代表巴西的綠色和黃色樹葉，光合作用可以讓樹葉不斷生長，克服各種阻礙，最終將養分撒向人間。

屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016

景點介紹



天津市

位於中國華北平原東北部，東鄰渤海、北屏燕山且被河北省包圍著，有「渤海明珠」的美稱，總面積約為11,920 平方公里，為中央直轄市和 14 個沿海開放城市之一；天津市是首都北京最近的出海口，擁有 56 個碼頭泊位和 30 條國際定期班輪航線，為外貿為主的國際港口，加上天津市是華北的一大工業城市和商業中心，在化工、冶金、軍事、儀錶、電子、紡織、地毯、自行車、縫紉機、手錶、造紙、服裝、製藥、食品等方面均有相當的發展，讓這裡成為中國重要的中心地帶。

天津市舉辦了 2013 年的第六屆東亞運動會，並將舉辦 2017 年第十三屆全運會，同時天津也是夏季達沃斯論壇的常駐舉辦城市。

天津體育博物館



從 2012 年 1 月 16 日接受天津大學捐贈的中國奧運檔案史料開始，截至目前，共徵集到藏品和文史資料 1,200 餘件。捐贈的物品中有一批相當有價值的珍貴物品。如現仍存在美國明尼蘇達州大學圖書館的中國第一場籃球比賽的公告，它見證了籃球是最早從天津引進中國的，是除美國以外僅有的一件珍貴資料；有老一輩革命家包括毛主席、周總理、劉少奇、朱德、鄧小平、賀龍、葉劍英、陳毅、楊尚昆、李先念、陸定一、萬里等關心天津體育的珍貴照片。

景點介紹



五大道

位於天津市市中心偏南，今屬和平區的一片民國年間形成的高級住宅區。1903 年被劃為天津英租界的推廣界後，開始結合海河疏浚工程，填築原有的沼澤窪地，到 1920 年代陸續建造大片洋房，成為天津最高檔的住宅區之一，曾吸引不少民國初年的軍政工商各界要人入住。現在，五大道已成為天津最知名的觀光景點之一，那些風格各異的歐陸風情小洋樓，使這裡成為天津的「萬國建築博覽會」。

這片地區東西方向有六條馬路：馬場道（原馬廠道）、睦南道（原香港道）、大理道（原新加坡道）、常德道（原科倫坡道）、重慶道（河北路以東為原劍橋道；河北路以西為原愛丁堡道）、成都道（原倫敦道）。2011 年，五大道根據歷史街區保護規劃，被天津市規劃局確定為五大道歷史文化街區。2013 年，天津五大道近代建築群中的 39 處代表性建築被中華人民共和國國務院批准為全國重點文物保護單位。

意大利風情區

又稱「新· 意街」，前身為意大利在境外唯一的租界，是天津市河北區的一處具有意大利風情的旅遊風景區，亦是亞洲唯一一處具有意大利風格的大型建築群。

自 2002 年，天津市政府和天津市海河風貌建設發展有限公司對原天津意租界所在地域進行保護性開發，命名為「天津新· 意街」，又稱「天津意式風情區」。新意街於 2005 年完成修繕並招商引資，2008 年對外接待遊客，現已成為天津具有特色與吸引力的旅遊景區。目前，天津意式風情區已經是國家 4A 級旅遊風景區。



屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016



天津古文化街

位於南開區東北角東門外，海河西岸，是一條商業步行街，國家 5A 級景區。作為津門十景之一，天津古文化街一直堅持「中國味，天津味，文化味，古味」經營特色，以經營文化用品為主。古文化街內有近百家店堂。是天津老字型大小店民間手工藝品店的集中地，有地道美食:狗不理包子，耳朵眼炸糕，煎餅果子，老翟藥糖，天津麻花等，亦有天后宮等旅遊景點。

天津市體育中心

位於天津市水上公園南側，與天津電視塔毗鄰。是為 1995 年舉辦第 43 屆世乒賽而建。體育中心佔地 11 萬平方米，主要設施有體育館、體育場、游泳館、自行車賽場、棒壘球場運動員村等。此外，還有佔地 40 萬平方米供群眾遊樂、健身的體育公園。體育館由主館、副館、練習館組成。可舉行近 30 項體育比賽，是一個多功能、綜合型比賽場地。



館內設有符合國際規定的照明、空調、供暖、電子計時記分設備和大螢幕彩色顯示牌及相應完善的會議、運動員、記者、國際官員、貴賓、工作人員等需要的配套用房。副館佔地 5100 平方米，與主館有通道相連，可隔斷分開，以做不同的訓練和比賽場地。

景點介紹



石家大院

位於千年古鎮楊柳青中心，京杭大運河流經天津的南運河岸邊。楊柳青石家大院，始建於 1875 年，至今已有 140 年的歷史，其建築結構獨特，磚木石雕精美。原為清末天津八大家之一石元士住宅。石家原籍山東，祖輩漕運發家後在清乾隆年間定居楊柳青。石家于清道光三年（1823），析產為四大門，分別是福善堂、正廉堂、天錫堂、尊美堂。各門均建有一所頗具規模的建築。現石家大院即為僅存「尊美堂」宅第，曾有「天津第一家、華北第一宅」之稱，從中足可領略漢族傳統民居建築之精妙。

1987 年 6 月，西青區人民政府將「尊美堂」宅第列為區級文物（俗稱石家大院），加以保護，並拔資修復。在天津市有關單位的支援和工程技術人員的共同努力下，歷時六年，投資 560 萬元人民幣，終於完成修復工作。1992 年，石家大院作為“楊柳青博物館”對外開放，屬天津市級文物保護單位。

精武門中華武林園霍元甲紀念館

精武門中華武林園總體規劃佔地 3880 畝，紀念館為太極八卦型三層建築，全面系統地展示了霍元甲傳奇的一生和世界各精武會創建發展的歷程。陵園在原址上擴建，包括觀武亭、廣場、山門、大殿、碑亭、神道、牌坊、陵墓等，建築設計以中國傳統文化為背景，按漢代風格「林」制標準建設，深切表達了世人對這位民族英雄的愛戴之情。





奧林匹克大道公園

位於河北省秦皇島市北戴河區，是全國唯一的以奧運為內容的主題式公園。2002 年 4 月經國家體育總局批准，並徵得第 29 屆奧運會組委會同意而建設的，公園佔地 15 萬平方米，內有展示奧運會起源及歷屆發展的以「百年奧運」為主題的浮雕牆，國際奧會前主席薩馬蘭奇及其他七位主席的雕像、45 位中國奧運冠軍的手印、足印和簽名，大型音樂噴泉，58 件單體雕像，各種名貴樹木及籃球場、標準運動場、門球場、網球場、足球場、輪滑場、老年及兒童活動中心等運動健身場。

奧林匹克最大的雕塑有不銹鋼製成的巨大和平鴿，可細細觀察又會發現那是一把正在燃燒的火炬。奧林匹克浮雕牆，全長 312 米，均高 2 米，由 254 塊珍珠黑花崗岩石組成，採取了圓雕、高浮雕、中浮雕、低浮雕及線雕五種雕刻藝術手法。浮雕牆共分三大部分設計，即千年聖火、生命旋律、奧運中國。該牆以奧運歷史。無論展示、規模、形式以及內容為世界僅有，並申報健力士紀錄。

秦皇島訓練基地

是國家體育總局直屬的京外訓練基地，建於 1973 年，是集運動訓練、競賽培訓、科學研究、文化教學、度假健身為一體的綜合性訓練基地。基地地處河北省秦皇島市海港區西浴場，地理位置優越，離大海僅一路之隔，是運動、旅遊、休閒度假的好地方，在此可以享受到溫馨浪漫的海邊風情。秦皇島基佔地面積約 500 畝，擁有完善的住宿、餐飲、交通、娛樂、體育健身等設施，可全年接待會議、培訓、旅遊休閒、體育訓練和比賽。基地最大的特色是擁有國際標準的一流體育場館設施，是國家各體育項目國家隊訓練的場所。



景點介紹



山海關老龍頭

位於秦皇島市山海關區城南 5 千米處，是明代薊鎮長城的東部起點，景區面積總佔地 700 畝，由入海石城、海神廟、靖鹵台、南海口、澄海樓、寧海城和濱海長城七部分組成。坐落於河北省山海關城南 4 公里的渤海之濱，1990 年以前這裡曾被認為是明長城的東部起點。老龍頭地勢高峻，有明代薊鎮總兵戚繼光所建「入海石城」。入海石城猶如龍首探入大海、弄濤舞浪，因而名「老龍頭」。

第十三屆全國運動會

將於 2017 年 9 月在天津舉行。比賽設 31 個大項、42 個分項、341 個小項，賽期為 13 天，將有上萬名運動員參賽。繼北京、上海後，天津成為中國第三個獨立承辦全運會比賽的城市。



天津是近代中國體育的重要發祥地，也是中國百年奧運夢想的發源地。近年來，天津的競技體育成績突出，出現了一大批奧運冠軍，還成功舉辦了大學生運動會和東亞運動會等賽事。

本屆全運會共需比賽場館 48 個，其中 21 個新建場館將在今年年底全部建成，需提升改造的老場館也都將在今年底完成改造任務。建築面積 71.5 萬平方米的全運村 89 棟樓宇目前已全部主體封頂。全運會的會徽、吉祥物、會歌評選已進入報批階段。

鳴謝

我們衷心感謝下列人士及機構支持和協助「屈臣氏集團香港學生運動員獎 2015-2016」活動（排名不分先後）

榮譽顧問：陳亞瓊女士

獎項成立委員：林冠新先生 · 吳曾婉梨校長 · 洪進美校長 · 儲富有校長 · 楊玉麟校長
楊開將校長

榮譽委員：黎耀強先生 · 李樂然校長 · 胡小玲校長

顧問委員：何振業先生（教育局）· 唐區玉珍女士（民政事務局）
麥淑筠女士（社會福利署）· 余志賢校長（官立小學校長協會）
梁兆棠校長（香港資助小學校長會）· 張勇邦校長（津貼小學議會）
劉瑤紅校長（香港中學校長會）· 鄧啟澤校長（政府中學校長協會）
潘淑嫻校長（香港津貼中學議會）· 張志鴻校長（香港直接資助學校議會）
梁永鴻博士（香港特殊學校議會）· 連鎮邦校長（香港學界體育聯會）
姜炳耀先生（傑出青年協會）· 趙詠賢女士（香港精英運動員協會）

支持嘉賓：陳婉婷小姐 · 盧善琳小姐 · 周定宇先生 · 黃淑蔓小姐 · 丘雨勤先生

支持機構：青年學院 · 拔萃男書院 · 香港體育學院 · 香港教育學院 · 新起點青年網絡
傑青武術暨音樂藝術中心 · 香港浸會大學社會科學院體育學系 ·
香港浸會大學運動及康樂領袖學系 · NIKE (HK) LTD · 屈臣氏田徑會家長網絡
屈臣氏蒸餾水 · 時鮮果汁國際

歷屆得獎學生：歐映彤 · 陳嘉敏 · 鄭永祺 · 鄭雙萌 · 張哲豪 · 張凱傑 · 張明慧 · 曹汶慧
朱瑋滔 · 徐俊南 · 馮錦濤 · 何瑞涵 · 何祖煒 · 何珈睿 · 高淑冰 · 甘琬湄
林熙雅 · 林曦童 · 林穎希 · 林禕程 · 劉澤權 · 劉皓晞 · 劉安祺 · 羅敏沖
李翠瑩 · 梁知行 · 梁肇峯 · 梁穎彤 · 馬詠茹 · 吳瑋璇 · 施國盛 · 譚雪瑩
鄧文浩 · 刁頌殷 · 曾潔瑩 · 曾琬晴 · 王凌峰 · 王友諒 · 黃梓謙 · 黃詠萱
楊海東 · 楊閏婷 · 余曉欣

活動剪影









屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016


CELEBRATING
175TH ANNIVERSARY








為世界美好多一點

歷屆交流團剪影









屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016










運動交流團
Sports Exchange Tour

團員留名冊

屈臣氏集團
香港學生運動員獎
A.S. Watson Group HK Student Sports Awards
2015 - 2016


氏 集 團
生運動員獎
up HK Student Sports Awards
2015 - 2016
Yes I can!
我敢創未來！

屈臣氏集團「Project LOL」公益計劃



香港特別行政區政務司司長林鄭月娥, GBS, JP (右五)及屈臣氏集團董事總經理黎啟明先生(左四) 為計劃主持啟動儀式

175載香港情　以微笑回饋社會

為慶祝屈臣氏集團成立175周年，延續履行企業社會責任的精神，集團於2016年推出「Project LOL」公益計劃，並全力支持政府「欣賞香港」運動。計劃以「LOL」命名，希望為香港人帶來更多關愛 (Lots of Love)、更多歡樂 (Lots of Laughs)，在健康、教育及關懷社區三大範疇回饋本港社區，令香港充滿正能量。

健康

作為亞洲及歐洲最大的國際保健美容零售商，集團非常重視大眾健康，我們動員營養師、藥劑師及中醫，定期舉辦免費健康講座、檢查及諮詢等，照顧社會上有需要的一群。



教育

我們致力推廣積極及正面的人生觀，投放大量資源以支持本地青年培訓及體育發展，為香港注入正能量；同時支持環保活動，並持續向員工及客戶宣揚環保意識。



關懷社區

我們多年來一直熱心服務社區，鼓勵公司部門與地方團體合作，發展合乎社區需要的計劃；同時支持員工積極參與義工活動回饋社會。



如欲了解更多關於
Project LOL的詳情，
請登入 www.projectlol.hk

長江和記實業成員

屈臣氏集團

www.aswatson.com

10 years+ 商界展關懷 caringcompany
Awarded by The Hong Kong Council of Social Service 香港社會服務聯會頒發

熱誠拼勁　愛心回饋社會








屈臣氏集團於 1841 年在香港創立，現已發展成亞洲與歐洲最大的國際保健美容零售商，在 25 個市場經營 12,400 家商店，擁有 13 個零售品牌及 26 個飲料品牌，並於全球聘用超過 120,000 人，每年吸引超過 30 億顧客在我們全球各地的店舖以及電子商店購物。作為領導零售業界的企業，集團一直回饋社會，於工作環境、市場關係、生態環境及社區關懷四個範疇內竭力履行企業社會責任；而社區關懷方面，積極參與公益活動是當中不可缺少的一環。

多年來，集團舉辦各項慈善活動以服務社會上有需要人士，自 2002 年起更連續十四年獲得由香港社會服務聯會頒發「商界展關懷 10 Years Plus」標誌，肯定了集團推動良好企業公民精神的努力及貢獻。另外，集團亦榮獲亞洲企業社會責任大獎 (社會關懷組別)，表揚集團積極履行企業社會責任，為社會創造更大價值。



主辦機構

A.S. Watson Group
屈臣氏集團

支持機構

民政事務局
Home Affairs Bureau
教育局
Education Bureau

社會福利署
Social Welfare Department

官立小學校長協會
Union of Government Primary School Headmasters & Headmistresses

香港資助小學校長會
Hong Kong Aided Primary School Heads Association

津貼小學議會
Subsidized Primary Schools Council

香港中學校長會
Hong Kong Association of Heads of Secondary Schools

政府中學校長協會
Association of Principals of Government Secondary Schools

香港津貼中學議會
Hong Kong Subsidized Secondary Schools Council

香港直接資助學校議會
Hong Kong Direct Subsidy Scheme Schools Council

香港特殊學校議會
Hong Kong Special Schools Council

香港學界體育聯會
Hong Kong Schools Sports Federation

傑出青年協會
The Outstanding Young Persons' Association

香港精英運動員協會
Hong Kong Elite Athletes Association

屈臣氏集團
香港新界沙田火炭禾寮坑路 1-5 號屈臣氏中心
www.aswatson.com

長江和記實業成員