



澳門特別行政區政府體育局
Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Sports Bureau of Macao SAR Government

澳門體育

DESPORTO DE MACAU

MACAO SPORT

2024



☎ 2823 6363
www.sport.gov.mo



官方網站



澳門特區體育局微信



澳門體育
Macao Sport Desporto de Macau
2024
第三期
N.º 3

N.º 3 第三期



焦點報道

◆ 武術亞錦賽澳喜奪雙金

體壇報道

◆ 港保齡球賽蘇詠思李得文奪冠亞

互联互通

◆ 逾兩萬人健步行賀雙慶及澳門大橋開通

2024 澳門體育

Desporto de Macau
Macao Sport



巴黎奧運 金牌運動員訪澳 趙巧莉出戰巴黎殘奧

澳門特別行政區政府體育局
Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Sports Bureau of Macao SAR Government

www.sport.gov.mo

體壇焦點 / Foco no Desporto / Sports Focus

- 4 武術亞錦賽圓滿舉行 東道主澳門隊勇奪2金3銀6銅**
Campeonato Asiático de Wushu realizado com sucesso, com a equipa anfitriã de Macau a conquistar 2 medalhas de ouro, 3 de prata e 6 de bronze
Asian Wushu Championships Successfully Held; Host Team Macao Claims 2 Gold, 3 Silver, and 6 Bronze Medals
- 8 WTT澳門冠軍賽叫好叫座 孫穎莎大熱封后 林詩棟首度稱王**
Torneio de Campeões WTT Macau atrai público e sucesso
Sun Yingsha sagra-se campeã e destaca-se como grande favorita e Lin Shidong coroa-se pela primeira vez
WTT Champions Macao Receives High Praise and Attendance, Sun Yingsha Crowned Champion and Lin Shidong Claims First Title

人物誌 / História de Personagem / The Personage

- 14 武術隊「老中青」三代傳承武學精神**
Mais de 20.000 pessoas participam na Marcha em Comemoração do Duplo Aniversário e da Inauguração da Ponte Macau
“Old, Middle and Young” Three Generations of Wushu Team Passing on Spirit of Martial Arts

探射燈 / Em Foco / Spotlight

- 18 國家奧運健兒訪澳 共享為國爭光喜悅**
Atletas olímpicos nacionais visitaram Macau para partilhar a alegria de competir pelo país
National Olympic Athletes Visit Macao to Share the Joy of Bringing Glory to the Nation
- 24 趙巧莉出戰巴黎殘奧國務院港澳辦致賀電**
Gabinete para os Assuntos de Hong Kong e Macau do Conselho de Estado felicita Chio Hao Lei pela sua participação nos Jogos Paralímpicos de Paris
Hong Kong and Macao Affairs Office of State Council Sends Congratulatory Message to Chio Hao Lei on Her Participation in Paris Paralympics

體壇報道 / Reportagem do Mundo Desportivo / Sports News

- 26 全澳美式10號球 曹勁文重奪錦標**
Chou Keng Man reconquista o título no Torneio Aberto de Bilhar Americano de 10 Bolas de Macau
Chou Keng Man Claims Championship Again in Macao 10 Ball Open
- 30 港保齡球賽蘇詠思李得文奪冠亞**
Dias De Souza Verónica e Lee Tak Man conquistaram os 1.º e 2.º lugares no Torneio de Bowling de Hong Kong
Dias De Souza Verónica and Lee Tak Man won 1st and 2nd place at Hong Kong Bowling Championships
- 34 澳門青少年壁球賽澳四將闖四強**
Quatro Atletas de Macau entraram nas meias-finais no Torneio Júnior de Squash de Macau
Macao four players enter semifinals of Macao Junior Squash Open
- 38 賓菲加重奪甲足錦標**
Benfica reconquistou o título da 1.ª Divisão do Campeonato de Futebol
Benfica Reclaims First Division Football League Title
- 42 亞洲健身健美錦標賽 澳獲1金1銀3銅**
A equipa de Macau conquistou 1 medalha de ouro, 1 de prata e 3 de bronze no Campeonato Asiático de Culturismo
Macao Won 1 Gold 1 Silver and 3 Bronzes at Asian Bodybuilding and Physique Sports Championships
- 46 亞青柔道賽澳摘三銅**
Macao conquista três medalhas de bronze na Taça Asiática Júnior e Juvenil de Judo
Macao Claims Three Bronze Medals at Macao Junior & Cadet Asian Cups

慶祝中華人民共和國成立75周年及澳門特別行政區成立25周年

Comemoração do 75.º Aniversário da Implantação da República Popular da China e Celebração do 25.º Aniversário do Estabelecimento da Região Administrativa Especial de Macau
Celebration of the 75th anniversary of the founding of the People's Republic of China and the 25th anniversary of the establishment of the Macao Special Administrative Region

2024銀河娛樂澳門國際馬拉松
GALAXY ENTERTAINMENT MARATONA INTERNACIONAL DE MACAU
GALAXY ENTERTAINMENT MACAO INTERNATIONAL MARATHON



體育健康

Desporto e saúde postode atendimento e informação
諮詢站



活動將會逢週日在全澳不同地點舉辦，
詳情請留意有關公佈。

A actividade decorrerá aos fins-de-semana, em diferentes locais e
as demais informações serão divulgadas em tempo oportuno.

☎: 28236363

www.sport.gov.mo



目錄 Índice Index

澳門體育
Desporto de Macau
Macao Sport

體壇報道 / Reportagem do Mundo Desportivo / Sports News

- 50 路環四廟重奪男甲手球冠軍**
Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane reconquistou o título do Campeonato Masculino de Andebol -1.ª Divisão
"Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane" Reclaims Men's Division A Handball Championships Title
- 54 世界象棋賽澳奪1金1銀**
Macao obteve 1 ouro e 1 prata no Torneio Aberto Mundial de Xadrez
Macao Wins 1 Gold and 1 Silver in 2024 World Xiangqi Open
- 58 室內單車亞錦賽 澳花式摘3銀6銅**
Seleção de ciclismo acrobático de Macau conquistou 3 medalhas de prata e 6 de bronze no Campeonato Asiático de Ciclismo em Recinto Coberto
Macao Artistic Cycling Wins 3 Silver and 6 Bronze Medals in Asian Indoor Cycling Championships
- 62 太極拳世錦賽澳獲1金1銀佳績**
Macao sobe ao pódio com uma medalha de ouro e uma de prata no Campeonato Mundial de Taichiquan
Macao Shines at World Taijiquan Championships with 1 Gold and 1 Silver
- 66 澳足緣盡2027亞洲盃**
Seleção de futebol de Macau termina jornada rumo à Taça Asiática 2027
Macao Football Team's 2027 Asian Cup Journey Ends
- 70 澳羽公開賽伍家朗高昉潔奪冠**
Atletas Ng Ka Long, Angus e Gao Fangjie conquistam títulos no Torneio Aberto de Badminton de Macau
Ng Ka Long, Angus and Gao Fangjie Claim Championships at Macau Open Badminton

體壇新勢力 / Novo Poder do Mundo Desportivo / New Sports Forces

- 74 趙卓言——穩步提升、盧穎富——越跑越快**
Chiu Lucio Marcelino - Crescimento estável, Lou Weng Fu - Corre cada vez mais rápido
Chiu Lucio Marcelino Shows Steady Improvements, Lou Weng Fu Getting Faster at Running

大眾體育 / Desporto para Todos / Sport for All

- 78 夏日競技嘉年華氣氛熱烈**
Festival Competitivo de Verão com uma excelente atmosfera festiva
Summer Sports Festival in lively atmosphere
- 82 運動日豐富長者生活**
Dia dos Jogos Desportivos enriquece a vida dos idosos
Sports Day Enriches Elderly's Life
- 86 善用餘暇 強健身心 暑期活動圓滿結束**
Programa das Actividades de Férias "Ocupação de Jovens em Férias" para fortalecer a saúde física e mental terminou com sucesso
Summer Activities to Structure Leisure Time for Physical and Mental Health Conclude Successfully
- 90 逾兩萬人健步行賀雙慶及澳門大橋開通**
Mais de 20.000 pessoas participam na Marcha em Comemoração do Duplo Aniversário e da Inauguração da Ponte Macau
Over 20,000 People March to Celebrate Dual Anniversary and Inauguration of Macao Bridge

體育科學點滴 / Breve Informação de Ciência Desportiva / Insight on Sport Science

- 94 運動期間骨折的應急處理**
Tratamento de emergência a fracturas durante a prática desportiva
Emergency Treatment of Bone Fractures during Exercise

出版: 澳門特別行政區政府體育局
設計及印刷: Happymacao 出版社
發行數量: 500本
發行周期: 3個月 (季刊)
總期數: 第90期
國際標準期刊號: ISSN 1728-113X
發行機構: 澳門特別行政區政府體育局
發行機構地址: 澳門羅理基博士大馬路 818號
發行機構地址: www.sport.gov.mo
發行機構電郵: info@sport.gov.mo
版權所有, 不得翻印, 違者追究法律責任。

Edição: Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Design e impressão: Happymacao
Tiragem: 500 exemplares
Tipo de publicação: Trimestral
N.º da edição: 90
ISSN 1728-113X
Entidade editor: Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Endereço da entidade: Av. Dr. Rodrigo Rodrigues, N.º 818 Macau
Website da entidade editor: www.sport.gov.mo
Email da entidade editor: info@sport.gov.mo
Reservados todos os direitos. Esta publicação não pode ser reproduzida, no todo ou em parte, por qualquer processo, fotocópia ou outros, sem previa autorização escrita do editor.

Publication: Sports Bureau of Macao SAR Government
Design and Printing: Happymacao
Circulation: 500 copies
Period of publication: 3 months
Total no. of edition: 90
ISSN 1728-113X
Publisher: Sports Bureau of Macao SAR Government
Publisher's address: Av. Dr. Rodrigo Rodrigues, N.º 818 Macau
Publisher's Website: www.sport.gov.mo
Publisher's Email: info@sport.gov.mo
Copyright. All rights reserved. Violator will be held accountable by law.

武術亞錦賽圓滿舉行

東道主澳門隊勇奪2金3銀6銅

由亞洲武術聯合會主辦，澳門武術總會承辦，澳娛綜合度假股份有限公司合辦及冠名贊助，體育局協辦的「2024澳娛綜合第十屆亞洲武術錦標賽」於9月12日至15日假塔石體育館舉行，吸引來自亞太區23個國家及地區近400位運動員及教練員參加，主場出戰的澳門武術隊在激烈競爭下發揮出色，由蘇楚雯及黃心妍分別在女子刀術及女子南棍奪金，團隊最終收穫2金3銀6銅佳績。

今屆亞錦賽吸引包括中國、日本、伊朗、馬來西亞、越南、中國香港等隊伍派出多名選手參戰，澳門武術隊在高水平的交鋒下全力應戰，在第2日賽事由蘇楚雯以一套穩定流暢的刀法，在女子刀術項目拿下9.686分，力壓日本及新加坡選手奪冠；黃心妍則在第3日賽事錦上添花，在女子南棍項目中強勢打下9.700分，在芸芸高手中脫穎而出奪冠。

此外，年僅20歲的鄭子軒充分發揮潛力，在男子槍術及劍術獲得兩枚銀牌；杭州亞運會銅牌得主黃俊華在男子南刀及南棍打下兩面銅牌；蘇楚雯在女子長拳及棍術分摘銀、銅；章玥翎、王泳欣分別在女子南拳及女子槍術奪銅。散打賽事方面，郭墩鴻在男子65公斤八強戰先勝印度選手，其後不敵菲律賓選手，在雙銅牌制下收穫銅牌。

郭墩鴻在散打男子65公斤級獲季軍



黃心妍（中）在女子南棍奪冠

蘇楚雯（中）在女子刀術奪冠

Campeonato Asiático de Wushu realizado com sucesso, com a equipa anfitriã de Macau a conquistar 2 medalhas de ouro, 3 de prata e 6 de bronze

Organizado pela Federação Asiática de Wushu e promovido pela Associação Geral de Wushu de Macau, co-organizado e patrocinado pela SJM Resorts, S.A. e em colaboração com o Instituto do Desporto, o “10.º Campeonato Asiático de Wushu de SJM 2024” decorreu de 12 a 15 de Setembro no Pavilhão Polidesportivo Tap Seac. O evento atraiu quase 400 atletas e treinadores de 23 países e regiões da Ásia-Pacífico. Jogando em casa, a selecção de wushu de Macau destacou-se face à intensa competição, com Sou Cho Man e Wong Sam In a conquistarem medalhas de ouro nas categorias de espada feminina e nangun feminina, respectivamente, tendo a selecção finalmente arrecadado 2 medalhas de ouro, 3 de prata e 6 de bronze.

O Campeonato desta edição atraiu equipas da China, Japão, Irão, Malásia, Vietname e Hong Kong, China, que enviaram vários atletas para participar no torneio. A selecção de wushu de Macau deu o seu melhor para o alto nível da competição, e no segundo dia, Sou Cho Man marcou uma pontuação de 9.686 pontos com um conjunto de habilidades de espada estáveis e fluidas na categoria de espada feminina, superando as concorrentes do Japão e de Singapura para conquistar o título; por seu turno, Wong Sam In também brilhou no terceiro dia ao obter 9,700 pontos na categoria de nangun feminina, destacando-se entre as melhores atletas e conquistando o título.

Além disso, o jovem de 20 anos, Kuong Chi Hin, demonstrou o seu potencial ao conquistar duas medalhas de prata nas categorias de lança e espada masculinas. Huang Junhua, medalhista de bronze nos Jogos Asiáticos de Hangzhou, arrecadou duas medalhas de bronze nas categorias de nandao e nangun masculinas. Sou Cho Man conquistou medalhas de prata e bronze nas categorias de changquan e gun femininas, respectivamente. Cheung Ut Leng e Wong Weng Ian conquistaram, respectivamente, medalhas de bronze nas categorias de nanquan e lança femininas. No que diz respeito às provas de sanda, Guo Tun Hung derrotou o atleta indiano no jogo dos quartos de final da categoria de 65 kg masculina, mas depois perdeu com o atleta das Filipinas, terminando com uma medalha de bronze sob o sistema de dupla medalha de bronze.



黃俊華在南刀及南棍奪得兩銅



澳門武術隊奪2金3銀6銅佳績

Asian Wushu Championships Successfully Held; Host Team Macao Claims 2 Gold, 3 Silver, and 6 Bronze Medals

The “SJM 10th Asian Wushu Championships 2024”, organised by the Wushu Federation of Asia and undertaken by the Wushu General Association of Macau, jointly organised and title-sponsored by SJM Resorts S.A., and co-organised by the Sports Bureau, took place at the Tap Seac Multisport Pavilion from 12 to 15 September. The event attracted the participation of nearly 400 athletes and coaches from 23 countries and regions in the Asia-Pacific region. Competing on home ground, the Macao Wushu Team performed outstandingly under intense competition, with Sou Cho Man and Wong Sam In each winning gold in Women’s Daoshu and Women’s Nangun, respectively. The team ultimately achieved impressive results, earning a total of 2 gold, 3 silver, and 6 bronze medals.

This year’s Asian Championships attracted numerous participants from teams including China, Japan, Iran, Malaysia, Vietnam, and Hong Kong, China. The Macao Wushu Team rose to the challenge in high-level competitions. On the second day of the event, Sou Cho Man secured the championship in the Women’s Daoshu event with stable and fluid movements, scoring 9.686 points, outshining competitors from Japan and Singapore. On the third day, Wong Sam In further shone by winning the championship in the Women’s Nangun category with a strong score of 9.700 points, distinguishing herself among a field of skilled competitors.

In addition, 20-year-old Kuong Chi Hin fully showcased his potential by winning two silver medals in the Men’s Qiangshu and Jianshu events. Huang Junhua, a bronze medallist from the Hangzhou Asian Games, earned two bronze medals in Men’s Nandao and Nangun. Sou Cho Man captured silver and bronze in Women’s Changquan and Gunshu events respectively. Cheung Ut Leng and Wong Weng Ian each won bronze medals in Women’s Nanquan and Women’s Qiangshu events. In the Sanda competitions, Guo Tun Hung initially defeated an Indian opponent in the Men’s 65kg quarterfinals, but later lost to a Filipino competitor, resulting in a bronze medal under the double bronze medal system.

WTT澳門冠軍賽叫好叫座 孫穎莎大熱封后 林詩棟首度稱王

由體育局、世界乒乓球職業大聯盟(WTT)及銀河娛樂集團主辦，澳門乒乓總會協辦的「WTT澳門冠軍賽2024由銀河娛樂集團呈獻」(下稱WTT澳門冠軍賽)，於9月9日至15日在澳門東亞運動會體育館舉行。經過一連七天的淘汰賽比拼，中國球手林詩棟首次在澳門冠軍賽中稱王，世界排名第一的孫穎莎則奪得女單冠軍。

WTT澳門冠軍賽首次移師東亞運體育館舉行，連續七天賽事吸引約三萬人次入場觀看。孫穎莎相繼擊敗田志希、金娜英、朱千曦及張本美和四位韓、日球手晉級，與四強淘汰衛冕冠軍王曼昱的王藝迪在女單決賽相遇，中國球手“內鬥”成為焦點，雙方合力呈獻一場激烈對決，前四局梅花間竹各搶兩局下打成2比2平手。孫穎莎第五局起憑著高質量的變線得分，多次反制王藝迪的侵略性打法，最終連取兩局，以總局數4比2(11:7、6:11、12:10、4:11、11:8、11:4)擊敗對手，勇奪冠軍。

男單方面，18歲小將林詩棟在四強淘汰頭號種子兼衛冕冠軍王楚欽後，肩負起國家隊決賽抗敵的重任，結果不負眾望以壓倒性姿態直落四局(11:5、11:6、11:8、11:8)擊敗德國球手邱黨，首次贏得WTT澳門冠軍賽冠軍。

組織學生參與“幕後之旅”

賽事期間，體育局為加強澳門青少年學生對體育運動的興趣，了解本地體壇盛事及體育產業的發展情況，組織「幕後之旅」活動並邀請了超過30名學生參與，在賽會工作人員引領下參觀比賽場地、訓練場、新聞發布會會議廳、混合採訪區及媒體工作室等，主辦單位更安排了中國球手徐英彬及世青賽U19女單冠軍蒯曼與青少年交流及合照。

孫穎莎與王藝迪激戰六局取勝

林詩棟在決賽打出壓倒性優勢



Torneio de Campeões WTT Macau atrai público e sucesso Sun Yingsha sagra-se campeã e destaca-se como grande favorita e Lin Shidong coroa-se pela primeira vez

Co-organizado pelo Instituto do Desporto do Governo da RAEM, pela World Table Tennis (WTT) e pelo Galaxy Entertainment Group, em colaboração com a Associação Geral de Ping-Pong de Macau, o Torneio de Campeões WTT Macau 2024, apresentado pelo Galaxy Entertainment Group, teve lugar nos dias 9 a 15 de Setembro na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental. Após 7 dias consecutivos de competições eliminatórias, o jogador chinês Lin Shidong conquistou, pela primeira vez, o título de campeão WTT em Macau, enquanto a número um do mundo, Sun Yingsha, sagrou-se campeã singular feminina.

O Torneio de Campeões WTT Macau realizou-se, pela primeira vez, na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental, atraindo cerca de 30 mil espectadores durante os sete dias consecutivos de competição. Sun Yingsha derrotou sucessivamente as jogadoras sul-coreanas e japonesas, incluindo Jeon Jihee, Kim Nayeong, Joo Cheonhui e Miwa Harimoto, avançando para a final, onde enfrentou Wang Yidi que tinha eliminado Wang Manyu, que veio revalidar o título de campeã na semi-final. A “luta interna” entre as jogadoras chinesas foi o foco do evento, e ambas proporcionaram um confronto intenso, com os primeiros quatro sets ambas as jogadoras envidaram esforços e empataram alternadamente por 2:2. A partir do quinto set, Sun Yingsha, com pontos de grande qualidade, conseguiu neutralizar a agressividade de Wang Yidi, vencendo os dois últimos sets e sagrando-se campeã por 4:2 no total (11:7, 6:11, 12:10, 4:11, 11:8, 11:4).

No que diz respeito ao campeão dos singulares masculinos, o jovem de 18 anos, Lin Shidong, após eliminar o cabeça-de-série masculino Wang Chuqin que veio a revalidar o título de campeão na semi-final, assumiu a responsabilidade de defender a selecção nacional na final. Ele não decepcionou, triunfando de forma convincente sobre o jogador alemão Qiu Dang em quatro sets directos (11:5, 11:6, 11:8, 11:8), conquistando assim o seu primeiro título no Torneio de Campeões WTT Macau.

Organização de “Visita de estudo” para participação de estudantes

Durante o evento, o ID, com o intuito de reforçar o interesse dos jovens estudantes de Macau pelo desporto e de dar oportunidade para conhecer os grandes eventos desportivos locais e o ponto de situação do desenvolvimento do sector desportivo, organizou uma actividade de “Visita de estudo” e convidou mais de 30 estudantes a participar. Sob a orientação do pessoal do evento, os alunos visitaram os campos de competição, campos de treino para jogadores, auditório de imprensa, zona de entrevistas e estúdio para meios de comunicação social, etc. A entidade organizadora também proporcionou uma oportunidade para os jovens interagirem e tirarem fotografias com Xu Yingbin, o jogador chinês desta edição do torneio e Kuai Man, campeã de Sub-19 do Campeonato Mundial de Juventude.



學生參觀比賽場地

一連七天的WTT澳門冠軍賽逾三萬人次購票入場





行政長官賀一誠(右二)、WTT世界乒聯董事會主席劉國梁(左二)等嘉賓為男單冠亞軍頒獎



頒獎嘉賓與女單冠亞軍合照



主辦單位安排球手與青少年交流

WTT Champions Macao Receives High Praise and Attendance, Sun Yingsha Crowned Champion and Lin Shidong Claims First Title

Organised by the Sports Bureau, World Table Tennis (WTT), and Galaxy Entertainment Group, with the Macau Table Tennis General Association as a co-organiser, the “WTT Champions Macao 2024 Presented by Galaxy Entertainment Group” (hereinafter referred to as WTT Champions Macao) took place from 9 to 15 September at the Macao East Asian Games Dome. After seven consecutive days of knockout competition, Chinese player Lin Shidong claimed his first title at the WTT Champions Macao, while the world’s top-ranked player, Sun Yingsha, won the women’s singles championship.

The WTT Champions Macao was held for the first time at the Macao East Asian Games Dome, attracting around 30,000 spectators over seven consecutive days. Sun Yingsha advanced to the final after defeating four Korean and Japanese players: Jeon Jihee, Kim Nayeong, Joo Cheonhui, and Miwa Harimoto. In the women’s singles final, she faced Wang Yidi, who had eliminated the defending champion Wang Manyu in the semifinals. The “intra-China” showdown became the focus of attention, with both players delivering an intense match. The first four sets were evenly matched, with each player taking two sets, resulting in a 2-2 tie. Starting from the fifth set, Sun Yingsha, relying on high-quality shot variation and strategic changes in direction, repeatedly countered Wang Yidi’s aggressive play. In the end, Sun claimed two consecutive sets, winning the match 4-2 (11:7, 6:11, 12:10, 4:11, 11:8, 11:4) and securing the championship title.

In the men’s singles, 18-year-old rising star Lin Shidong took on the heavy responsibility of defending the national team’s honour in the final after eliminating the top seed and reigning champion Wang Chuqin in the semifinals. Lin lived up to expectations, delivering an overwhelming performance by defeating German player Dang Qiu in four straight sets (11:5, 11:6, 11:8, 11:8) to claim his first WTT Champions Macao title.

Organising Students to Participate in the “Behind-the-Scenes Tour”

During the event, the Sports Bureau organised a “Behind-the-Scenes Tour” to enhance Macao young students’ interest in sports and to help them understand the local sports events and the development of the sports industry. Over 30 students were invited to participate in this activity, where they toured the competition venues, training areas, press conference halls, mixed media zones, and media studios, guided by event staff. The organisers also arranged for Chinese player Xu Yingbin and U19 women’s singles champion of the ITTF World Youth Championships, Kuai Man, to interact with the youth and take photos with them.

武術隊「老中青」 三代傳承武學精神

澳門武術代表隊以東道主身份出戰「2024澳娛綜合第十屆亞洲武術錦標賽」取得2金3銀6銅豐碩成果，套路隊總教練尤俊賢總結賽事時提到隊伍「老、中、青」三代運動員各司其職，秉持傳承的精神，在舞台上盡展澳門隊的風采，像大師兄黃俊華、堅持奮鬥的黃心妍、以及年僅20歲的鄺子軒都在今屆賽事收穫美滿成果。

黃俊華尚未言退

自言已踏入運動員生涯晚期、現年33歲的黃俊華在今屆賽事雖一度失手，但經驗豐富的他很快在男子南刀及男子南棍項目調整過來，雙雙打出超過9.7分的佳績。他坦言在仍在突破之時不會言退：「第一天賽事是有遺憾，但運動競賽就是這樣，做得不好就要接受，很開心在最後一天賽事打出心目中最好的狀態。我做運動員的要求是每年都要有突破，當自己感到這個欲望及可能性都消失了，才會考慮退役，年齡不是問題，倘能繼續突破的話，我還會去嘗試。」

黃心妍突破瓶頸

黃心妍今年經歷了較低迷的時期，因身體狀態不佳，訓練時常會出現乏力的情況，她很高興能在主場賽事打出爭氣的表現，奪得女子南棍金牌：「自己上場前做了更多調整，像熱身時不打過量的分段，上場前也飲一些甜的飲品補充能量，今次打出9.7分很讓我意外，分數出來的時候已知道這是有競爭力的水平，當下已興奮落淚。未來會繼續為爭取代表隊資格努力備戰，在套路上會作出新的編排，也會調整好身體，避免再出現低迷的情況。」

鄺子軒越戰越勇

年僅20歲的鄺子軒在今屆賽事成功奪得自己首面亞錦賽獎牌，在男子槍術及劍術雙雙奪銀，鄺子軒對於今屆成績大感驚喜：「今屆亞錦賽的水平很高，要打入三甲難度很大，很高興能在賽場上發揮訓練成果，難度動作相當紮實，能拿下兩面銀牌絕對是意料之外，相信是此前在哈爾濱亞洲大學生武術錦標賽收穫了經驗，讓我能以更好的心態迎戰。」

鄺子軒首次收穫亞錦賽獎牌

Mais de 20.000 pessoas participam na Marcha em Comemoração do Duplo Aniversário e da Inauguração da Ponte Macau

Em comemoração do 75.º Aniversário da Implantação da República Popular da China e do 25.º Aniversário do Estabelecimento da Região Administrativa Especial de Macau (RAEM), o Instituto do Desporto (ID) organizou, no dia 29 de Setembro, a actividade “Marcha em Comemoração da Inauguração da Ponte Macau”. Este evento proporcionou aos residentes uma oportunidade de experimentar pessoalmente uma nova sensação de “atravessar a ponte” antes da sua inauguração, atraindo mais de 20.000 participantes.

O Chefe do Executivo, Ho Iat Seng, o Subdirector do Gabinete de Ligação do Governo Popular Central na RAEM, Lu Yuyin, o Comissário do Ministério dos Negócios Estrangeiros da República Popular da China na RAEM, Liu Xianfa, o Comissário Político da Guarnição em Macau do Exército de Libertação do Povo Chinês, Major-General Lin Qinghua, o Presidente da Assembleia Legislativa, Kou Hoi In, o Secretário para a Segurança, Wong Sio Chak, a Secretária para os Assuntos Sociais e Cultura, Ao Ieong U, o Secretário para os Transportes e Obras Públicas, Raimundo Arrais do Rosário, o Procurador do Ministério Público, Ip Son Sang, o Comissário da Auditoria, Ho Veng On, o Director Geral dos Serviços de Alfândega, Vong Man Chong, a Chefe do Gabinete da Secretaria para os Assuntos Sociais e Cultura, Ho Ioc San, e o Presidente do Instituto do Desporto, Luís Gomes, estiveram entre os convidados presentes na cerimónia da partida da marcha.

A marcha partiu do viaduto de acesso da Ponte do lado de Pak On, na Taipa, e em seguida, fez-se uma caminhada até ao viaduto de acesso da Ponte Macau perto da zona A, com um percurso total de cerca de 6 km, atraindo 21.000 participantes. O ID espera que os residentes além de participarem em actividades recreativas e desportivas, possam partilhar a alegria da “dupla comemoração”, refletindo o lado saudável e energético de Macau. Através da promoção do desenvolvimento do desporto para todos, concretiza-se o objectivo do Governo da RAEM na construção de uma cidade saudável, assim como na criação de um bom ambiente social através da prática de exercício físico por todos os residentes.



黃心妍在亞錦賽找回狀態

“Old, Middle and Young” Three Generations of Wushu Team Passing on Spirit of Martial Arts

The Macao wushu team, as the host of the “SJM 10th Asian Wushu Championships 2024”, achieved a fruitful result with 2 gold, 3 silver and 6 bronze medals. The head coach of the Taolu team, Iao Chon In, remarked in his conclusion of the event that the athletes from the three generations – “old, middle and young” – played their respective roles in upholding the spirit of inheritance and showing the style of the Macao team on stage. Among them, the team’s most senior starter Huang Junhua, the persevering Wong Sam In and the 20-year-old Kuong Chi Hin all made great accomplishments in this edition of the championship.

Huang Junhua not thinking about retirement yet

The 33-year-old Huang Junhua, who stated that he has entered the final stages of his athletic career, had slip-ups in this year’s competition, but he managed to adjust swiftly with his wealth of experience in the Men’s Nandao and Nangun, achieving more than 9.7 points in both events. He admitted that he would not think of retiring yet while he was still looking to make breakthroughs, “I felt sorry for my performance on the first day of the competition, but that is how sports tournaments are; if you have not done well, you have to accept it. I am glad that I was able to show my best condition on the last day. My requirement as an athlete is to have a breakthrough every year; I will only consider retiring when I feel that such desire and possibility have disappeared. Age is not a problem; as long as I can keep overcoming barriers, I will keep trying.”

Wong Sam In overcomes bottlenecks

Wong Sam In went through a relatively low period this year, facing physical condition issue that often left her fatigued during training. She was pleased to have put in an impressive performance in her home game, winning the gold medal in the Women’s Nangun category, “Before entering the field of play, I made more adjustments, such as avoiding overloading in warm-ups, as well as drinking sweet drinks to replenish energy. I was surprised to score 9.7 points this time; when I saw the score, I realised it was a competitive level, and I burst into tears of excitement. In the future, I will continue to strive hard for the qualification of the representative team, I will make new arrangements for Taolu, and I will also adjust my body condition to avoid further low periods.”

Kuong Chi Hin growing stronger

The young Kuong Chi Hin, just 20 years old, won his first Asian Championships medal, obtaining silver medals in both Qiangshu and Jianshu categories. He was pleasantly surprised by the results, “The level of this year’s Asian Championships is very high, and reaching the podium is a great challenge. I am happy that I was able to demonstrate the results of my training, the difficult actions were performed solidly, and that I managed to win two silver medals, which was absolutely unexpected. I believe that the experience I gained at the Asian University Wushu Championships in Harbin helped me face this competition with a better mindset.”

國家奧運健兒參觀大炮台



國家奧運健兒訪澳 共享為國爭光喜悅

中國體育代表團在2024年巴黎奧運會上取得40金27銀24銅共91面獎牌，創下國家隊境外參與奧運會的最佳成績。為讓澳門市民有機會一睹國家奧運健兒風采，共享他們為國爭光的喜悅，澳門特區政府與國家體育總局及國務院港澳事務辦公室共同組織國家奧運健兒代表團於8月31日至9月2日進行三天訪澳行程，期間出席了大型聯歡晚會、與澳門青少年運動員真情對話、以及多場社區活動。

適逢中華人民共和國成立75周年及澳門回歸祖國25周年“雙慶”，在國家的關懷和支持下，國家體育總局局長高志丹率領一行超過70人的奧運健兒代表團訪澳三天。代表團首日抵達，澳門特區政府安排歡迎儀式及晚宴，由行政長官賀一誠代表社會各界捐贈單位，向代表團頒贈港幣1,600萬元獎金支票。代表團之後參與在澳門東亞運動會體育館舉行的「我們的驕傲——國家奧運健兒代表團澳門聯歡晚會」，與澳門居民近距離接觸，展現國家健兒的風采。

國家奧運健兒代表團行程緊密，期間與澳門青少年運動員交流，分享成長、訓練，以及競賽奪標的心路歷程；亦走進社區參觀大炮台花園、媽閣塘片區、福隆新街步行區等澳門文化旅遊多元發展項目。代表團最後一天更分批到訪三個社會服務機構，進行社區探訪活動，與居民互動交流。一連三日的訪澳行程結束，代表團分別經澳門國際機場及港珠澳大橋口岸返回內地。



中國藝術體操隊介紹平日訓練內容



國家乒乓球隊與澳門羽毛球運動員合演有趣的“乒羽”對打

國家運動員走入社區



Atletas olímpicos nacionais visitaram Macau para partilhar a alegria de competir pelo país

A delegação desportiva chinesa conquistou 91 medalhas, sendo 40 de ouro, 27 de prata e 24 de bronze nos Jogos Olímpicos de Paris 2024, o que constitui o melhor resultado da delegação nacional em Jogos Olímpicos no exterior. A fim de proporcionar aos residentes de Macau a oportunidade de testemunhar as proezas dos atletas olímpicos nacionais e partilhar a sua alegria de competir pelo país, o Governo da Região Administrativa Especial de Macau, a Administração Geral Nacional do Desporto e o Gabinete para os Assuntos de Hong Kong e Macau do Conselho do Estado organizaram, em conjunto, uma visita de três dias da delegação de atletas olímpicos nacionais dos jogos olímpicos a Macau, de 31 de Agosto a 2 de Setembro, durante a qual a delegação participou num jantar de gala de grande escala, realizou sessões de diálogo sincero com os jovens atletas de Macau e participou em várias actividades comunitárias.

Por ocasião da dupla celebração do 75.º Aniversário da Implantação da República Popular da China e do 25.º Aniversário do Retorno de Macau à Pátria, sob o cuidado e apoio do país, uma delegação de mais de 70 atletas olímpicos, liderada por Gao Zhidan, Director da Administração Geral Nacional do Desporto, visitou Macau durante três dias. No primeiro dia da chegada da delegação, o Governo da RAEM organizou uma cerimónia e um jantar de boas-vindas onde o Chefe do Executivo, Ho Iat Seng, entregou a esta delegação, em representação das entidades doadoras de diferentes sectores da comunidade, um cheque no valor de 16 milhões de dólares de Hong Kong. De seguida, a delegação participou no “O Nosso Orgulho – Encontro em Macau com os Atletas Olímpicos Nacionais”, realizado na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau, onde proporcionou uma oportunidade de contacto próximo com a população de Macau e os atletas demonstraram as suas proezas enquanto representantes do país.

潘展樂與市民一同製作手工



國家運動員出席大型晚會“我們的驕傲”

A visita da delegação dos atletas olímpicos nacionais foi intensa. Durante a visita, a delegação esteve presente numa sessão de intercâmbio com os jovens atletas de Macau para os atletas partilharem o seu crescimento e treinos, bem com as emoções sentidas nas suas conquistas em cada competição desportiva; visitou também vários projectos diversificados de desenvolvimento cultural e turístico de Macau em diversos bairros comunitários como o Jardim da Fortaleza, a zona da Barra no entorno da Doca D. Carlos I e a zona pedonal da Rua da Felicidade. No último dia, a delegação foi dividida em grupos que visitaram três organizações de serviços sociais em lotes para realizar visitas comunitárias e interagir com os residentes. No final da visita de três dias, a delegação regressou ao Interior da China através do Aeroporto Internacional de Macau e do Posto Fronteiriço da Ponte Hong Kong-Zhuhai-Macau.

能夠與奧運冠軍一起玩遊戲，市民非常開心



National Olympic Athletes Visit Macao to Share the Joy of Bringing Glory to the Nation

The Chinese sports delegation achieved an impressive record at the 2024 Paris Olympics, winning 40 gold, 27 silver, and 24 bronze medals, for a total of 91 medals, marking the best performance by the national team at an overseas Olympics. To give Macao residents the opportunity to witness the national Olympic athletes' remarkable achievements and share in the pride of their victories for the country, the Macao SAR Government, in collaboration with the General Administration of Sport of China and the Hong Kong and Macao Affairs Office of the State Council, organized a three-day visit of the delegation of national Olympic athletes from 31 August to 2 September. During the visit, the delegation attended a large-scale gala, held heartfelt discussions with young athletes from Macao, and participated in various community events.

Coinciding with the "dual celebration" of the 75th anniversary of the founding of the People's Republic of China and the 25th anniversary of Macau's return to the motherland, a delegation of over 70 Olympic athletes, led by Gao Zhidan, Director of the General Administration of Sport of China, visited Macao for a three-day tour with the care and support of the state. Upon the delegation's arrival on the first day, the Macao SAR Government hosted a welcoming ceremony and dinner. On behalf of various donors from across society, Chief Executive Ho Iat Seng presented the delegation with a HKD 16 million prize cheque. The delegation then participated in the "Our Pride – National Olympic Athletes' Macau Gala" held at the Macao East Asian Games Dome, where they engaged closely with Macao residents, showcasing the spirit and charisma of the national athletes.



國家奧運健兒訪澳三天

The delegation of national Olympic athletes had a packed itinerary. During their visit, they interacted with youth and adolescent athletes from Macao, sharing their personal journeys of growth, training, and competition victories. They also explored the community by visiting various diversified development projects for cultural tourism in Macao, such as the Mount Fortress Garden, the Barra District, and the Rua da Felicidade pedestrian zone. On the final day, the delegation split into groups to visit three social service organizations, conducting community outreach activities and interacting with local residents. After the three-day visit to Macao concluded, the delegation returned to the mainland separately via Macao International Airport and the Hong Kong-Zhuhai-Macao Bridge Port.



行政長官賀一誠代表澳門社會各捐贈單位向代表團捐贈1600萬元獎金支票



趙巧莉出戰巴黎殘奧

趙巧莉出戰巴黎殘奧 國務院港澳辦致賀電

2024年巴黎殘奧會於8月28日至9月8日舉行，12天的賽事共有4400名運動員參加，17歲的中國澳門運動員趙巧莉參與了這項國際盛大賽事，出戰T20級別女子跳遠的她在開幕禮上任持旗手，帶領其餘兩名澳門的工作人員進場，讓全球觀眾看到中國澳門特區區旗，飄揚在奧運的會場內。

巴黎殘奧會上，趙巧莉在女子T20跳遠賽事表現出色，跳出個人最佳成績的四米一七，以第15名完賽。國務院港澳事務辦公室向中國澳門代表團發去賀電，賀電內容如下：

中國澳門代表團：

在澳門即將迎來回歸祖國25週年之際，中國澳門代表團積極參加第17屆夏季殘疾人奧林匹克運動會，秉持友誼第一、比賽第二的體育精神，賽出風格、賽出友誼。大家挑戰極限、追求卓越，展現出堅韌不拔、昂揚向上的精神風貌，祖國為你們感到驕傲和自豪。國務院港澳事務辦公室特向你們表示熱烈的祝賀！

在新的起點上，希望你們繼續發揚中華體育精神和殘奧精神，再接再厲、再攀高峰，進一步激勵全體澳門人凝心聚力、銳意進取，為保持澳門長期和諧穩定，不斷譜寫具有澳門特色的「一國兩制」成功實踐華彩篇章，以中國式現代化全面推進強國建設、民族復興偉業作出新的貢獻！

Gabinete para os Assuntos de Hong Kong e Macau do Conselho de Estado felicita Chio Hao Lei pela sua participação nos Jogos Paralímpicos de Paris:

Os Jogos Paralímpicos de Paris 2024 realizaram-se de 28 de Agosto a 8 de Setembro, com a participação de 4.400 atletas ao longo dos 12 dias de competições. A atleta de 17 anos, Chio Hao Lei, de Macau, China, participou neste grande evento internacional, na categoria T20 do salto em comprimento. Na cerimónia de abertura, ela foi a porta-bandeira, encabeçando a delegação de Macau, e, juntamente com mais dois membros, desfilando no estádio, para que o público mundial pudesse ver a bandeira da Região Administrativa Especial de Macau da China a flutuar no recinto dos Jogos.

Nos Jogos Paralímpicos de Paris, na competição de salto em comprimento feminino T20, Chio Hao Lei teve um desempenho notável, alcançando a sua melhor marca pessoal de 4,17 metros e terminando em 15.º lugar. Em reconhecimento a este feito, o Gabinete para os Assuntos de Hong Kong e Macau do Conselho de Estado enviou uma mensagem de felicitações à Delegação de Macau, China, cujo conteúdo é o seguinte:

Delegação de Macau, China:

No momento em que Macau se prepara para celebrar o 25.º Aniversário do Retorno de Macau à Pátria, a delegação de Macau, China participou activamente nos 17.ºs Jogos Paralímpicos de Verão, incorporando o espírito desportivo de “Primeiro a amizade, segundo a competição”, tem demonstrado estilo e camaradagem, superando limites e buscando a excelência, revelando um espírito de persistência e pró-actividade. A pátria orgulha-se de vós. O Gabinete para os Assuntos de Hong Kong e Macau do Conselho de Estado expressa calorosas felicitações!

Neste novo ponto de partida, esperamos que continuem a promover o espírito desportivo chinês e o espírito paralímpico, esforçando-se ainda mais para alcançar novos patamares. Que isso inspire todos os residentes de Macau a unir forças e a avançar com determinação, contribuindo para a manutenção da harmonia e estabilidade de Macau a longo prazo, e escrevendo um novo capítulo colorido sobre o sucesso na implementação do princípio “Um País, Dois Sistemas” com características de Macau, de modo a impulsionar de forma abrangente a construção de um país forte e a grande revitalização da nação através da modernização ao estilo chinês!

Hong Kong and Macao Affairs Office of State Council Sends Congratulatory Message to Chio Hao Lei on Her Participation in Paris Paralympics

The 2024 Paris Paralympic Games were held from 28 August to 8 September, featuring 4,400 athletes in the 12-day event. Macao China athlete Chio Hao Lei, aged 17, also participated in this grand international event, who competed in the Women's Long Jump T20 category. Chio was the flag bearer at the opening ceremony, heading two other members of the Macao delegation into the stadium, showing the world audience the regional flag of the Macao SAR of China fluttering in the arena of the Paralympic Games.

At the Paris Paralympics, Chio Hao Lei completed the Women's Long Jump T20 competition with flying colours, achieving her personal best with a jump of 4.17 metres and finishing in the 15th place. In recognition of this achievement, the Hong Kong and Macao Affairs Office of the State Council sent a congratulatory message to the Macao China delegation, which reads as follows,

Macao China Delegation,

On the occasion of the 25th anniversary of Macao's reunification with the Motherland, the Macao China delegation has actively participated in the 17th Summer Paralympic Games, in which you upheld the sports spirit of “Friendship first, competition second”, and demonstrated in the competitions style and friendship. You took on the challenge of pushing the limit and pursuing excellence, exhibiting your unwavering perseverance and enterprising spirits, which made the Motherland proud. The Hong Kong and Macao Affairs Office of the State Council would like to extend our warmest congratulations to you!

At this new starting point, we hope that you will continue to carry forward the Chinese sports spirit and Paralympic spirit, build on your achievements and reach new heights. May this inspire all Macao residents to join forces and move forward with determination, in order to maintain long-term harmony and stability in Macao, and constantly write splendid chapters on the successful implementation of the “one country, two systems” policy with Macao characteristics, contributing to the construction of China into a great modern country in all respects, and to advance the great rejuvenation of the Chinese nation on all fronts through a Chinese path to modernisation.

全澳美式10號球 曹勁文重奪錦標

澳門桌球總會主辦的“2024全澳美式10號球公開賽”於7月2日上演決賽，澳門代表隊的曹勁文以局數9比6擊敗陳偉淇，時隔一年再度封王。

決賽由2022年10號球公開賽冠軍曹勁文對同為代表隊成員的陳偉淇，今屆賽事有穩定發揮的曹勁文有好開局，局數領先3比1；隨後陳偉淇全力反撲，連番搶分下一度局數反超6比5，沒有退路的曹勁文經調整後連贏四局，最終以局數9比6擊敗陳偉淇奪得冠軍。

季軍戰，徐德煌與李澤鴻兩人鬥足十七局，最後徐德煌以局數9比8險勝，收穫季軍。

曹勁文發揮穩定

Chou Keng Man reconquista o título no Torneio Aberto de Bilhar Americano de 10 Bolas de Macau

A final do “Torneio Aberto de Bilhar Americano de 10 Bolas de Macau 2024”, organizado pela Associação Geral de Bilhar de Macau, teve lugar no dia 2 de Julho. Chou Keng Man, da selecção de Macau, derrotou Chen Wei Chi por 9-6 e reconquistou o título de campeão após um ano.

A final foi disputada entre Chou Keng Man, campeão do Torneio Aberto de 10 Bolas 2022, e Chen Wei Chi, também membro da selecção. Neste torneio, Chou Keng Man começou bem a partida, teve um desempenho estável, e liderou o jogo por 3-1; depois Chen Wei Chi lutou com todas as suas forças, conquistando pontos continuamente e virou o resultado para 6-5. Chou Keng Man, que não tinha saída, venceu quatro rondas consecutivas após ajustes e acabou por derrotar Chen Wei Chi por 9-6, sagrando-se campeão.

No jogo pelo terceiro lugar, Xu Dehuang e Lei Chak Hong lutaram por um total de 17 rondas. Por fim, Xu Dehuang venceu o jogo com um resultado de 9-8, conquistando o terceiro lugar.

陳偉淇一度領先



Chou Keng Man Claims Championship Again in Macao 10 Ball Open

Organised by the Macao Billiards General Association, the final match of the “2024 Macao 10 Ball Open” was held on 2 July, with Chou Keng Man of the Macao team defeating his teammate Chen Wei Chi in 9-6 and crowned the champion again after one year.

In the final match, Chou Keng Man, the champion of the 2022 10 Ball Open, fought against Chen Wei Chi, the fellow member of the Macao team. Chou got off to a strong start with a 3-1 lead, continuing his solid performance this year; Chen managed to strike back nonetheless and once overtook the game at 6-5. With his back against the wall, Chou adjusted himself and won four frames in a row, eventually beating Chen 9-6 to seal the title.

In the match deciding the third place, Xu Dehuang and Lei Chak Hong fought for a total of 17 frames before Xu picking up a narrow 9-8 victory to take home third place.



全澳美式10號球公開賽圓滿結束

港保齡球賽 蘇詠思李得文奪冠亞

中國香港保齡球總會主辦的“第47屆香港國際保齡球公開賽”於6月28日至7月6日假香港南華體育會保齡球館舉行，參賽的中國澳門保齡球隊收穫佳績，蘇詠思及李得文在女子及男子公開組勇奪冠軍及亞軍。

今屆賽事，李得文及蘇詠思發揮出色，優秀賽第二回合，李得文以8局平均259.25分排第2位，蘇詠思以平均244.63分排第3位，雙雙打入梯級賽。蘇詠思在第二輪以245分力壓印尼及馬來西亞選手打入決賽，在冠軍戰再以253比235及231比221，直落兩局擊敗印尼球手塞薩利亞(SHINTA CEYSARIA YUNITA)，勇奪女子公開組冠軍。

男子公開組，闖入冠軍戰李得文在決賽面對港隊雷前鴻，李得文終以212比278落敗，收穫亞軍。

另外，青年球手趙卓言分別奪得15歲以下組冠軍及18歲以下組季軍，個人出戰的譚旭陽獲得15歲以下組季軍及18歲以下組亞軍。



澳門保齡球隊賽後慶祝留影

蘇詠思及李得文在香港保齡球公開賽穿金戴銀

優秀賽第2名晉級的李得文（前排左1）終獲亞軍獎項

Dias De Souza Verónica e Lee Tak Man conquistaram os 1.º e 2.º lugares no Torneio de Bowling de Hong Kong

O “47.º Torneio Aberto Internacional de Bowling de Hong Kong”, organizado pela Associação Geral de Bowling de Hong Kong, China, decorreu de 28 de Junho a 6 de Julho, no Centro de Bowling da Associação Atlética do Sul da China, em Hong Kong. A selecção de bowling de Macau, China obteve bons resultados, com Dias De Souza Verónica e Lee Tak Man a conquistarem, respectivamente, o título de campeã na categoria aberta feminina e o segundo lugar na categoria aberta masculina.

Nesta edição, Lee Tak Man e Dias De Souza Verónica tiveram desempenhos excelentes. Na segunda rodada da competição de excelência, Lee Tak Man ficou em segundo lugar com uma média de 259,25 pontos em 8 jogos, e Dias De Souza Verónica em terceiro lugar com 244,63 pontos em média, ambos entraram na competição de escada. Dias De Souza Verónica, na segunda rodada, derrotou as jogadoras da Indonésia e da Malásia, com 245 pontos e chegou à final. Na prova final, Dias De Souza Verónica derrotou a jogadora indonésia, Shinta Ceysaria Yunita, por 2-0, ganhou por 253:235 e 231:221, conquistando o título de campeã da categoria aberta feminina.

Na categoria aberta masculina, Lee Tak Man chegou à final, onde enfrentou o jogador de Hong Kong, Lui Chin Hung James, Lee Tak Man perdeu finalmente por 278-212, conquistando o segundo lugar.

Além disso, o jovem jogador Chiu Lucio Marcelino venceu o campeonato na categoria sub-15 e ficou em terceiro lugar na sub-18, enquanto Brandon Haruki Tam, que competiu individualmente, conquistou o terceiro lugar na categoria sub-15 e o segundo lugar na sub-18.

Dias De Souza Verónica and Lee Tak Man won 1st and 2nd place at Hong Kong Bowling Championships

The 47th Hong Kong International Open Bowling Championships, organised by the Hong Kong, China Tenpin Bowling Congress, was held from 28 June to 6 July at the Hong Kong South China Athletic Association Bowling Centre. The Macao, China bowling team achieved good results, with Dias De Souza Verónica and Lee Tak Man winning the champion title in the Women’s Open Masters and second place in the Men’s Open Masters respectively.

In this edition, Lee Tak Man and Dias De Souza Verónica performed excellently. In the second round of the elite contest, Lee Tak Man came second with an average of 259.25 points in 8 games, and Dias De Souza Verónica came third with an average of 244.63 points, both of whom made it to the Stepladder match. In the second round, Dias De Souza Verónica beat the players from Indonesia and Malaysia with 245 points to reach the final. In the final event, Dias De Souza Verónica defeated the Indonesian player, Shinta Ceysaria Yunita, in two straight sets, winning 253-235 and 231-221 to clinch the Women’s Open Masters title.

In the Men’s Open Masters, Lee Tak Man reached the final against Hong Kong’s Lui Chin Hung James, where Lee lost 278-212 to finish second.

In addition, young player Chiu Lucio Marcelino won the championship in the Youth 15 & Under and came third in the Youth 18 & Under, while Brandon Haruki Tam, who competed as an individual, took third place in the Youth 15 & Under and second place in the Youth 18 & Under.



澳門青少年壁球賽

澳四將闖四強

澳門壁球總會主辦、澳門體育局贊助的“2024澳門青少年壁球公開賽”於7月4日至7日假澳門路氹體育館大馬路保齡球中心及澳大綜合體育館壁球場舉行，比賽吸引超過200名世界各地青少年球員參戰，主場出戰的中國澳門代表隊發揮出色，其中李嘉熙、沈樂諾、陳迦南及曹子晴在男子、女子青少年17歲及15歲以下四個組別均躋身四強，最終奪得殿軍成績。

賽事焦點是男子青少年19歲以下決賽，中國香港的萬旨穎與隊友麥浚熙合演精彩一戰，結果，賽事二號種子麥浚熙以13-11、11比7及11比5，總局數三比〇擊敗一號種子萬旨穎奪冠。女子17歲以下組由中國香港的鍾依伶奪得冠軍。

各組別冠軍得獎者：男子19歲以下：麥浚熙（中國香港）、男子17歲以下：高斯〈Erwin Kros〉（馬來西亞）、女子17歲以下：鍾依伶（中國香港）、男子15歲以下：楊淙捷（中國香港）、女子15歲以下：鍾迦柔（中國香港）、男子13歲以下：鄧偉康（中國香港）、女子13歲以下：殷子媛（中國）、男子11歲以下：姚卓希（中國香港）、女子11歲以下：林恩如（中國香港）。



李嘉熙（左）闖入男子17歲以下組四強



香港隊鍾依伶（右）奪女子17歲以下組冠軍



嘉賓與獲獎球手賽後合影

陳迦南（左1）在男子15歲以下組獲殿軍



曹子晴（左1）躋進女子15歲以下組四強



Quatro Atletas de Macau entraram nas meias-finais no Torneio Júnior de Squash de Macau

Organizado pela Associação de Squash de Macau e patrocinado pelo Instituto do Desporto de Macau, o “Torneio Aberto Júnior de Squash de Macau 2024” teve lugar de 4 a 7 de Julho, no Centro de Bowling, sito na Avenida da Nave Desportiva, Cotai, e nas Salas de Squash do Complexo Desportivo da Universidade de Macau, atraindo uma participação de mais de 200 atletas juvenis de todo o mundo. A selecção de Macau, China, que jogou em casa, teve um desempenho excelente. Lei Ka Hei, Sum Lok Nok, Chin Ka Nam e Cao Chi Cheng entraram nas meias-finais nas categorias masculina e feminina, sub-17 e sub-15, conquistando finalmente o quarto lugar.

O destaque do torneio foi a final da categoria masculina sub-19, Man Tsz Wing e o seu colega Mak Tsun Hei, jogadores de Hong Kong, China, deram um espectáculo maravilhoso. Como resultado, o segundo cabeça-de-série, Mak Tsun Hei, derrotou o primeiro cabeça-de-série, Man Tsz Wing, por 13-11, 11-7 e 11-5, acabando o jogo por 3 - 0 e conseguindo sagrar-se campeão. Na categoria feminina sub-17, a vencedora foi Chung Yee Ling Elaine de Hong Kong, China.

Os campeões de cada categoria foram: masculina sub-19: Mak Tsun Hei (Hong Kong, China), masculina sub-17: Erwin Kros (Malásia), feminina sub-17: Chung Yee Ling Elaine (Hong Kong, China), masculina sub-15: Yeung Tsung Chit Karson (Hong Kong, China), feminina sub-15: Chung Ka Yau (Hong Kong, China), masculina sub-13: Tang Wai Hong (Hong Kong, China), feminina sub-13: Yin Ziyuan (China), masculina sub-11: Yiu Cheuk Hei (Hong Kong, China) e feminina sub-11: Lam Yan Yu Hayley (Hong Kong, China).

Macao four players enter semifinals of Macau Junior Squash Open

Organised by the Macau Squash Association and sponsored by the Sports Bureau, the “Macau Junior Squash Open 2024” was held from 4 to 7 July at the Bowling Centre on Avenida da Nave Desportiva, Cotai, and at the Squash Court of the UM Sports Complex, attracting the participation of more than 200 junior players from all over the world. The Macao, China team, playing at home, put in an excellent performance, with Lei Ka Hei, Sum Lok Nok, Chin Ka Nam and Cao Chi Cheng entering the semifinals in the Boys Under 17 and Girls Under 15 categories, and took the fourth place.

The Boys Under 19 final match took the spotlight, where Man Tsz Wing and his colleague Mak Tsun Hei, players from Hong Kong, China, put on a marvellous show. As a result, the second-seeded Mak Tsun Hei defeated the first-seeded Man Tsz Wing 13-11, 11-7 and 11-5, ending the match 3-0 and becoming champion. In the Girls Under 17, the champion went to Chung Yee Ling Elaine from Hong Kong, China.

The champions in each category were: Boys Under 19 - Mak Tsun Hei (Hong Kong, China), Boys Under 17 - Erwin Kros (Malaysia), Girls Under 17 - Chung Yee Ling Elaine (Hong Kong, China), Boys Under 15 - Yeung Tsung Chit Karson (Hong Kong, China), Girls Under 15 - Chung Ka Yau (Hong Kong, China), Boys Under 13 - Tang Wai Hong (Hong Kong, China), Girls Under 13 - Yin Ziyuan (China), Boys Under 11 - Yiu Cheuk Hei (Hong Kong, China) and Girls Under 11 - Lam Yan Yu Hayley (Hong Kong, China).

賓菲加重奪甲足錦標

澳門甲組足球聯賽於7月27日上演煞科戰，提早一輪鎖定冠軍的賓菲加與澳科鄒北記賽和0比0，17戰過後錄得15勝1和1負積46分，四分之差粉碎澳科鄒北記的五連冠希望，相隔6年再次捧得聯賽冠軍獎盃。(註：不計2020年澳門盃冠軍)

今屆甲組足球聯賽改制，經過首循環比賽後，澳科鄒北記、賓菲加、青鋒、恆勢和聯樂五隊躋身爭標組，並以雙循環形式作賽。以首名躋身爭標組的澳科鄒北記在6月2日先和青鋒，接著在6月16日的關鍵一役以3比4不敵賓菲加，爭標形勢逆轉。反觀越戰越勇的賓菲加在7月13日以3比0輕取青鋒後錄得七連勝，提前一輪鎖定冠軍，並在最後一輪0比0和澳科鄒北記，在爭標組錄得不敗封王，繼2018年後再次奪得甲組聯賽錦標。澳科鄒北記13勝3和1負積42分得亞軍，31分的青鋒得季軍，恆勢、聯樂排名四、五位。

跌落護級組的五隊經過比拼後，澳門大學以28分居首，27分的嘉華以及22分的蒙地卡羅排名二、三。尾二的士砵亭以及榜尾的加義來屆降班乙組。乙組冠亞軍的少將和伊伏千葉明年將升上甲組作賽。

嘉華首奪足總盃

甲組足總盃於8月10在蓮峰球場上演冠軍戰，四強淘汰澳科鄒北記的“升班馬”嘉華決賽藉高美斯及何嘉誠各入一球，以2比0擊敗應屆聯賽冠軍賓菲加，勇奪足總盃，此亦是該隊歷史上首個甲組足球賽事錦標。澳科鄒北記以5比0大勝青鋒奪得季軍。



嘉華足總盃決賽擊敗賓菲加



賓菲加重奪失落的甲組聯賽錦標



澳科鄒北記奮戰到最後

Benfica reconquistou o título da 1.ª Divisão do Campeonato de Futebol

O Campeonato de Futebol de Macau – 1.ª Divisão realizou o jogo final no dia 27 de Julho, tendo o Benfica, que já havia garantido o título uma ronda antes, empatado a 0-0 com a MUST C.P.K.. Após os 17 jogos, o Benfica registou 15 vitórias, 1 empate e 1 derrota, totalizando 46 pontos, esmagando por quatro pontos as esperanças do MUST C.P.K. de conquistar o quinto título consecutivo, reconquistando o troféu da 1.ª Divisão do Campeonato após seis anos sem ganhar este título. (Nota: não contanto o título da Taça de Macau de 2020)

Nesta edição da 1.ª Divisão, houve uma reformulação do sistema, após a primeira ronda de jogos de todos contra todos (round-robin), cinco equipas, nomeadamente MUST C.P.K., Benfica, Ching Fung, Hang Sai e Lun Lok, conseguiram entrar na fase seguinte para disputarem o título de campeão, que foi disputado em formato de “double-round-robin”. A MUST C.P.K., que entrou em primeiro lugar, empatou 2-2 com a Ching Fung em 2 de Junho e, perdeu por 3-4 com o Benfica no jogo decisivo em 16 de Junho, invertendo assim a tendência da luta pelo título. Por outro lado, o Benfica, cada vez mais forte, conquistou uma vitória fácil por 3-0 sobre o Ching Fung em 13 de Julho, registando assim sete vitórias consecutivas, garantindo o título a uma ronda antes da final, e no último jogo empatou 0-0 com a MUST C.P.K., mantendo-se invicto e reconquistando o título da 1.ª Divisão do Campeonato que já lhe fugia desde 2018. A MUST C.P.K. ficou em segundo lugar com 42 pontos, com 13 vitórias, 3 empates e 1 derrota, a Ching Fung conquistou o terceiro lugar com 31 pontos, enquanto a Hang Sai e a Lun Lok terminaram no quarto e quinto lugares.

Os cinco clubes que desceram para o grupo de despromoção, depois de renhidas lutas, a Universidade de Macau ficou no topo da tabela com 28 pontos, seguida pela Gala com 27 pontos e pelo Monte Carlo com 22 pontos. A equipa do Sporting que ficou em penúltimo e a do Ka I, que ficou no último lugar, descem para a 2.ª Divisão na próxima edição. As equipas Shao Jiang e Ivo Chiba, o campeão e o segundo lugar da 2.ª Divisão, serão promovidas à 1.ª Divisão no próximo ano.

Gala venceu a Taça da Associação de Futebol de Macau pela primeira vez

A final da Taça da Associação de Futebol de Macau – 1.ª Divisão realizou-se no dia 10 de Agosto no Campo Lin Fung, sendo que a equipa Gala, o “cavalo promovido”, eliminou a MUST C.P.K. no jogo da semi-final, venceu a final com golos de William Gomes e Ho Ka Seng, derrotou o actual campeão da 1.ª Divisão, o Benfica, por 2-0, conquistando assim o título da Taça, que é também o primeiro campeonato de futebol da 1.ª Divisão na história da equipa. A MUST C.P.K. conquistou o terceiro lugar com uma vitória por 5-0 sobre a Ching Fung.



奪標熱門的澳科鄒北記經歷無冠球季

Benfica Reclaims First Division Football League Title

The Macao First Division Football League played out the final match on 27 July, with Benfica, securing championship one round ahead of schedule, and MUST C.P.K. tied at 0-0. After 17 matches, Benfica recorded 15 wins, 1 draw and 1 loss, accumulating 46 points, with a four-point margin crushing MUST C.P.K.'s hopes of a fifth consecutive title, and claiming the league championship trophy again after six years. (Note: Excluding the 2020 Macao Cup championship)

This year's First Division League has been restructured. After the first round-robin match, MUST C.P.K., Benfica, Ching Fung, Hang Sai and Lun Lok were among the five teams in the championship group, and proceeded with the double round-robin matchup. MUST C.P.K., who was promoted to the championship group in first place, lost 3-4 to Benfica in a crucial match on 16 June after a draw with Ching Fung on 2 June, turning the tide for the championship. On the other hand, Benfica won their seventh consecutive match on 13 July with a 3-0 win over Ching Fung to secure the title one round ahead of schedule, and then drew 0-0 with MUST C.P.K. in the final round to go undefeated and seal the title in the Championship Group, winning the First Division League championship again since 2018. MUST C.P.K. won second place with 42 points from 13 wins, 3 draws and 1 loss, Ching Fung won third place with 31 points, while Hang Sai and Lun Lok were ranked fourth and fifth.

The five teams that fell into the Relegation Group saw U.M. top the table with 28 points, while Gala with 27 points and Monte Carlo with 22 points were the second and the third respectively. The second last team, Sporting, and the last team, Ka I, would be relegated to the Second Division in the next edition. The first and second place of Second Division, Shao Jiang and Ivo Chiba, will be promoted to the First Division next year.

Gala Clinches Its First FA Cup

The championship match of the First Division FA Cup was staged at Lin Fong Sports Centre on 10 August. Gala, the “promoted team” that eliminated MUST C.P.K. in the quarterfinal, won the Cup by defeating the last league champion Benfica 2-0 in the final with a goal each scored by William Carlos Gomes and Ho Ka Seng, which was also the first FA Cup championship in the history of Gala. MUST C.P.K. won the third place with a 5-0 victory over Ching Fung.



青鋒在聯賽得季軍，足總盃獲殿軍

亞洲健身健美錦標賽 澳獲1金1銀3銅

澳門健美總會一行15人於8月6日至12日前往印尼巴淡參加由亞洲健美聯盟主辦的“2024年亞洲健身健美錦標賽”，並獲1金1銀3銅的佳績。

是次澳門代表隊以老帶新，10名男、女子運動員在比賽中發揮出色，其中，龔欣欣在女子體質模特兒155公分以下獲得金牌，林定邦在男子健身健體170公分以上級別獲得銀牌，黃順威在男子健身健體170公分以下級別、吳雪兒在女子165公分以下健體泳衣組、區嘉韻與李家杰在混合雙人組各獲得一面銅牌。

黃忠陽在男子健美大師級80公斤以下獲得第四名，許嘉敏在女子165公分以上健體泳衣獲得第四名，吳雪兒在女子體質模特兒165公分以下獲得第五名。



林定邦(左)獲銀牌

A equipa de Macau conquistou 1 medalha de ouro, 1 de prata e 3 de bronze no Campeonato Asiático de Culturismo

Uma delegação de 15 membros da Associação de Culturismo e Fitness de Macau participou no “Campeonato Asiático de Culturismo 2024”, organizado pela União Asiática de Culturismo, em Batam, Indonésia, de 6 a 12 de Agosto, conquistando 1 medalha de ouro, 1 de prata e 3 de bronze.

A equipa de Macau, que desta vez integrou membros experientes a liderar os novos membros e era composta por 10 atletas masculinos e femininos, teve um desempenho notável. Entre eles, Kong Ian Ian conquistou a medalha de ouro na categoria de modelo de culturismo feminino de até 155 cm, Lam Teng Bong obteve a medalha de prata na categoria de físico desportivo masculino de acima de 170 cm, Wong Son Wai conquistou a medalha de bronze na categoria de físico desportivo masculino de até 170 cm, Ngo Tuyet Nhi na categoria de culturismo de biquíni feminino de até 165 cm e Ao Ka Wan e Lei Ka Kit na categoria de pares mistos arrecadaram, respectivamente, uma medalha de bronze.

Wong Chong Ieong conquistou o quarto lugar na categoria de culturismo mestre masculino de até 80 kg, Hoi Ka Man conquistou o quarto lugar na categoria de culturismo de biquíni feminino de acima de 165 cm e Ngo Tuyet Nhi conquistou o quinto lugar na categoria de modelo de culturismo feminino de até 165 cm.



澳門健美總會人員合照

Macao Won 1 Gold 1 Silver and 3 Bronzes at Asian Bodybuilding and Physique Sports Championships

The Macao Bodybuilding and Fitness Association sent a team of 15 athletes to Batam, Indonesia to participate in the "Asian Bodybuilding and Physique Sports Championships 2024", organised by the Asian Bodybuilding and Physique Sports Federation, from 6 to 12 August, and achieved excellent results with 1 gold, 1 silver and 3 bronze medals.

This time, the veterans of the Macao team mentor the rookie teammates, with 10 male and female athletes showing excellent performance in the competition. Among them, Kong Ian Ian won the gold medal in the Women's Model Physique up to 155 cm, Lam Teng Bong won the silver medal in the Men's Fitness Physique over 170 cm, Wong Son Wai won the bronze medal in the Men's Fitness Physique up to 170 cm, Ngo Tuyet Nhi won the bronze medal in the Women's Swimsuit Physique up to 165 cm, and Ao Ka Wan and Lei Ka Kit won the bronze medal in the Mixed Pairs.

Wong Chong Jeong won 4th place in the Men's Master Bodybuilding up to 80 kg, Hoi Ka Man won the 4th place in the Women's Swimsuit Physique over 165 cm, and Ngo Tuyet Nhi won the 5th place in the Women's Model Physique up to 165 cm.



龔欣欣(中)獲金牌

Pratica Desporto, Reforça a Tua Saúde
齊運動 健體魄

主辦:
Organizador:
體育局
Instituto do Desporto



眾康體日
Dia de Desporto
para Todos



每月舉行一次

Actividade a realizar mensalmente

活動將會在全澳不同地點舉行

A actividade decorrerá em diferentes locais e as demais informações serão divulgadas em tempo oportuno

查詢詳情，請掃二維碼
Para informação, é favor de digitalizar o código QR



☎: 28236363

www.sport.gov.mo



各地柔道好手同場較勁

亞青柔道賽澳摘三銅

亞洲柔道聯合會主辦，澳門柔道協會承辦的“亞洲盃青年及青少年柔道錦標賽—世界及亞洲排名計分賽”於8月10及11日假塔石體育館上演，主場出戰的澳門柔道隊發揮水準，最終有陳威棋、蔣瑋淇及陳慧心摘下三面銅牌。

亞洲盃青年柔道賽共吸引來自15個國家及地區近200名運動員參加，澳門柔道隊派出13名運動員出賽，其中，出戰男子青少年-55kg賽事的陳威棋在銅牌戰僅用47秒，即以鎖手技拿下“一本”，擊敗科威特的阿拉姆茲(ARAMZI)奪得銅牌。

此外，陳慧心在女子青少年-52kg的銅牌戰，因來自蒙古的對手傷病未能上場，收穫一枚銅牌；蔣瑋淇獲得女子青少年-44kg的季軍。



蔣瑋淇奪女子青少年-44kg季軍



陳威棋以鎖手技贏下季軍戰



澳門健美總會人員合照



陳威棋踏上頒獎台

Macau conquista três medalhas de bronze na Taça Asiática Júnior e Juvenil de Judo

A “Taça Asiática Júnior e Juvenil de Judo - Prova de Ranking Mundial e Asiático”, organizada pela Federação de Judo Asiática e realizada pela Associação de Judo de Macau, decorreu no Pavilhão Polidesportivo Tap Seac, nos dias 10 e 11 de Agosto, e a selecção de Judo de Macau, que jogou em casa, apresentou um bom nível de desempenho, tendo Chan Wai Kei, Cheong Wai Kei e Chan Yixin Celina conquistado três medalhas de bronze.

A Taça Asiática Júnior e Juvenil de Judo atraiu cerca de 200 atletas de 15 países e regiões, e a selecção de Judo de Macau participou com 13 atletas. Entre eles, Chan Wai Kei, que competiu na categoria juvenil masculina - 55kg, venceu a luta pela medalha de bronze, utilizando uma técnica de mão bloqueada para obter “Ippon”, no que levou apenas 47 segundos, derrotando Ali Alramzi do Kuwait.

Para além disso, Chan Yixin Celina conquistou a medalha de bronze na luta pela medalha de bronze na categoria juvenil feminina - 52kg, uma vez que a sua adversária da Mongólia não pôde competir devido a lesão ou doença; e Cheong Wai Kei conquistou o terceiro lugar na categoria juvenil feminina - 44 kg.

Macao Claims Three Bronze Medals at Macau Junior & Cadet Asian Cups

The Macau Junior & Cadet Asian Cups 2024 - World and Asian Ranking Event, organised by the Judo Union of Asia (JUA) and hosted by the Macao Judo Association, was staged at the Tap Seac Sports Pavilion on 10 and 11 August. The Macao Judo team, who were playing at home, performed well and won three bronze medals by Chan Wai Kei, Cheong Wai Kei and Chan Yixin Celina.

The Macao Cadet Asian Cup attracted nearly 200 athletes from 15 countries and regions, and the Macao Judo Team sent 13 athletes to participate in the competition. Among them, Chan Wai Kei, who competed in the Men's Cadet -55 kg event, took only 47 seconds in the bronze-medal battle to score an “ippon” win over Ali Alramzi from Kuwait with his hand lock technique, securing the bronze medal.

In addition, Chan Yixin Celina won a bronze medal in the Women's Cadet -52kg bronze-medal battle because her opponent from Mongolia was unable to compete due to injury or illness: Cheong Wai Kei won the third place in the Women's Cadet -44kg battle.

路環四廟 重奪男甲 手球冠軍

路環街坊四廟體育會於8月12日在奧林匹克體育中心室內館舉行的男子甲組手球聯賽決賽以28比21擊敗思源體育會，勇奪冠軍。

去屆乙組冠軍的思源體育會面對傳統勁旅路環街坊四廟體育會，兩隊合演一場激戰，半場四廟體育會領先14比11。換邊後，思源全力反撲，一度追近至2分差距，重整旗鼓的四廟體育會最終穩住勝局，以28比21擊敗思源，重奪失落五年的聯賽錦標。

季軍戰，福建對路環街坊四廟慈善會，最終四廟慈善會以32比30獲勝奪得季軍。

四廟體育會全力搶攻





首戰甲組聯賽的思源體育會頑強拼搏



四廟慈善會奪女子組冠軍

Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane reconquistou o título do Campeonato Masculino de Andebol -1.ª Divisão

O Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane venceu o Campeonato Masculino de Andebol -1.ª Divisão ao derrotar a Associação Desportiva Si Un, por 28-21, na final realizada no dia 12 de Agosto no Pavilhão Desportivo do Centro Desportivo Olímpico.

A Associação Desportiva Si Un, campeã da 2.ª Divisão da última edição, defrontou a tradicional equipa forte, o Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane, e as duas equipas travaram uma intensa batalha. Ao intervalo, o Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane liderava por 14-11. Na segunda parte, a Si Un reagiu com força e encurtou a diferença de apenas dois pontos, mas o Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane conseguiu recuperar e acabou por garantir a vitória, derrotando a Si Un por 28-21 e reconquistando o Campeonato que havia perdido nos últimos cinco anos.

No jogo de disputa pelo terceiro lugar, a Fukien defrontou a Associação de Beneficência Si Mui de Coloane, e esta venceu por 32-30, conquistando o terceiro lugar.

"Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane" Reclaims Men's Division A Handball Championships Title

"Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane" won the final match of the Men's Division A Handball Championships on 12 August, beating Si Un Sports Association 28-21 in the Indoor Pavilion of the Olympic Sports Centre.

Last year's Division B champion Si Un Sports Association faced the traditional powerhouse, "Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane", and the two teams played a fierce battle, with "Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane" leading by 14-11 at half-time. After the change of sides, Si Un fought back with full vigour and once cut gap to just two points. However, "Clube Desportivo de 'Quatro Pagodes' de Coloane" staged a solid comeback to secure a 28-21 win over Si Un, restoring the lost glory of the Championships title after five years.

In the third-place match, Fukien faced off against "Associação de Beneficência Si Mui de Coloane", and the latter won 32-30 to claim the third place.



四廟體育會重奪失落5年聯賽冠軍盃

“孔子杯”2024第四屆世界象棋公開賽 "Confucius Cup" 2024 4th World Xiangqi Open Dublin, 10-13 August 2024



小將伍子駿出戰團體賽

世界象棋賽澳奪1金1銀

世界象棋聯合會主辦的“2024第四屆世界象棋公開賽”於8月10至13日在愛爾蘭都柏林大學孔子學院舉辦，中國澳門隊在賽事中表現出色，李凱雯在女子U18組別戰勝國家隊宋徐藝奪冠，邢維昊在男子U12組取得亞軍，為澳門象棋隊獲取1金1銀佳績。

今屆賽事分別有男、女子團體、U18、U15及U12組別，賽事吸引包括中國、法國、德國、美國、英國、加拿大、愛爾蘭、新加坡等多個國家地區參與，中國澳門隊李凱雯在女子U18組別勢如破竹，在六輪對局中取得5勝1和，在爭奪冠軍的一戰擊敗了國家隊宋徐藝，勇奪冠軍；邢維昊在男子U12組別的5場對奕中同樣有不俗發揮，收穫亞軍。

此外，澳門隊派出全場年齡最小的組合甘建希、陳嘉俊、伍子駿出戰男子團體賽，取得第7名。



(左起) 陳嘉俊、伍子駿、李凱雯、邢維昊、甘建希於賽場合影

Macau obteve 1 ouro e 1 prata no Torneio Aberto Mundial de Xadrez

O “4.º Torneio Aberto Mundial de Xadrez 2024”, organizado pela Federação Internacional de Xadrez, teve lugar no Instituto Confúcio da Universidade de Dublin, na Irlanda, entre os dias 10 e 13 de Agosto. A equipa de Macau teve um desempenho brilhante no torneio, com Kevin Li a vencer o título de campeã na categoria Sub18 Feminina ao derrotar a atleta da selecção nacional, Song Xuyi; e Xing Wai Hou ficou em segundo lugar na categoria Sub12 Masculina. Assim, a equipa de Xadrez de Macau arrecadou 1 medalha de ouro e 1 medalha de prata no torneio deste ano.

O torneio deste ano, integrou categorias por equipas masculinas e femininas, e categorias Sub-18, Sub-15 e Sub-12, atraiu a participação de muitos países e regiões, incluindo China, França, Alemanha, Estados Unidos da América, Reino Unido, Canadá, Irlanda, Singapura, etc. Kevin Li, de Macau, China, começou a vencer na categoria sub-18 feminina, com 5 vitórias e 1 empate em 6 rondas de jogos, e derrotou a atleta da selecção nacional, Song Xuyi, na batalha pelo título de campeã; Xing Wai Hou também teve um bom desempenho em 5 rondas de jogos na categoria Sub-12 masculina, e obteve o segundo lugar.

Além disso, a equipa de Macau enviou a equipa mais jovem, de Kam Kin Hei, Chan Ka Chon e Wu Chi Chon, para disputar a competição por equipas masculinas, tendo esta terminado em 7.º lugar.



李凱雯在女子U18組別奪冠



澳門象棋隊與各國棋手對奕

Macao Wins 1 Gold and 1 Silver in 2024 World Xiangqi Open

Organised by the World Xiangqi Federation, the Confucius Cup 2024 4th World Xiangqi Open was held at the UCD Confucius Institute for Ireland of the University College Dublin in Ireland from 10 to 13 August. The Macao China team performed brilliantly in the tournament, with Li Kevin defeating China's Song Xuyi to crown the title of the Women's Individual U18, and Xing Wai Hou claiming the first runner-up of the Men's Individual U12, achieving one gold and one silver medal for the Macao Xiangqi team.

This year's tournament included Men's and Women's Teams, U18, U15 and U12 groups, and attracted the participation of many countries and regions including China, France, Germany, the United States, the United Kingdom, Canada, Ireland, Singapore, etc. Li Kevin from Macao China won the Women's Individual U18 category with a dominant performance, clinching 5 wins and 1 draw in 6 rounds of games, and defeated Song Xuyi from China in the battle for the championship: Xing Wai Hou also performed well in his 5 matches in the Men's Individual U12 category and took second place.

In addition, the Macao team sent Kam Kin Hei, Chen Ka Chon and Wu Chi Chon, who formed the youngest team of the competition, to play in the Men's Team and finished 7th.

參與者在活動佈景板前“打卡”

室內單車亞錦賽 澳花式摘3銀6銅

中國澳門單車總會於8月9至11日前往香港參加“第15屆亞洲室內單車錦標賽”，最終奪3銀6銅佳績。

澳門室內單車代表隊共派出16人參賽，其中，陳逸天在男子精英單人花式及男子混合精英雙人花式夥拍鄧崇希摘下兩銅，陳芷瑩及陳懿心取得女子精英雙人花式季軍。

其他參賽隊員成績：李心悠奪得女子小童U11單人花式第二名，吳立盈取得女子少年U13單人花式第二名，陳凱璇取得女子少年U15單人花式第二名，盧政霖取得男子小童U11單人花式第三名，何思喆取得男子少年U13單人花式第三名，葉諾臻取得男子少年U15單人花式第三名。



陳逸天及鄧崇希站上頒獎台

陳芷瑩在亞錦賽發揮出色



陳逸天（右）及鄧崇希在雙人花式賽摘銅



Seleção de ciclismo acrobático de Macau conquistou 3 medalhas de prata e 6 de bronze no Campeonato Asiático de Ciclismo em Recinto Coberto

A Associação Geral de Ciclismo de Macau deslocou-se a Hong Kong, de 9 a 11 de Agosto, para participar no 15.º Campeonato Asiático de Ciclismo em Recinto Coberto, conquistando 3 medalhas de prata e 6 de bronze.

A selecção de ciclismo acrobático de Macau enviou 16 atletas para participar no evento, entre os quais Chan Iat Tin conquistou dois bronzes na prova de Ciclismo Acrobático Individual Elite Masculino e na prova de Ciclismo Acrobático Aberto de Pares com Tang Song Hei, enquanto Chan Chi Ieng e Chan I Sam conquistaram o terceiro lugar na prova de Ciclismo Acrobático de Pares Feminino.

Outros resultados por equipa: Lei Sam Iao conquistou o 2.º lugar na prova infantil de Sub-11 Individual Feminina, Ng Lap Ieng conquistou o 2.º lugar na prova juvenil de Sub-13 Individual Feminina, Chan Hoi Sun conquistou o 2.º lugar na prova juvenil Sub-15 Individual Feminina, Lou Cheng Lam conquistou o 3.º lugar na prova infantil Sub-11 Individual Masculina, Ho Si Chit Juliano conquistou o 3.º lugar na prova juvenil Sub-13 Individual Masculina e Ip Nok Chon conquistou o 3.º lugar na prova juvenil Sub-15 Individual Masculina.

Macao Artistic Cycling Wins 3 Silver and 6 Bronze Medals in Asian Indoor Cycling Championships

Cycling General Association of Macau, China participated in the 15th Asian Indoor Cycling Championships in Hong Kong from 9 to 11 August and won 3 silver and 6 bronze medals.

The Macao Indoor Cycling Team sent 16 members to participate in the event. Among them, Chan Iat Tin won two bronzes, with one in Artistic Cycling Single Men Elite and the other in Artistic Cycling Pair Open with Tang Song Hei, while Chan Chi Ieng and Chan I Sam won the third place in Artistic Cycling Pair Women.

Other team member results: Lei Sam Iao won the 2nd place in Artistic Cycling Single Girl U11, Ng Lap Ieng won the 2nd place in Artistic Cycling Single Girl U13, Chan Hoi Sun won the 2nd place in Artistic Cycling Single Girl U15, Lou Cheng Lam won the 3rd place in Artistic Cycling Single Boy U11, Ho Si Chit Juliano won the 3rd place in Artistic Cycling Single Boy U13, and Ip Nok Chon won the 3rd place in Artistic Cycling Single Boy U15.



盧政霖在男子小童U11花式賽摘銅



澳門室內單車隊亞錦賽奪3銀6銅佳績

太極拳世錦賽 澳獲1金1銀佳績

第四屆世界太極拳錦標賽於8月24日至27日在新加坡舉行，澳門武術代表隊派出3男2女運動員出戰，已連續第三屆參賽的黃膺先在吳式太極拳項目勇奪金牌，首次踏上世錦賽舞台的張博睿則收穫一枚銀牌。

世界太極拳錦標賽是國際武術聯合會主辦的六大官方賽事之一，今屆共有32個國家及地區、超過300名運動員參賽。澳門武術總會派出黃膺先、韓瑞華、張博睿、洪司帆及郭慧銘參賽，經過連日比拚，黃膺先在男子吳式太極拳獲得9.17分奪得冠軍。上屆屈居亞軍的黃膺先終圓金牌夢，他坦言表現和心態都有進步：“我很滿意自己今屆比賽的發揮，甚至比平時訓練表現得更好。現今各國地區的水平已經十分接近，所以這枚金牌對我來說，質量相當高。”

年僅18歲的張博睿首次參加太極拳世錦賽，即在男子第三套國際競賽太極拳以9.116分摘得銀牌。他表示：“從技術水平上看，我覺得今次比賽都發揮出平日訓練的水準，但在難度動作方面，確實比其他對手遜色，日後必須在心理和心態上加強和改善。”

黃膺先首次贏得冠軍



張博睿一擊即中獲得銀牌

Macau sobe ao pódio com uma medalha de ouro e uma de prata no Campeonato Mundial de Taichiquan

A delegação de Wushu de Macau enviou três atletas masculinos e duas femininas para disputarem os títulos na quarta edição do Campeonato Mundial de Tai Chi Chuan, que se realizou entre os dias 24 e 27 de Agosto em Singapura. Wong Kui Sin, que participou no Campeonato pela terceira vez consecutiva, conquistou a medalha de ouro na modalidade de Taichiquan Estilo Wu, enquanto Zhang Pok Yui, que fez a sua estreia no Campeonato, conquistou uma medalha de prata.

O Campeonato Mundial de Taichiquan é um dos seis grandes eventos oficiais organizados pela Federação Internacional de Wushu. Nesta edição, participaram mais de 300 atletas provenientes de 32 países e regiões. A Associação de Artes Marciais Chinesas de Macau fez-se representar na competição por Wong Kui Sin, Han Soi Wa, Zhang Pok Yui, Hung Si Fan e Kuok Wai Meng. Após vários dias de competição, Wong Kui Sin sagrou-se campeão na modalidade de Taichiquan Estilo Wu masculino, com uma pontuação de 9,17. Wong Kui Sin, que na edição anterior ficou em segundo lugar, finalmente realizou o seu sonho de conquistar o ouro. Ele confessou que tanto o seu desempenho como a sua mentalidade melhoraram: "Estou muito satisfeito com o meu desempenho nesta competição, até mesmo melhor do que o meu desempenho habitual nos treinos. O nível dos atletas de diferentes países e regiões está muito próximo actualmente, então esta medalha de ouro tem um valor muito elevado para mim."

Zhang Pok Yui, com apenas 18 anos, participou pela primeira vez no Campeonato Mundial de Taichiquan e conquistou a medalha de prata com uma pontuação de 9,116 na modalidade da Terceira Rotina Compulsória de Taichiquan Masculino. Ele comentou: "Do ponto de vista técnico, acho que nesta competição eu alcancei o nível de treino habitual, mas em termos de dificuldade dos movimentos, realmente fiquei atrás dos outros atletas. No futuro, tenho de fortalecer e melhorar a minha preparação psicológica e mental."

Macao Shines at World Taijiquan Championships with 1 Gold and 1 Silver

The Wushu delegation of Macao sent three male and two female athletes to participate in the fourth edition of the World Taijiquan Championships, held from August 24 to 27 in Singapore. Wong Kui Sin, competing in the Championships for the third consecutive time, won the gold medal in the Wu Style Taijiquan category, while Zhang Pok Yui, making his debut in the event, claimed a silver medal.

The World Taijiquan Championships is one of the six official events organized by the International Wushu Federation. This edition saw the participation of more than 300 athletes from 32 countries and regions, including Wong Kui Sin, Han Soi Wa, Zhang Pok Yui, Hung Si Fan and Kuok Wai Meng, sent by the Wushu General Association of Macau to compete for the titles. After several days of competition, Wong Kui Sin was crowned champion in the Men's Wu Style Taijiquan with a score of 9.17. Having finished as the runner-up in the previous edition, Wong finally realized his dream of winning the gold medal. He stated that both his performance and mindset had improved: "I am very satisfied with my performance in this competition, even better than in my usual training. The level of competition among different countries and regions is now very close, so this gold medal holds great significance for me."

At only 18 years old, Zhang Pok Yui, participating in the World Taijiquan Championships for the first time, won a silver medal in the Men's 3rd Taijiquan Compulsory Routine with a score of 9.116. He said, "In terms of technical level, I think I performed at the same standard as in my usual training during this competition. However, in terms of the difficulty of the movements, I was indeed inferior to the other competitors. I will need to improve and strengthen my mental and psychological preparation in the future."



澳門武術隊在世界太極拳錦標賽收穫1金1銀

澳足緣盡2027亞洲盃

澳門足球代表隊在2027年亞洲盃外圍賽附加賽抽籤對陣汶萊，共進行兩回合賽事，先於9月6日首回合作客汶萊，後於9月10日返回澳門主場迎戰，最終澳門隊合計輸0比4，無緣再晉一級去爭奪決賽周資格。

外圍賽附加賽0：4不敵汶萊

雙方交手前，澳門隊世界排名185位，較汶萊高5名，但正式對戰並沒有佔得優勢，在首回合作客以0比3落後；次回合返回澳門運動場主場出擊，在超過1,300名球迷入場支持下，澳門隊踢出積極態度，雖然上半場早段被汶萊攻破大門，但下半場連番製造機會，惜始終未能收復失地，主場再以0比1告負，兩回合總比分0比4不敵汶萊，正式止步2027年亞洲盃征途。



球員力挽狂瀾拼到最後



前鋒何嘉誠(右)表現落力



澳門足球隊主場出擊亞洲盃外圍賽附加賽

Seleccção de futebol de Macau termina jornada rumo à Taça Asiática 2027

A selecção de futebol de Macau foi sorteada para defrontar o Brunei nos jogos complementares da fase de qualificação para a Taça Asiática 2027. A eliminatória a duas mãos, que começou com uma visita ao Brunei a 6 de Setembro, foi seguida de um jogo em casa a 10 de Setembro, tendo a selecção de Macau sofrido uma derrota por 0-4, perdendo assim a oportunidade de qualificação para a fase final da competição.

Perdeu por 0-4 frente à equipa do Brunei nos jogos complementares da fase de qualificação

Antes do confronto, a selecção de Macau estava classificada em 185.º lugar no ranking mundial, 5 lugares acima do Brunei. No entanto, não ganhou vantagem no jogo oficial e perdeu por 0-3 na primeira volta. Na segunda volta, a selecção de Macau voltou ao Estádio de Macau para acolher o jogo e, com o apoio de mais de 1.300 fãs no estádio, a selecção de Macau disputou a partida com uma atitude positiva. Embora o Brunei tenha conseguido marcar o seu golo no início da primeira parte, a selecção de Macau criou muitas oportunidades na segunda parte, mas infelizmente não conseguiu recuperar o terreno perdido. O jogo terminou com uma derrota de 0-1 em casa, acabando por perder por 0-4 na pontuação global, nos dois jogos, frente à equipa do Brunei, resultando oficialmente na eliminação da selecção na sua jornada de qualificação rumo à Taça Asiática 2027.

Macao Football Team's 2027 Asian Cup Journey Ends

The Macao football representative team was drawn to face Brunei in the qualifiers playoff for the 2027 AFC Asian Cup. The two-legged matches were played first on 6 September, with Macao playing away in Brunei, and then on 10 September, with the return leg held in Macao. In the end, Macao lost 0-4 on aggregate and did not advance to the next stage to compete for a spot in the final tournament.

Lost 0-4 to Brunei in Qualifiers Playoff

Before the matches, the Macao team was ranked 185th in the world, five places higher than Brunei. However, the team did not gain an advantage in the official encounters. In the first leg away match, Macao fell behind 0-3. In the return leg at the Macao Olympic Sports Centre Stadium, supported by over 1,300 fans, the Macao team showed a positive attitude. Although Brunei scored early in the first half, Macao created several chances in the second half but was ultimately unable to recover the deficit. The team lost 0-1 again at home, resulting in an aggregate score of 0-4 against Brunei, which officially ended their journey to the 2027 AFC Asian Cup.



澳門隊帶著首回合落後三球的壓力頑抗

澳羽公開賽 伍家朗高昉潔奪冠

由金沙中國有限公司及澳門羽毛球總會合辦的「2024金沙中國澳門羽毛球公開賽」於9月24至29日假澳門東亞運動會體育館舉行，男單決賽最終由中國香港球手伍家朗直落兩局擊敗新加坡「黑馬」鄭加恒奪冠，女單則由中國隊球手高昉潔激戰三局下戰勝首闖超級300決賽的中華台北球手林湘緹封后。

賽事屬世界羽聯世界巡迴賽超級300級別賽事，吸引到來自30個國家及地區近400名運動員報名參賽，澳門隊亦派出5位球手挑戰各地好手。經歷一連6天激戰，男單決賽由伍家朗與鄭加恒展開爭奪，伍家朗在今戰充分發揮出網前球的牽制力，先勝一局21比19，第二局早段雖一度被對手領先，但伍家朗冷靜應對，終成功反超以21比17獲勝，直落兩局贏得男單冠軍，也是他相隔一年半後再次在世巡賽奪標。

女單高昉潔與林湘緹鬥得激烈，首度躋身超級300決賽的林湘緹首局發起強攻領先，雖尾段被高昉潔追上，但仍在「刁時」勝23比21，第二局，高昉潔把握對手體力下滑，順利搶佔賽事主導權，以21比9扳回一城，進入決勝局，雙方早段拉鋸，高昉潔尾段越戰越勇，終以21比11獲勝，以局數2比1贏下女單王座。

雙打項目悉數由中國組合包辦，女雙李汶妹／張殊賢激戰三局下，在決勝局「刁時」擊敗中華台北謝沛珊／洪恩慈奪冠；中國男雙隊陳旭君／劉毅及混雙隊郭新娃／陳芳卉則雙雙以局數2比0擊敗印尼組合奪標。



伍家朗在決賽表現冷靜



林湘緹首躋超級300決賽



郭新娃（右）及陳芳卉勇奪混雙冠軍



高昉潔賽後與球迷合影

高昉潔激戰三局封后

Atletas Ng Ka Long, Angus e Gao Fangjie conquistam títulos no Torneio Aberto de Badminton de Macau

Organizado pela Sands China Ltd. e pela Federação de Badminton de Macau, o “Torneio Aberto de Badminton de Sands China Ltd. Macau 2024”, decorreu entre os dias 24 e 29 de Setembro na Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau. Na final de singulares masculinos, o atleta de Hong Kong, China, Ng Ka Long, Angus, venceu o “cavalo negro” de Singapura, Teh Jia Heng Jason, em dois sets consecutivos, sagrando-se campeão. Nas provas de singulares femininos, a atleta da China, Gao Fangjie, venceu a atleta de Taipé Chinês, Lin Hsiang Ti, que disputava, pela primeira vez, a final da prova do nível Super 300, numa intensa partida de três sets, conquistando o título.

O torneio faz parte do torneio de circuito mundial de badminton do nível Super 300 da BWF e atraiu quase 400 atletas de 30 países e regiões. A equipa de Macau também participou com cinco atletas que competiram com os melhores do mundo. Após seis dias de intensa competição, a final de singulares masculinos foi disputada entre Ng Ka Long e Teh Jia Heng Jason. O atleta Ng Ka Long demonstrou um excelente controlo na rede, vencendo o primeiro set por 21-19. No início do segundo set, embora tenha sido momentaneamente ultrapassado pelo adversário, Ng Ka Long manteve-se calmo e conseguiu virar o jogo, vencendo por 21-17. Com esta vitória em dois sets consecutivos, conquistou o título de singulares masculinos, sendo esta a sua primeira vitória no BWF Torneio de Circuito Mundial, após um ano e meio.

A final de singulares femininos foi marcada por uma intensa disputa entre as atletas Gao Fangjie e Lin Hsiang Ti. A atleta Lin Hsiang Ti, que disputava pela primeira vez uma final do nível Super 300, começou o primeiro set com um ataque forte, mantendo a liderança. Embora a atleta Gao Fangjie tenha conseguido igualar a pontuação nos momentos finais (deuce), a Lin Hsiang Ti acabou por vencer por 23-21. No segundo set, Gao Fangjie aproveitou a queda de performance da adversária e assumiu o controlo do jogo, vencendo por 21-9. No set decisivo, as atletas mantiveram um jogo equilibrado no início, mas Gao Fangjie foi crescendo ao longo do set e venceu por 21-11, conquistando assim o título de singulares femininos com uma vitória por 2-1 em sets.

As competições de duplas foram todas dominadas pelas duplas da China. Nas duplas femininas, Li Wenmei e Zhang Shuxian venceram a final após três sets intensos, derrotando a dupla de Taipé Chinês, Hsieh Pei Shan e Hung En-Tzu no set decisivo (deuce). As duplas masculinas, Chen Xujun e Liu Yi, e as duplas mistas, Guo Xinwa e Chen Fanghui, ambas da equipa da China, derrotaram a equipa da Indonésia por 2-0 em sets, conquistando os seus títulos.

Ng Ka Long, Angus and Gao Fangjie Claim Championships at Macau Open Badminton

The “Sands China Ltd. Macau Open Badminton 2024”, co-organised by Sands China Ltd. and the Badminton Federation of Macau, took place at the Macao East Asian Games Dome from 24 to 29 September. In the men’s singles final, Hong Kong, China player Ng Ka Long, Angus defeated Singapore’s “dark horse” Teh Jia Heng Jason in two straight sets to win the championship. In the women’s singles, Chinese player Gao Fangjie fought through three tough games to defeat Chinese Taipei player Lin Hsiang Ti, who was making her debut in a Super 300 final, and claimed the championship.

The event is part of the Badminton World Federation World Tour Super 300, attracting nearly 400 athletes from 30 countries and regions to compete. The Macao team also sent 5 players to challenge competitors from various locations. After 6 consecutive days of intense competition, the men’s singles final featured a contest between Ng Ka Long, Angus and Teh Jia Heng Jason. Ng effectively showcased his ability to control the net, winning the first set 21-19. Although he fell behind early in the second set, Ng remained calm and ultimately managed to come back to win 21-17, claiming the men’s singles championship in two straight sets. This victory marks his return to the podium on the World Tour after a year and a half.

In the women’s singles, Gao Fangjie and Lin Hsiang Ti together delivered an intense match. Lin, making her debut in the Super 300 final, launched a strong attack in the first set and took the lead. Although she was caught up by Gao in the final moments, Lin still managed to win at deuce, 23-21. In the second set, Gao capitalised on her opponent’s declining stamina, successfully taking control of the match and winning 21-9 to level the score. In the decisive third set, both players were locked in a tug-of-war early on, but Gao gained momentum as the match progressed and ultimately won 21-11, claiming the women’s singles title with a match score of 2-1.

All doubles events were dominated by Chinese pairs. In women’s doubles, Li Wenmei and Zhang Shuxian fought through three games and triumphed over Chinese Taipei’s Hsieh Pei Shan and Hung En-Tzu in the decisive set at deuce to claim the championship. In men’s doubles, Chen Xujun and Liu Yi, along with mixed doubles pair Guo Xinwa and Chen Fanghui, both won their titles by defeating their Indonesian opponents with a score of 2-0.



高昉潔與林湘緹在頒獎台合影。



伍家朗及鄭加恒奪得男單冠、亞軍



趙卓言十分熱愛保齡球



和隊友一起訓練、對戰，是趙卓言熱愛保齡球的原因之一

趙卓言（左一）在第47屆香港國際保齡球公開賽取得不俗成績

趙卓言——穩步提升

今年14歲的趙卓言，在保齡球領域嶄露頭角，近兩年多次代表澳門參加多項賽事，今年7月在香港保齡球公開賽取得15歲以下組別冠軍、18歲以下組別季軍，成績穩步提升。

小時候的趙卓言經常隨保齡球集訓隊成員的爸爸去球場，2021年5月，因看到學校同學打保齡球，回憶起兒時經歷，就讓爸爸再次帶自己去球場學打保齡球，更被球擊倒瓶的聲音吸引，加之旁人稱讚有天份，於是趙卓言正式開始學習保齡球，並被姚文友教練看中加入集訓隊。和志同道合的隊友一起訓練、對戰，是趙卓言熱愛保齡球的原因之一。比賽獲勝、突破瓶頸期所帶來的喜悅感，也讓他充滿動力。

近兩年，趙卓言多次隨代表隊出戰各項賽事，第23屆亞洲青少年保齡球錦標賽、第47屆香港國際保齡球公開賽以及2024IBF世界青年錦標賽等，其中在第47屆香港國際保齡球公開賽上，趙卓言奪得15歲以下組別冠軍以及18歲以下組別季軍，其中一局更打出滿分300分，這也是趙卓言首次在比賽中打出滿分。

Chiu Lucio Marcelino – Crescimento estável

Chiu Lucio Marcelino, de 14 anos de idade, emergente na área do bowling, tem representado Macau em vários torneios nos últimos dois anos. Em Julho do corrente ano, sagrou-se campeão na categoria de Sub-15 e conquistou o terceiro lugar na categoria de Sub-18 no Torneio Aberto Internacional de Bowling de Hong Kong, e os seus resultados têm vindo a melhorar constantemente.

Quando era criança, Chiu Lucio Marcelino ia frequentemente ao centro de bowling com o pai, que era membro da equipa em estágio de bowling. Em Maio de 2021, depois de ter presenciado os colegas da escola a jogar bowling, recordou-se da sua experiência de infância e pediu ao pai para o levar ao centro de bowling novamente para aprender a jogar. No centro de bowling, atraído pelo som da bola a bater nos pinos, bem como por ser elogiado pelos outros pelo seu talento, Chiu Lucio Marcelino começou oficialmente a aprender a jogar bowling, tendo sido descoberto pelo treinador Yiu Man Yau e integrado na equipa em estágio. Treinar e competir com colegas de equipa que partilham a mesma aspiração é uma das razões pelas quais Chiu Lucio Marcelino adora jogar bowling. A alegria de vencer competições e de ultrapassar obstáculos também o enche de motivação.

Nos últimos dois anos, Chiu Lucio Marcelino participou em muitos torneios com a selecção, incluindo o 23.º Campeonato Asiático Juvenil de Bowling, o 47.º Torneio Aberto Internacional de Bowling de Hong Kong e o IBF Campeonato Mundial Júnior de Bowling 2024, entre outros. No 47.º Torneio Aberto Internacional de Bowling de Hong Kong, Chiu Lucio Marcelino conquistou o título de campeão na categoria de sub-15 e o terceiro lugar na categoria de sub-18, tendo obtido uma pontuação total de 300 num dos jogos, o que também foi a primeira vez que Chiu Lucio Marcelino obtém uma pontuação total num torneio.

Chiu Lucio Marcelino Shows Steady Improvements

Chiu Lucio Marcelino, aged 14, a rising star in the field of bowling, has represented Macao in multiple championships over the past two years. In this July, he clinched the Youth U15 title and the U18 second runner-up in the Hong Kong International Open Tenpin Bowling Championships, showing a steady improvement in his performance.

As a child, Chiu Lucio Marcelino often went to the bowling centre with his father, who was a member of the bowling training team. However, it was not until May 2021 that Chiu decided to ask his father to bring him to the bowling centre again to learn bowling, as he had seen his schoolmates bowling and it brought back memories of his childhood. The appealing sound of the ball striking the pins, along with others' compliments on his talents, encouraged him to begin his bowling training formally, who was later selected by Coach Yiu Man Yau to join the training team. Training and competing with like-minded teammates are some of the reasons why Chiu loves bowling, and the joy of winning competitions and overcoming bottlenecks also help him stay motivated.

In the past two years, Chiu Lucio Marcelino has participated in various matches with the team, including the 23rd Asian Junior Tenpin Bowling Championships, the 47th Hong Kong International Open Tenpin Bowling Championships, the 2024 IBF World Youth Championships and more. In the 47th Hong Kong International Open Tenpin Bowling Championships, Chiu claimed the champion of the U15 category and the 3rd place of the U18 category, and even bowled a perfect 300 in one of the games, which was also the first ever perfect game he achieved in a match.

盧穎富——越跑越快

今年19歲的澳門田徑運動員盧穎富在7月6日香港舉行的“香港城市田徑錦標賽”上，於U20男子100米初賽跑出10秒74，以0.01秒之差打破陳建華保持的澳門青年紀錄。

曾代表澳門出戰杭州亞運會的盧穎富14歲接觸田徑，轉入雷鳴道後遇到啟蒙導師陳英偉教練，正式開啟田徑之路並專注於100米賽事，這樣選擇是因為盧穎富覺得100米十分刺激，享受跑道上超越的感覺。

盧穎富清晰記得第一次比賽是冬季田徑公開賽，當時僅跑出11秒9，決賽獲得第八名，失敗的滋味讓他決心奮進。數月後的學界田徑賽，他以11秒5的成績在B組獲得第二名，還遇到了一個勁敵，兩年內一直未能戰勝對方。但盧穎富並未氣餒，放下其他愛好，專心於100米訓練，終於在第二年的A組比賽中擊敗對方，榮獲學界冠軍。

其後，盧穎富入選杭州亞運會代表團，卻不斷遭受傷病困擾。在這段艱難時光里，身邊朋友、老師、教練和家人的支持讓他堅持下來，尤其是教練為他想辦法、聯繫醫生、學習運動傷害知識等，幫助盧穎富度過這段傷病時期。盧穎富最難忘的2021年的春季田徑公開賽，他在少年組跑出11秒1，較公開組冠軍還快0.01秒，讓他興奮不已，並在今年七月的香港城市田徑錦標賽上，再度作出突破。

Lou Weng Fu - Corre cada vez mais rápido

Lou Weng Fu, atleta de atletismo de Macau, de 19 anos, correu 10,74 segundos na prova preliminar dos 100 metros masculinos Sub20, do Campeonato de Atletismo da Cidade de Hong Kong, realizado em Hong Kong a 6 de Julho, quebrando por 0,01 segundo o recorde dos jovens de Macau, detido por Chan Kin Wa.

Lou Weng Fu, que representou Macau nos Jogos Asiáticos de Hangzhou, começou a praticar atletismo aos 14 anos. Depois de transferir para a Escola Dom Luís Versíglia, conheceu o seu mentor, o treinador Chan Ieng Wai, e iniciou oficialmente a sua carreira no atletismo, concentrando-se nos 100 metros. Esta opção foi por considerar os 100 metros emocionantes e desfrutar da sensação de superação na pista.

Lou Weng Fu recorda vivamente a sua primeira corrida, no Torneio Aberto de Inverno de Atletismo, em que correu apenas 11,9 segundos e terminou em oitavo lugar na final, uma derrota que o deixou determinado a esforçar-se por melhorar. Poucos meses depois, no Campeonato Escolar de Atletismo, ficou em segundo lugar no Grupo B com um tempo de 11,5 segundos e encontrou um adversário forte que não conseguia derrotar há dois anos. No entanto, Lou Weng Fu não se desistiu e deixou de lado os seus outros gostos para se concentrar nos treinos dos 100 metros. No ano seguinte, derrotou finalmente o seu adversário na corrida do Grupo A e sagrou-se campeão do Campeonato Escolar.

Posteriormente, Lou Weng Fu foi seleccionado para fazer parte da delegação dos Jogos Asiáticos de Hangzhou, mas sofria de constantes lesões e doenças. Durante este período difícil, o apoio dos amigos, dos professores, dos treinadores e da família ajudou-o a persistir, especialmente os seus treinadores, que procuraram soluções como contactar com médicos e aprender sobre lesões desportivas, ajudando-o a ultrapassar esta fase de lesões. O evento mais memorável de Lou Weng Fu foi o Torneio Aberto da Primavera de Atletismo de 2021, onde correu 11,1 segundos na categoria de juvenis, 0,01 segundos mais rápido do que o campeão da categoria aberta. Ficou entusiasmado com o seu tempo e alcançou outra conquista no Campeonato de Atletismo da Cidade de Hong Kong, em Julho do corrente ano.



盧穎富享受跑道上超越的感覺



盧穎富（右）與啟蒙導師陳英偉教練



盧穎富希望越跑越快

Lou Weng Fu Getting Faster at Running

At the Hong Kong Inter-City Athletics Championships held in Hong Kong on 6 July, 19-year-old Macao athlete Lou Weng Fu ran 10.74 seconds in the Men's U20 100m Heat, breaking the Macao youth record held by Chan Kin Wa by 0.01 seconds.

Lou Weng Fu, who represented Macao at the Hangzhou Asian Games, took up athletics at the age of 14. He met his mentor, Coach Chan Ieng Wai, after starting at Escola Dom Luís Versíglia, where he formally began his athletics journey with a focus on the 100-metre. The reason for choosing this was because Lou found the 100-metre exciting and enjoyed the feeling of surpassing others on the track.

Lou has a vivid memory of his first race, the Winter Athletics Open Championships, where he ran a mere 11.9 seconds and finished eighth in the final, a defeat that made him determined to strive for improvement. A few months later, at the School Athletics Championships, Lou finished second in Group B with a time of 11.5 seconds, where he met a formidable opponent whom he had not been able to defeat in two years. However, he was not discouraged and put aside other activities to concentrate on training for the 100-metre. Eventually, he beat his rival in Group A the following year and clinched the school championship title.

Later, Lou was selected to be part of the Hangzhou Asian Games delegation, yet he continued to suffer from injuries and illnesses. During this difficult time, the support of his friends, teachers, coach and family kept him going, especially his coach who helped him through this period of injury and illness by figuring out solutions for him, connecting him with doctors, and learning about sports injuries. Lou has the most memorable race at the Spring Athletics Open Championships in 2021, where he was thrilled to run 11.1 seconds in the Junior category, even 0.01 seconds faster than the Open champion, followed by another breakthrough at the Hong Kong City Athletics Championships in July this year.

夏日競技嘉年華 氣氛熱烈

體育局於7月14日在奧林匹克體育中心曲棍球場舉行“2024夏日競技嘉年華”，共吸引超過400名本地及大灣區城市的人士參與，氣氛熱烈。活動最終因雷暴關係提早結束，並以複賽的成績決出優勝隊伍。

活動以男女混合隊際競技比賽的形式進行，設有多個具挑戰性及趣味性的遊戲關卡，各隊派出5名隊員進行競速。

比賽結果如下：冠軍：澳娛綜合金禧、亞軍：街健好強、季軍：比力比力、殿軍：青聖五仙過海。優異獎：歡樂巴打聯、三鋒風雷聯、澳娛綜合盛世、宇宙超級無敵小霸王躺贏隊、賽龍夸難、賣牛角梳。



大灣區隊伍投入活動



參與者揮灑汗水



獲獎隊伍合影

Festival Competitivo de Verão com uma excelente atmosfera festiva

O Instituto do Desporto organizou em 14 de Julho, no Campo de Hóquei do Centro Desportivo Olímpico, o “Festival Competitivo de Verão 2024”, atraindo mais de 400 participantes locais e das cidades da Grande Baía, criando uma excelente atmosfera festiva. O evento terminou mais cedo devido à trovoadas, e foram determinadas as equipas vencedoras com base nos resultados da semi-final.

O evento foi realizado sob a forma de jogos desportivos de equipas mistas de masculinos e femininos, com múltiplos níveis de jogo desafiantes e interessantes, cada equipa era constituída por 5 elementos que competiam em provas de velocidade.

Equipas classificadas foram:

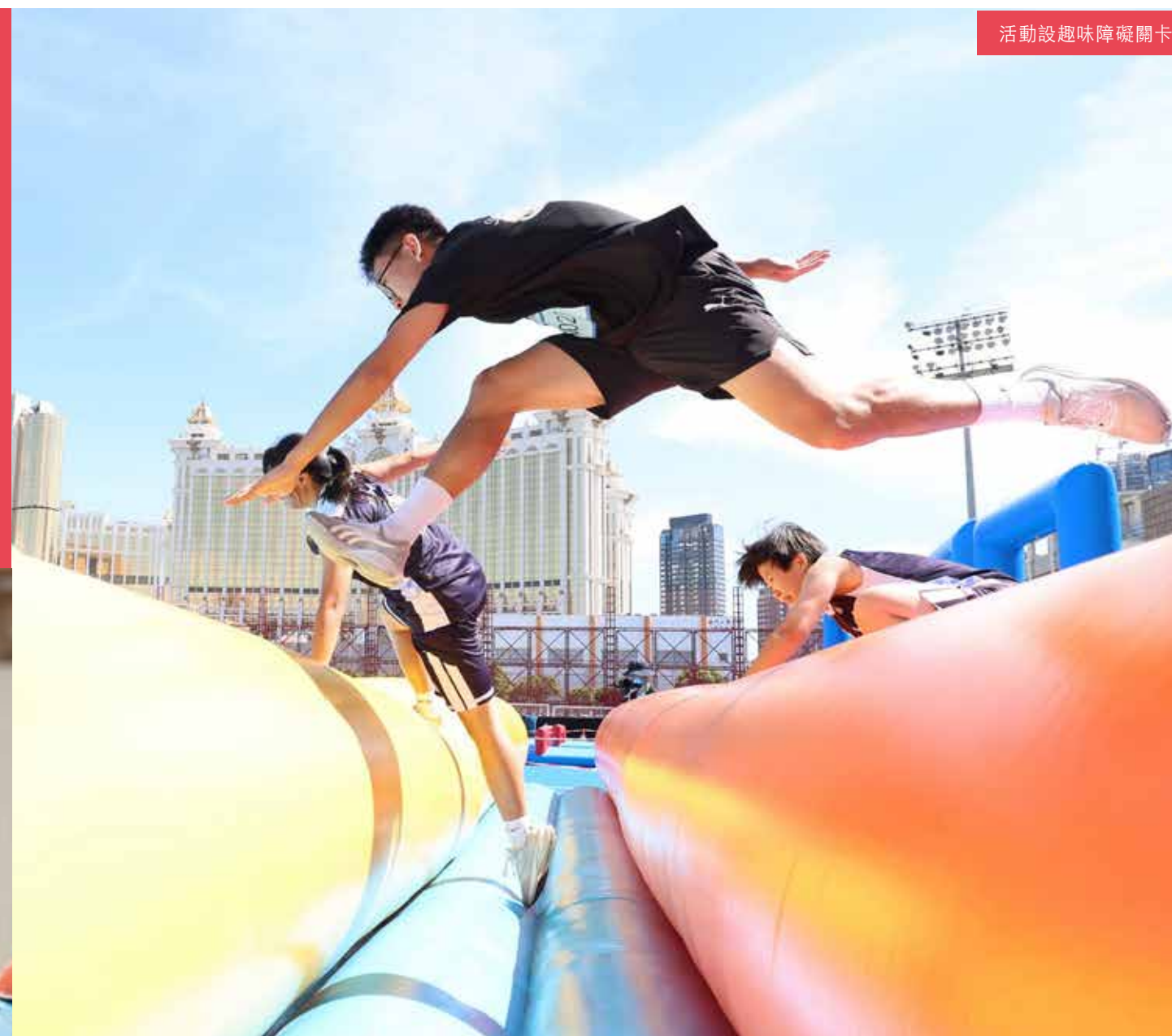
Provas locais: 1º lugar: SJM Golden Jubilee, 2º lugar: MSWA, 3º lugar: Iced Watermelon, 4º lugar: IVCDSJ5.

Prémio de distinção: BADAS, San Fong Fong Loi, SJM Prosperous, Galaxy Super No Bad Guy Little King Sleep Win Team, CNTF, Chim Ka Lai.



活動內容豐富

活動設趣味障礙關卡



Summer Sports Festival in lively atmosphere

The “Summer Sports Festival 2024”, organised by the Sports Bureau, took place on 14 July at the Hockey Field of the Olympic Sports Centre. The event attracted more than 400 participants from the local community and the Greater Bay Area, creating a lively and vibrant atmosphere. The event ended early due to thunderstorms, and thus the winning team was determined by the semifinal results.

The event was held in the form of team-based competition between mixed groups, with different challenging and interesting games. Each team sent 5 members to compete in the race with their shortest time possible.

The best-placed teams were SJM Golden Jubilee (1st place), MSWA (2nd place), Iced Watermelon (3rd place) and IVCDSJ5 (4th place). The following won prizes of distinction: BADAS, San Fong Fong Loi, SJM Prosperous, Galaxy Super No Bad Guy Little King Sleep Win Team, CNTF and Chim Ka Lai.



參與者在活動佈景板前“打卡”



全程投入玩遊戲



接觸運動新體驗

運動日豐富長者生活

體育局和澳門長者體育總會合辦，澳門街坊會聯合總會、澳門工會聯合總會、澳門婦女聯合總會和澳門理工大學長者書院協辦的“2024全澳長者運動日”，於8月18日在塔石體育館舉行，活動吸引大批長者參與，氣氛熱鬧。

現場設置多個康體項目及體質測試攤位，讓一眾長者踴躍體驗運動帶來的樂趣，主辦單位希望透過運動日，讓長者參與不同類型的康體運動，鼓勵長者將體育鍛鍊融入日常生活當中，持續運動擁有強健體魄，享受更活力、更豐富的生活。

參與者獲贈紀念品，收穫滿滿



Dia dos Jogos Desportivos enriquece a vida dos idosos

Os “Jogos Desportivos para Idosos de Macau 2024”, co-organizados pelo Instituto do Desporto e pela União Geral das Associações Desportivas dos Idosos de Macau, com a colaboração da União Geral das Associações dos Moradores de Macau, da Federação das Associações dos Operários de Macau, da Associação Geral das Mulheres de Macau e da Academia do Cidadão Sénior da Universidade Politécnica de Macau, tiveram lugar no dia 18 de Agosto no Pavilhão Polidesportivo Tap Seac. O evento contou com a participação de um grande grupo de idosos, e teve uma atmosfera animada.

No local do evento estiveram disponíveis várias actividades recreativas e desportivas, bem como tendas para avaliação da condição física, permitindo aos idosos experimentarem proactivamente a prática desportiva e despertando neles o gosto pela prática desportiva. A organização pretende, através deste evento, proporcionar aos idosos oportunidades para participarem em diferentes tipos de actividades recreativas e desportivas, encorajando-os a integrar o desporto na sua vida quotidiana e a continuar a praticar exercício físico para ter boa condição física, de modo a poderem desfrutar de uma vida mais energética e enriquecida.

Sports Day Enriches Elderly's Life

The 2024 Macao Elderly Sports Day, jointly organised by the Sports Bureau and the Macao Elderly Sports General Association, and undertaken by the General Union of Neighbourhood Associations of Macao, the Macao Federation of Trade Unions, the Women's General Association of Macao and the Seniors Academy of the Macao Polytechnic University, took place at the Tap Seac Multisport Pavilion on 18 August, which attracted a multitude of seniors to take part in the event with a bustling atmosphere.

Various recreational and sports activities and fitness test booths were set up at the venue, allowing the elderly to experience the fun brought by sports. The organisers hoped that through the Sports Day, the elderly could participate in different types of recreational and sports activities, encouraging them to integrate sports into their daily lives, and to keep on exercising to develop a strong body, so that they can enjoy a more energetic and enriched life.



攤位遊戲趣味十足

善用餘暇 強健身心

暑期活動圓滿結束

每年暑假，體育局與教育及青年發展局致力為本澳兒童及青少年學生提供豐富多采的活動，今年暑期活動共提供約540項、2,000多個班、逾45,600多個名額讓澳門兒童及青少年參與。體育活動由體育局統籌，共有約100項、700多個班、21,200個名額。各項暑期活動已於8月底圓滿結束。透過暑期活動不同的選擇，讓兒童及青少年學生在暑期活動中均能參與到心儀的體育及文娛活動，善用餘暇。



空手道班練習基本動作

籃球班鞏固基礎



Programa das Actividades de Férias “Ocupação de Jovens em Férias” para fortalecer a saúde física e mental terminou com sucesso

Todos os anos, durante as férias do Verão, o Instituto do Desporto (ID) e a Direcção dos Serviços de Educação e de Desenvolvimento da Juventude (DSEDJ) empenham-se em proporcionar às crianças e aos estudantes jovens de Macau uma variedade de actividades enriquecedoras. Este ano, foram oferecidas cerca de 540 actividades, com mais de 2.000 turmas e mais de 45.600 vagas disponíveis. As actividades desportivas, coordenadas pelo ID, incluíram aproximadamente 100 actividades, mais de 700 turmas e 21.200 vagas. Todas as actividades de férias terminaram com sucesso no final de Agosto. Através da diversidade de opções oferecidas, as crianças e jovens puderam participar em actividades desportivas e culturais e recreativas do seu interesse, aproveitando assim o seu tempo livre.

Summer Activities to Structure Leisure Time for Physical and Mental Health Conclude Successfully

During every summer holidays, the Sports Bureau and the Education and Youth Development Bureau join forces to provide a wide range of activities for children and young students in Macao. This year's summer activities offered a total of about 540 activities, with over 2,000 classes and more than 45,600 quotas for local children and young people to take part in. The sports activities were coordinated by the Sports Bureau, with a total of about 100 activities, over 700 classes and 21,200 quotas. The summer activities were successfully completed at the end of August. Through the different choices of summer activities, children and young students can participate in their preferred sports and recreational activities and make the most of their leisure time.

逾兩萬人健步行賀雙慶 及澳門大橋開通

為慶祝中華人民共和國成立75周年及澳門特別行政區成立25周年，體育局於9月29日舉辦“齊賀澳門大橋開通健步行”活動，讓市民在澳門大橋通車之前親身體會另一番“過橋”感受，活動吸引超過兩萬人報名參與。

行政長官賀一誠，中央人民政府駐澳門特別行政區聯絡辦公室副主任呂玉印，中華人民共和國外交部駐澳門特別行政區特派員公署特派員劉顯法，中國人民解放軍駐澳門部隊政治委員林慶華少將，立法會主席高開賢，保安司司長黃少澤，社會文化司司長歐陽瑜，運輸工務司司長羅立文，檢察院檢察長葉迅生，審計署審計長何永安，海關關長黃文忠，社會文化司司長辦公室主任何鈺珊及體育局局長張子軒等嘉賓出席活動的起步禮。

活動由氹仔北安引橋處出發，步行至澳門A區引橋處折返，步行全程約6公里，共吸引21,000人參與。體育局希望讓市民大眾能夠參加康體活動的同時，一起分享“雙慶”的喜悅，體現本澳健康活力的一面。藉着推進大眾體育運動發展，落實特區政府建設健康城市的目標，共同營造全民健身的良好社會氛圍。



嘉賓在主禮台上向市民揮手

Mais de 20.000 pessoas participam na Marcha em Comemoração do Duplo Aniversário e da Inauguração da Ponte Macau

Em comemoração do 75.º Aniversário da Implantação da República Popular da China e do 25.º Aniversário do Estabelecimento da Região Administrativa Especial de Macau (RAEM), o Instituto do Desporto (ID) organizou, no dia 29 de Setembro, a actividade “Marcha em Comemoração da Inauguração da Ponte Macau”. Este evento proporcionou aos residentes uma oportunidade de experimentar pessoalmente uma nova sensação de “atravessar a ponte” antes da sua inauguração, atraindo mais de 20.000 participantes.

O Chefe do Executivo, Ho Iat Seng, o Subdirector do Gabinete de Ligação do Governo Popular Central na RAEM, Lu Yuyin, o Comissário do Ministério dos Negócios Estrangeiros da República Popular da China na RAEM, Liu Xianfa, o Comissário Político da Guarnição em Macau do Exército de Libertação do Povo Chinês, Major-General Lin Qinghua, o Presidente da Assembleia Legislativa, Kou Hoi In, o Secretário para a Segurança, Wong Sio Chak, a Secretária para os Assuntos Sociais e Cultura, Ao Ieong U, o Secretário para os Transportes e Obras Públicas, Raimundo Arrais do Rosário, o Procurador do Ministério Público, Ip Son Sang, o Comissário da Auditoria, Ho Veng On, o Director Geral dos Serviços de Alfândega, Vong Man Chong, a Chefe do Gabinete da Secretaria para os Assuntos Sociais e Cultura, Ho Ioc San, e o Presidente do Instituto do Desporto, Luís Gomes, estiveram entre os convidados presentes na cerimónia da partida da marcha.

A marcha partiu do viaduto de acesso da Ponte do lado de Pak On, na Taipa, e em seguida, fez-se uma caminhada até ao viaduto de acesso da Ponte Macau perto da zona A, com um percurso total de cerca de 6 km, atraindo 21.000 participantes. O ID espera que os residentes além de participarem em actividades recreativas e desportivas, possam partilhar a alegria da “dupla comemoração”, refletindo o lado saudável e energético de Macau. Através da promoção do desenvolvimento do desporto para todos, concretiza-se o objectivo do Governo da RAEM na construção de uma cidade saudável, assim como na criação de um bom ambiente social através da prática de exercício físico por todos os residentes.



舞龍醒獅為活動助興



嘉賓主持起步禮

Over 20,000 People March to Celebrate Dual Anniversary and Inauguration of Macao Bridge

To celebrate the 75th anniversary of the founding of the People's Republic of China and the 25th anniversary of the establishment of the Macao Special Administrative Region, the Sports Bureau held the “March to Celebrate the Inauguration of the Macao Bridge” on 29 September, allowing residents to personally experience a different feeling of “crossing the bridge” before the opening of the Macao Bridge. The event attracted over 20,000 participants.

Guests attending the opening ceremony included: Chief Executive Ho Iat Seng, Deputy Director of the Liaison Office of the Central People's Government in the Macao SAR, Lu Yuyin, Commissioner of the Ministry of Foreign Affairs of the People's Republic of China in the Macao SAR, Liu Xianfa, Political Commissar of the Macao Garrison of the Chinese People's Liberation Army, Major General Lin Qinghua, President of the Legislative Assembly, Kou Hoi In, Secretary for Security, Wong Sio Chak, Secretary for Social Affairs and Culture, Ao Ieong U, Secretary for Transport and Public Works, Raimundo Arrais do Rosário, Prosecutor General of the Public Prosecutions Office, Ip Son Sang, Commissioner of Audit, Ho Veng On, Director General of the Customs Service, Vong Man Chong, Chief-of-cabinet of the Office of the Secretary for Social Affairs and Culture, Ho Ioc San, and President of the Sports Bureau, Luís Gomes.

The event started at the approach viaduct to Pac On Taipa, proceeded to the approach bridge at Zone A in Macao, and then returned, covering a total distance of about 6 kilometres and attracting 21,000 participants. The Sports Bureau hopes that the public can participate in this recreational activity while sharing the joy of the “dual celebration”, reflecting the healthy and vibrant aspects of Macao. By promoting the development of sport for all, the Bureau aims to fulfil the goal of building a healthy city as set by the Macao SAR Government, jointly creating a positive social atmosphere for city-wide fitness.



賀一誠為醒獅點睛

運動期間骨折的應急處理

目睹有人在運動期間出現骨折，你若處於現場，應當如何施以援手？

首先要確保現場的安全，避免發生二次傷害，這點非常重要。由於搶救而導致施救人員出現傷亡的大量慘痛經驗，反覆提醒在施以援救之前，一定要先評估現場的安全性，條件許可下應盡快尋求專業醫療救援。

然後，要檢查傷者的狀態，不要看到骨折就忘記了其他更重要的生命體症。傷者的意識清醒度是否下降？如果有急救經驗的人可以按GCS(註：1)評分，快速評估傷者的清醒狀態。觀察呼吸和心跳情況是否順暢，是否存在骨折部位以外的地方大出血？可否現場初步止血？檢查是否存在畸形、腫脹、疼痛、活動受限等骨折表現。

如果確認有骨折的情況，要立即固定骨折部位，防止骨折移位和擴大損傷。固定骨折的用具可按現場條件選擇。由專業的防護固定工具，到繃帶、三角巾、毛巾、T恤、木板、報紙等都可以作為臨時固定使用的工具。固定時盡量保持骨折部位的生理位置，避免過度牽拉。如四肢骨折，可用硬質物品作為夾板，將骨折肢體固定在夾板上。若懷疑頭、頸、脊柱骨折，要小心地將傷者平躺在堅硬平面上，不要過度移動，以免造成二次損傷。

對於肢體骨折，在固定夾板的同時，也要對開放性骨折部位進行保護和包紮。不要過度沖洗傷口或嘗試復位骨折，以免引起感染或加重損傷。檢查是否還有其他擦傷、挫傷等，盡快給予消毒和包紮。無開放性骨折或者單純挫傷的部位，可適當予冰敷降腫止痛。

對於嚴重的傷者，還要注意保暖，避免因失血過多而導致低體溫症。在拯救過程中，時刻關注傷者的狀態，通過反覆對話確認傷者的清醒程度，給予情緒安撫和鼓勵，幫助他們緩解焦慮和恐慌。待初步急救處理完畢後，要安排將傷者儘快送往醫院進一步檢查和治療。轉運時應特別注意保護好骨折部位，避免震動和碰撞避，免造成二次損傷。

註1：格拉斯哥昏迷量表（Glasgow Coma Scale；GCS）是各醫院之醫師及醫療人員和救護車之救護技術員用來統一描述病人清醒程度的標準；是由睜眼、語言和運動三項動作評估後的總和，滿分為15分，表示警醒、機敏、意識清楚。



Tratamento de emergência a fracturas durante a prática desportiva

Se presenciar alguém a sofrer uma fractura durante a prática desportiva, o que deve fazer para prestar auxílio?

Em primeiro lugar, é importante garantir que o local é seguro para evitar que ocorra uma segunda lesão, pois, existem inúmeras experiências trágicas de lesões e mortes causadas aos socorristas durante o processo de socorro. Isto recorda-nos repetidamente que, antes de prestar qualquer assistência, devemos avaliar a segurança do local, e se possível, procurar de imediato ajuda médica profissional.

De seguida, é necessário verificar o estado da pessoa ferida, não se esqueça de outros sinais vitais mais importantes só porque está perante uma fractura. Deve verificar-se também se a pessoa ferida está a perder a consciência. Se alguém presente tiver experiência em primeiros socorros, pode avaliar rapidamente o estado de consciência da pessoa ferida de acordo com a ECG (nota 1). Observe também se a respiração e os batimentos cardíacos da pessoa ferida estão suaves, verifique se existem hemorragias intensas fora do local da fractura e se pode prestar os primeiros socorros para estancar a hemorragia, bem como se existem sinais de fractura como deformações, inchaço, dor ou limitação dos movimentos.

Se for confirmada a existência de uma fractura, deve fixar de imediato a área fracturada, para evitar o deslocamento dos fragmentos ósseos e a expansão da lesão. Os aparelhos para fixação de fracturas podem ser seleccionados consoante os recursos disponíveis no local – desde as ferramentas profissionais de fixação e de protecção até objectos improvisados como ligaduras, lenços triangulares, toalhas, camisolas, tábuas, jornais, entre outros. Ao fixar, tente manter a área fracturada na sua posição fisiológica normal e evite as tracções excessivas. Nos casos de fracturas nos membros, pode utilizar material rígido como tala para fixar o membro fracturado à tala. Se houver suspeita de fracturas na cabeça, pescoço ou coluna vertebral, o ferido deve ser cuidadosamente deitado numa superfície dura, sem movimentos excessivos, para evitar lesões secundárias.

Nos casos de fracturas dos membros, durante a fixação com a tala, deve proteger e enfaixar a área da fractura exposta. Não lave excessivamente o ferimento nem tente reduzir a fractura, para evitar infecções ou agravamento da lesão. Verifique também se existem outras lesões, como escoriações ou contusões, e proceda, o mais rapidamente possível, à desinfecção e enfaixamento. Para áreas de fracturas não expostas ou contusões simples, pode aplicar gelo para diminuir o inchaço e aliviar a dor.

Nos casos de pessoas com lesões graves, é importante manter o ferido aquecido, evitando a hipotermia causada por perda excessiva de sangue. Durante o processo de socorro, monitorize continuamente o estado da pessoa ferida, confirme o seu estado de consciência através de conversas repetidas e proporcione conforto emocional e encorajamento para o ajudar a aliviar a ansiedade e pânico. Após o tratamento inicial de primeiros socorros, providencie o transporte do ferido para o hospital, para exames e tratamentos complementares, o mais rapidamente possível. Durante o transporte, deve proteger a área da fractura, evitando choques e colisões para evitar lesões secundárias.

Nota 1: A Escala de Coma de Glasgow (ECG) é uma medida normalizada utilizada pelos médicos e pelo pessoal médico dos hospitais e pelos técnicos de ambulância para descrever o nível de consciência de um doente; resulta da soma da pontuação em três critérios: abertura ocular, resposta verbal e resposta motora, com uma pontuação total de 15, que indica o estado de alerta, vigília e consciência total.

Emergency Treatment of Bone Fractures during Exercise

If you see someone suffering from fractures while doing sports, what should you do to help?

Firstly, it is of vital importance to ensure the safety of the site in order to avoid further accidents or injuries, as there are countless tragic cases that the rescuers were injured or killed during their attempts to rescue. Therefore, it is strongly reminded that, before providing any assistance, we must always assess the safety of the site and, if possible, seek professional medical assistance as soon as possible.

Next, the casualties' conditions need to be assessed. Do not forget other more important vital signs just because you are dealing with a fracture. You should also check whether the casualty is losing consciousness. If someone present has experience in first aid, they can quickly assess the casualty's state of consciousness by the Glasgow Coma Scale (see note 1). In addition, you can check if the casualty is breathing smoothly and their heartbeat is regular, check for any major bleeding outside the fracture site and if it would be possible to temporarily stop the bleeding on site, as well as for signs of fracture such as deformities, swelling, pain or limited movement.

If a fracture is confirmed, the injured area needs to be immobilised immediately to avoid fracture displacement or enlarging the injury. Fracture fixation devices can be selected depending on the resources available on site, ranging from professional fixation and protection equipment to improvised tools such as bandages, triangular scarves, towels, t-shirts, boards, newspapers, etc. When fixing, it is advised to keep the fractured area in its normal physiological position and avoid excessive traction. In case of limb fractures, you can use rigid material as a splint to fix the fractured limb to it. If fractures to the head, neck or spine are suspected, the injured person should be carefully laid down on a hard surface, without excessive movement, to avoid secondary injuries.

In the case of limb fractures, during fixation with the splint, you should protect and bandage the open fracture area. Do not wash the wound excessively or try to reduce the fracture, to avoid infection or worsening of the injury. You can also check for other injuries, such as abrasions or contusions, and disinfect and bandage them as soon as possible. For closed fractures or simple bruises, you can apply ice to reduce swelling and relieve pain.

For casualties with serious injuries, it is important to keep them warm, avoiding hypothermia caused by excessive blood loss. During the rescue process, you may monitor the injured person's condition closely, confirm their state of consciousness through repeated conversations and provide emotional comfort and encouragement to help relieve anxiety and panic. After the preliminary first aid treatment, it is important to arrange for the injured person to be transported to hospital for further examination and treatment as soon as possible. During transport, you should protect the area of the fracture, avoiding bumps and collisions to prevent secondary injuries.

Note 1: The Glasgow Coma Scale (GCS) is a standardised measure adopted by doctors and medical professionals in hospitals and by ambulance technicians to describe a patient's level of consciousness; it results from the sum of the scores on three criteria: ocular response, verbal response and motoric response, with a total score of 15, which indicates alertness, vigilance and total consciousness.

澳門 體育盛事 Macao Major Sporting Events



歡迎關注了解最新活動資訊：
Please visit or follow for the latest information:



澳門體育
微信公眾號



澳門特區體育局
微信訂閱號



澳門體育盛事
抖音帳號

www.sport.gov.mo