

港九區戰報

D1 排球預告



英華女排 高點狙擊鄭裕彤

排球世界裡，「高度」絕對是致勝關鍵，今夏重奪奧運金牌的中國女排，平均身高就位於世界前列。不過即使先天條件未及對手，憑著上乘球技及戰術，亦有力與對手周旋，日本女排就是活生生的例子。時隔4年再次晉身女排決賽的英華女學校，隊員平均身高達1米7以上，佔盡網前優勢，至於對手「王者」順德聯誼總會鄭裕彤中學去屆精英賽歷史性實現三連霸，技術純熟。12月11日上演的「港九區D1中學校際A Grade女排決賽」，會是一場高度與熟練度的對決。

英華加強體能訓練效果顯著

打排球，長得高，絕對有「著數」，無論進攻或防守時都會佔優。英華女排平均身高逾1米7，其中接應二傳易穎芯更高達1米77，球隊於四強戰發揮出強大的攔網威力，最終以直落兩局擊敗東華三院呂潤財紀念中學，闊別4年重返D1決賽舞台。教練周細好直言「高度」是球隊的戰術重點：「己隊可能是女子學界中最高的一隊，我們會繼續善用高度這個優勢，利用高點打球！」

對於即將再次面對「老對手」鄭裕彤，周教練被問及有何秘密武器時，透露在強化體能方面落足工夫：「英華女排今年新增了體能教練，為隊員調整及訓練肌肉，減少傷患。以前球隊可能在練習後只抽15分鐘進行體能訓練，現時則有專項鍛練1個多小時，效果十分明顯。」

大戰前夕，英華隊長洪洋洋表示，全隊上下都十分重視這場激戰：「隊友對比賽十分著緊，訓練時也感受到那份緊張。不過我對球隊信心十足，作為二傳手每次傳球都很放心，隊內每支『鏈』都能夠得分！」

鄭裕彤基本功純熟防守穩健

至於鄭裕彤在去屆精英賽決賽擊敗賽馬會體藝中學，再次問鼎學界女排最高榮譽，實力無庸置疑，今屆雖有隊長陳明慧離隊，但整體陣容變化不大，準決賽同樣未受考驗，以兩局橫掃香港培正中學，目標鎖定「4連霸」再創歷史。面對著「高牆」英華的挑戰，隊長黃思詠有信心球隊可以取勝：「雖然對方身高上佔優，但我對後排防守很有信心。己隊今年有自由人蘇嘉寶升上A Grade，她反應快又勤力，接球時真的『球不著地永不放棄』！」黃思詠又指，發球及士氣是鄭裕彤最大的武器。

不過，鄭裕彤教練陳紹瓚對賽果預測就較保守：「客觀上鄭裕彤在陣容上有4名港青球員助陣，整體實力不俗，惟英華資源較豐富，對方球員增值能力較高。」他又大讚對手攻擊凌厲：「英華進攻力強勁，過去數場主動得分比率非常高。相比下，鄭裕彤球風比較穩健，重點放在球員的基層訓練，基本功純熟。」

決賽將於12月11日假中山紀念公園體育館舉行。高度對壘熟練度，哪一項才是飛向勝利的法門？大家拭目以待！