

名稱：香港羽毛球總會

日期：2023年3月15日(星期三)

## 走出室內打破場地限制 戶外羽毛球讓更多學生參與運動

2023-03-15



除了在學校操場外，還有哪些地方可以進行戶外羽毛球運動？由世界羽聯研發的戶外羽毛球不僅限於硬地和沙地，還適用於草地上進行。

上星期（3月9日），香港羽毛球隊代表張雁宜與隊友洪魁駿、李權翰、梁珈穎、李凱琳、陳穎琳前往設有人造草場的將軍澳順德聯誼總會梁潔華小學，參與「學校體育推廣計劃-戶外羽毛球：學校巡迴示範」活動，向數十名小學生介紹戶外羽毛球的獨特魅力，並一同體驗在人造草場打戶外羽毛球的樂趣。



香港羽毛球總會向參與學校贈送戶外羽毛球基本裝備



### 張雁宜與隊友教導學生們正確的握拍方法

戶外羽毛球可以突破場地和環境因素的限制，走到室外空曠的地方「隨時」、「隨地」打羽毛球，增加運動趣味。張雁宜認為：「室外可以讓小朋友接觸陽光，接近自然，又可以有更多場地讓他們多做運動，對身心有益，絕對是一件好事。」順德聯誼總會梁潔華小學李文軒老師也認為，戶外羽毛球有助更多學生參與運動，「傳統羽毛球很多時會受到風向的影響，在室外難以進行。戶外羽毛球可以讓學生在上體育課的時候走到室外進行，讓更多學生接觸羽毛球這項運動，而不僅僅是校隊的同學才能打。」



### 張雁宜親自教導小學生正確的發球動作

除了技術示範和規則解說外，港隊球員還近距離與小朋友們互動，教導他們正確的姿勢。張雁宜表示：「小朋友們都非常可愛，有時候看到他們不太會打，想教他們打得更好，希望他們有所收穫。所以非常享受今天的示範活動。」李文軒老師也提到，學生們知道港隊運動員會來學校進行示範，反應非常熱烈。「因為學生們平時覺得港隊運動員的距離很遠，沒有機會接觸到。學校希望透過這個計劃讓學生更好地認識到羽毛球運動員，對推廣運動有益處。」



張雁宜希望學生們能夠有所收穫



順德聯誼總會梁潔華小學李文軒老師

李文軒老師特別提到，范嘉茵和呂樂樂都是順德聯誼總會梁潔華小學的舊生。不過當天二人都遠征泰國出戰 2023 泰國羽毛球國際挑戰賽，未能重回母校推廣運動。范嘉茵晉級混合雙打十六強，而呂樂樂則奪得女子雙打亞軍。

(相關報導：[呂樂樂吳詠瑤泰國挑戰賽女雙摘銀](#))



呂樂樂(右)奪得 2023 泰國羽毛球國際挑戰賽女子雙打亞  
軍



## 范嘉茵躋身 2023 泰國羽毛球國際挑戰賽混合雙打十六強

(照片鳴謝：泰國羽總 Photo Credit: The Badminton

Association of Thailand)

「學校體育推廣計劃-戶外羽毛球：學校巡迴示範」由香港羽毛球總會、香港戶外羽毛球總會有限公司主辦，康樂及文化事務署資助。本會向參與學校贈送戶外羽毛球基本裝備，以鼓勵學校及學生參與戶外羽毛球運動，以作持續發展。香港羽毛球總會定期派出港隊球員到校示範，歡迎各中小學校報名參加，詳情可瀏覽：

[學校體育推廣計劃—羽毛球](#)



張雁宜(左)、陳穎琳(右)示範戶外羽毛球玩法



梁珈穎(左)、李凱琳(右)示範戶外羽毛球玩法



李權翰(左)、洪魁駿(右)示範戶外羽毛球玩法



順德聯誼總會梁潔華小學羽毛球隊成員跟香港羽毛球隊

代表合照

資料來源：<http://www.hkbadmintonassn.org.hk/zh/latest-news/783-20230309-airbadminton-ssp>