

CRC 女子青少年組雙料冠軍 歐陽潔彝

Sportsoho 2021 年 4 月號

PRO 網球全攻略

網球訓練及文化

Text: 徐懿騰 Photo: 徐懿騰, Panda Man Design: Yvonne



CRC 女子青少年組 雙料冠軍 歐陽潔彝

2019年歐陽潔彝交出個人網球生涯最好的成績，除了在本港兩大賽事香港中華游樂會全港網球公開賽及日清全港青少年網球錦標賽分別奪得青少年組女單及女雙冠軍外，亦同時奪得多個國際賽事的獎項。我們藉著這次專訪好好認識這位本地女子青少年組的四料冠軍。

網球的啟蒙老師

每位成功的球手背後都有一位對她影響深遠的啟蒙老師。歐陽潔彝的啟蒙老師就是她小學及中學的校隊教練蔡詠琴。從小到大歐陽潔彝都在蔡教練悉心指導下訓練及成長，雙方藉著多年的感情建立亦師亦友的關係。

在歐陽潔彝眼中的蔡教練不單止是她的網球教練，更是她的人生教練：「她除了教導我打網球外，更教懂我終生受用的人生道理及做人態度。還記得四年前我飛到沙巴參加亞洲網球協會 (ATF) 舉辦的青少年賽事，當時我曾因表現不佳，而在比賽中途發脾氣，蔡教練當時亦在場觀看整場比賽，但她見我情緒仍有起伏，所以並沒有即時進行賽後檢討。當晚她才邀請我到她房間作賽後檢討，討論過後更勸勉我要好好控制情緒，保持冷靜沉著，才能在比賽發揮得更好，成為更加出色及受人尊重的球手。」

從那時開始，歐陽潔彝便聽從蔡教練的建議努力改善在比賽時情緒起伏的問題。經過一年多的心理調整，她的狀態亦有大幅提升。近年在不少比賽亦可看到她在緊張關頭及逆境下都能冷靜面對，表現穩定。

歐陽潔彝 KAYE AU YEUNG

Profile

歐陽潔彝是香港女子青少年網球手，ITF青少年排名最高達896位，現時是全港青少年女單排名第3位球手。她曾代表香港參與2019年青少年聯會盃以及第二屆全國青年運動會。

2019賽事成績

- 香港中華游樂會年度全港網球公開賽(18歲或以下女子單打及雙打冠軍)
- 日清全港青少年網球錦標賽(16歲或以下女子單打及雙打冠軍)
- 青少年聯會盃(亞太區外圍賽決賽第七名)
- 伊斯蘭堡ITF青少年網球賽第五組(女子雙打冠軍)
- 星加坡ITF青少年網球賽第五組(女子雙打亞軍，女子單打四強)
- 第七屆全港運動會——代表西貢區(女子團體亞軍)



徐啟隆
 HOMESPORTER 網球總教練 / 大埔體育會網球總教練
 香港浸會大學持證進修學院兼職講師 / 英國草地網球協會 (LTA) 二級教練
 香港網球總會二級教練
 網球全攻略/HOMESPORTER | kailung28@gmail.com



日清全港青少年網球錦標賽16歲或以下女單及女雙冠軍



香港中華游樂會年度全港網球公開賽18歲或以下女單及女雙冠軍



歐陽潔彝與其啟蒙教練蔡珠琴(右)。



青少年聯會盃的難忘時刻

香港於2019年派出梁翠琦 (Kelly)、馮得如 (Abby) 及歐陽潔彝參與在泰國舉辦的青少年聯會盃亞太區外圍賽。當時香港與中國、印尼及太平洋島嶼 (Pacific Oceania) 被列入同一組。而中國隊在組內實力最強，毫無疑問穩奪出線資格。而香港隊只有擊敗印尼及太平洋島嶼隊才能夠出線，因此能否打敗印尼隊成為香港隊出線的關鍵。根據賽制表示，出場陣容中排名較高的球手出戰第一單打，第二順位的球手則出戰第二單打，雙方總局數1比1時就以最後一場的雙打分勝負。

歐陽潔彝回憶當年對印尼隊的情況：「當時印尼隊有一位被譽為賽事實力最強的球手坐鎮，於是教練安排Kelly迎戰這位球手，而我則迎戰印尼第二順位的球手。我們知道Kelly要取勝並不容易，於是單打的重任就落在我身上。只要我贏了第二單打，才能保住機會在雙打擊敗印尼隊晉級。早上泰國的天氣已經非常炎熱，我與印尼隊第二順位的球手足足拼鬥了三小時，最後我頂住了壓力，為香港隊取得重要的一分。而我與Kelly在緊接的雙打賽事都有更好的發

揮，最終在這場旗鼓相當的對壘取得寶貴的勝利，我們亦順利協助香港隊晉身亞太區外圍賽名次賽。」

從四料冠軍到疫情過後

對於歐陽潔彝來說，2019年是她一個重要的網球里程碑。這一年她橫掃本地兩大網球賽事的青少年寶座，分別奪得日清全港青少年網球錦標賽16歲或以下女單及女雙冠軍、香港中華游樂會年度全港網球公開賽18歲或以下女單及女雙冠軍，成為名副其實的四料冠軍。

可惜從去年至今受著疫情影響，不少本地賽事都未能如常舉行，青少年球手亦未能出國參與國際賽事。歐陽潔彝這段時間未有太多機會可以練習及比賽，加上她今年要預備中學文憑試，所以大部份時間都留在家中，並主要集中在溫書及預備考試上。對於未來的網球發展，歐陽潔彝表示隨遇而安，沒有給予自己太大的壓力，目前希望考好中學文憑試，爭取好成績入讀心儀大學的物理治療學系。