



香港康樂管理協會
Hong Kong Recreation
Management Association

網址 website:
<http://www.hkrma.com.hk>

Editorial Board 會訊編輯小組

主編: 李世琛博士 Dr Sam Li
編輯: 何詠嘉小姐 Miss Ho Wing Ka
余顯穎小姐 Miss Yue Hin Wing
王靖欣小姐 Miss Kris Wong

CONTENTS

News from the Association
最新消息 -1-

2019-20 Organisation and Office Bearers
2019-20 年度組織及職員表 -2-

當上了馬術比賽義工
-3-

VAR對足球的觀賞價值影響
-5-

淺談將科技融入運動
-7-

The Analysis of Chinese Female's Motives of
Participation in the Color Run
-9-

News from the Association 最新消息

New Member List 新會員名單

Full (Life) Member 基本會員:

Ms. Ho Chin Lam Winnie
Mr. Pang Jacob

何芊霖
彭明允



本會會訊已由2015年5月起全面轉為電子會訊，並將以電郵形式傳送予所有會員，如各會員想更新你的電郵地址以接收本會會訊，請將閣下的最新電郵、會員姓名或編號電郵至 admin@hkrma.com.hk 確認更新。各會員現在亦可透過本會網頁: <http://www.hkrma.com.hk> 瀏覽本會過往及最新的會訊。

本會訊投稿內容純屬投稿者個人意見，並不代表本會立場。

香港康樂管理協會新郵箱地址: 香港郵政總局郵政信箱9044號
PO Box 9044, General Post Office, Hong Kong



香港康樂管理協會 (Hong Kong Recreation Management Association) 的 facebook 經已成立，請各會員多多支持，日後所有本會新辦活動及課程均會在本會網頁: <http://www.hkrma.com.hk/> 及 facebook 內公佈，敬請留意。

郵箱: 香港郵政總局郵政信箱9044號
Mail Box: PO Box 9044, General Post Office,
Hong Kong
傳真: 2319-5834
Fax:
電子郵件: admin@hkrma.com.hk
E-mail:

Hong Kong Recreation Management Association 香港康樂管理協會

2019 - 20 Organisation and Office Bearers 二〇一九至二〇年度組織及職員表

Patron 贊助人
Hon. President 名譽會長
Founding President 創會會長
President 會長
Hon. Legal Adviser 名譽法律顧問

霍震霆 GBS, 太平紳士 The Honourable Timothy Fok Tsun Ting, GBS, JP
林建名博士 Dr. Lam Kin Ming
容德根博士 Dr. Dicken Yung
胡偉民先生 BBS Mr. Johnny Woo Wai Man, BBS
王寶榮大律師 Mr. Wong Po Wing, Barrister

Executive Committee 執行委員會

Chairman 主席
Vice Chairman 副主席
Secretary 秘書
Treasurer 司庫
Member 委員

黃達明先生 Mr. Richard Wong Tat Ming
劉永松教授 Prof. Patrick Lau Wing Chung
陸智剛先生 Mr. Luk Chi Kwong
黃令陶先生 Mr. Lester Huang Ling To
陳敏璇女士 Ms Joyce Chan
鄭文龍先生 Mr. Arthur Kwong Man Lung
林鈞琛博士 Dr. Michael Lam Huen Sum
梁景法先生 Mr. Kelvin Leung King Fat
李世琛博士 Dr. Sam Li Sai Sum
屈旨盈小姐 Miss Crystal Vut Tsz Ying
黃嘉儀博士 Dr. Allison Wong Ka Yee
饒奕明先生 Mr. Edmond Yiu Yik Ming

Sub-committees 小組委員會

Academic 學術小組

陳敏璇女士 Ms Joyce Chan
林鈞琛博士 Dr. Michael Lam Huen Sum
鄭浩杰先生 Mr. Calvin Cheng Ho Kit
鄭文龍先生 Mr. Arthur Kwong Man Lung
饒奕明先生 Mr. Edmond Yiu Yik Ming
鄭浩杰先生 Mr. Calvin Cheng Ho Kit
黃啟雄先生 Mr. Patrick Wong Kai Hung

Marketing 市場推廣小組

黃嘉儀博士 Dr. Allison Wong Ka Yee
陳愷晴小姐 Miss Chan Hoi Ching
屈旨盈小姐 Miss Crystal Vut Tsz Ying
游家騰先生 Mr. Yau Ka Tang

Membership 會員小組

李世琛博士 Dr. Sam Li Sai Sum
何詠嘉小姐 Miss Ho Wing Ka
余顯穎小姐 Miss Yue Hin Wing
王靖欣小姐 Miss Kris Wong

Newsletter 會訊編輯小組

梁景法先生 Mr. Kelvin Leung King Fat
屈旨盈小姐 Miss Crystal Vut Tsz Ying
黃曉盈小姐 Miss Angel Wong Hiu Ying
黃令陶先生 Mr. Lester Huang Ling To
林思源先生 Mr. Lam Sze Yuen

Social and Recreation 社交及康樂小組

Finance



**FITNESS
EQUIPMENT
SUPPLIES**

**FUNCTIONAL
FLOORING**

Member Experience

Total Solution To Enhance

**MASTER
TRAINING
PROGRAM**

**COMPREHENSIVE
MAINTENANCE SERVICES**

**ELECTRONIC
LOCKER SYSTEM**



ME Fitness Limited
2/F Olympian City One, 11 Hoi Fai Road, Kln.

T: +852 2271 4144
F: +852 3544 7892

E: info@mefitness.com.hk
W: www.mefitness.com.hk

當上了馬術比賽義工

Kris

大家對於馬術或是馬匹比賽的認識是否只局限於賽馬會中的合法賭博？而且仍然覺得馬術是高尚運動，要高階層人士才可能接觸？其實現時馬術運動於香港已經逐漸普遍，於康樂及文化事務署中的公眾騎術學校有不少騎術課程可供大眾參加，收費大約\$300-\$500。但亦考慮到有不少家庭難以負擔較昂貴金額，所以康文署每月有推出騎馬同樂日予相關人士及家庭，收費只須\$20-\$75不等。其實除了於課程中學懂馬術的知識外，做義工亦是一個很不錯的選擇，既可以吸收新知識，更可以於不同崗位中鞏固知識。



浪琴表香港馬術大師賽是香港一年一度盛事，每年都揉合了世界頂尖的騎師一同於馬術障礙賽中為市民帶來刺激眼球的人馬合一競技。而每年的馬術大師賽都需要大量義工的協助才可順利舉行，義工範圍非常廣泛，有場地保安、馬匹比賽場地協助、領隊等等。各義工職位都有不同學習之處，都可以加深大眾對馬術的認識。

以場地保安為例，他們要確保馬匹、騎師和市民的安全，需要知道原來馬匹對於聲音和視覺都非常敏感，過於嘈吵或尖叫聲都可嚴重影響馬匹表現和騎師安全。嘈音會使馬匹受驚而不受控制，從而令騎師墮馬，馬匹亦有可能危害市民安全。而因為馬匹的眼睛視覺是360度，所以容易受各方事物所影響，但一般騎師都會為愛驅帶上眼罩。所以場地保安義工必須知道馬匹特性和利用有關知識令市民一同合作保護馬匹保護自己。



協助義工亦清楚各項比賽所需的物資和排位。

最後是領隊義工，為何會有領隊義工？其實每年浪琴表香港馬術大師賽都會免費邀請一些有興趣的中小學或智障機構到場參觀比賽，令任何界別人士都有機會一同參與這個一年一度盛事，亦可將馬術運動推廣予各界，令更多人認識馬術運動。而每三個領隊義工則需負責一所學校，於各項比賽前介紹其規則及評分方法，以及解答在場人士的問題。所以領隊義工於工作前必須熟讀所有有關馬術運動的資訊。



雖然馬術運動在香港越來越普及，但可以接觸的學生或其他大眾市民相對比較少，所以如果對馬術運動有興趣可以嘗試參與馬術義工服務，從而令自己對馬術運動知識更上一層樓。

Reference:

<https://www.lcsd.gov.hk/tc/prs/charge.html>
https://www.mevents.org.hk/tc/events_horserider_bg.php
<https://www.google.com.hk/amp/s/kknews.cc/sports/qemp3bg.amp>
http://www.hkef.org/?page_id=77&lang=zh
<https://corporate.hkjc.com/corporate/chinese/jc-news-and-activities/jc-equestrian-development/longines-masters-of-hong-kong/index.aspx>
http://www.hkef.org/?page_id=74&lang=zh

VAR對足球的觀賞價值影響



Kar

科技的發展日新月異，一直是影響人類生活的重要推力，與我們生活日常息息相關。科技融入了生活，不但為我們帶來了方便，帶來了舒適，最重要是能夠讓人類以不同的角度重新審視這個世界。至於什麼科技改變了足球界別，近年興起的**VAR**「視像助理裁判」技術，絕對為國際足球賽事帶來了史無前例的影響。

VAR是「視像助理裁判」Video Assistant Referee的縮寫。視像助理裁判(VAR)提供的協助是透過使用事件的重播片段，而作出最終決定。在使用**VAR**技術協助執法的國際足球賽事中，必須有一個視像控制室給VAR團隊工作，該團隊由一位視像助理裁判員(VAR)和最少一位副視像助理裁判員(AVAR)組成。此外，**VAR**團隊必須根據國際足球協會委員會訂下的**VAR**協定來協助裁判員執法。



(圖片來源：<https://football-technology.fifa.com/en/innovations/VAR-at-the-World-Cup/>)

在2018年俄羅斯世界盃中，全部64場比賽都提供了**VAR**支援，支援團隊包括了一名**VAR**，三名AVAR，及四名影片重播專員(RO)，為視像助理裁判團隊提供協助。為了確保公平性，視像控制室內還會安排一位國際足總官員，負責監督所有影片重播及裁判之間的溝通，並將室內所有情況發放至現場的媒體及觀眾。

根據國際足聯規定，裁判員只能在4種情況出現下，**VAR**才能啟用：



入球或不入球

直接紅牌判罰 (非兩黃一紅情況)

12碼球的決定

裁判錯誤識別球員身份

VAR技術引入國際足球賽事，原意是為了進一步保證裁判執法的公平、公正，並減少爭議。雖然這項技術引入後已屢屢建功，但慢慢亦讓觀眾看到了它的「另一面」，影響了**對足球的觀賞價值**。從觀眾的角度，影響最大的一定是在球場上最重要的事情——「進球的一刻」。以前未有**VAR**技術時，只要進球絕對可以馬上歡呼慶祝，但自從有**VAR**技術後，連場上的足球員都會在不肯定的情況下，先停下動作等待判決，的確會減少了比賽的流暢度和可看性。

此外，球賽使用**VAR**技術後，也有一個很特別的情況出現，就是裁判會出現類似慢半拍的情況發生。裁判可在進球後才做出「越位」和其他情況的吹判或改判，例如改判10分鐘前的一個判決。並非裁判專業能力問題，而在於即使吹判了，**VAR**也會自動啟動，如最後證明並沒有犯規或越位的話，就能夠直接影響了進球或不進球。

VAR的頻繁介入也會讓比賽場面變得很破碎，每次使用**VAR**時，視頻助理裁判員需要通過耳機通知裁判員，並吹停比賽，等待視頻重播確認。如裁判員認為有需要，還會跑到邊線場外親自確認視頻。來來回回耽誤的不少時間，觀眾也只能焦急等待，大大影響了觀賞賽事時的激情。

足球賽事引入**VAR**技術後，的確有助於保證比賽的公平、公正，但帶來的「副作用」及爭議也有不少，裁判的專業能力也受到質疑，**VAR**甚至成為決定比賽結果的主角。如何使用**VAR**技術也能讓球員的激情、觀眾的投入程度，以及賽事的魅力、流暢度和可觀性不減，也許就是引入**VAR**技術後需要完善的地方。



(圖片來源：<https://football-technology.fifa.com/en/innovations/VAR-at-the-World-Cup/>)

Reference List:

<https://football-technology.fifa.com/en/media-tiles/video-assistant-referee-var/>
<https://football-technology.fifa.com/en/innovations/VAR-at-the-World-Cup/>
<https://kknews.cc/sports/gmv3pae.html>
<https://www.bbc.com/sport/football/48953873>
<https://www.hkfa.com/upload/referee/%E5%9C%8B%E9%9A%9B%E8%B6%B3%E5%8D%94%E7%90%83%E4%BE%8B%20-%202019-2020.pdf>

Photo Reference:

<https://football-technology.fifa.com/en/innovations/VAR-at-the-World-Cup/>

漫談將科技融入運動

Yam Chun Ming



在2019年10月12日（星期六）運動界發生了一件大事，傑祖基（Eliud Kipchoge）終於寫下人類馬拉松歷史的重要里程碑，在奧地利首都維也納 Ineos 1:59 Challenge 以1小時59分40秒完成42.195公里。這次紀錄是人類史上第一位跑手在馬拉松項目中跑入兩小時以內，不過國際田聯並未有被確認為世界紀錄，原因是這次活動並非公開賽事，而且全程有團隊由不同領跑員輪流帶領，所以未有被確認為世界紀錄。種種的可能都一一印證了科技將運動推前了一大步，在此我們探討科技融入運動的好與壞。

將科技帶入運動中無可否認是為運動帶來正面的作用。以這次15940的馬拉松項目來說明，當中涉及了很多科技的元素。包括領跑的隊型，裝備以及補給說明。在領跑的隊型，測試團隊在英國職業單車隊協助下，嘗試了過百款「領跑形狀」，最終以前方V字令空氣流開，減少中間跑手的空氣阻力，後方兩人則有助推動他向前。在運動裝備上，傑祖基的新科技跑鞋引起了不小話題。這雙出自NIKE 的跑鞋不但改善了上一化不吸水，甚至吸水，導致下雨作賽時跑鞋重量增加的問題，更在中底增多15%的「力量回饋」物料，意思即是跑手可用相當的能量達到某個速度，現在可以用少一點的能量就可以達到那個速度，變相可以繼續用力加快，直至能量的極限，從而增加跑步效率。在補給方



面，15940的馬拉松項目中，團隊有著力研究補給問題，嘗試多以運動飲料或能量啫喱補充碳水化合物，並全程有單車團隊跟隨其後，以提供足夠補給及加快補給時間，令傑祖基全程保持佳態。由此可見，種種的科技的配合，令到這位世界級跑手再一次突破極限，令馬拉松的紀錄可以跑進兩小時。



當然，將科技帶入運動中並非想中的公平。再以這次15940的馬拉松項目來說明，這次的記錄是未有被確認為世界紀錄，原因是賽事在特定賽道與隊形等因素下完成，一切原於科技將所有有利的因素的計算在內，使一切變得可能。而且，是次活動中，傑祖基所穿的跑鞋亦經過特別改良。有報告顯示，廠方把中底的前掌部分加入3塊硬碳纖維板，配合適當的跑步角度使跑動形成彈簧般的效用，推動向前，增加跑步效率。因此，將馬拉松記錄推入兩小時以內，這雙跑鞋亦是一大功臣。不過這雙跑鞋並不是所有人可以得到，沒有這雙跑鞋的跑手就不會站在對等的起跑線上比賽。在2019年10月13日的芝加哥馬拉松中，歌絲姬登亦穿著特別改良的跑鞋，將舊世績推前1分鐘至2小時14分04秒。賽後，多名長跑好手去信IAAF及田徑誠信組織（Athletics Integrity Unit）要求徹查跑鞋是否符合條例，指該些跑鞋毀掉長跑運動，又稱「不欲與不公平的選手繼續作賽」。事實上，當運動選手在沒有對等的情況下作賽，這比賽對他們來說並不是一個公平、公正的比賽。

將科技帶入運動中亦可改善人們做運動習慣。過往人們做運動時，一般都只會穿上運動服、運動鞋，便出發做運動，現在人們做運動時，手上會戴著智能手錶，記錄自己的運動狀況，運動強度等。至於長時間運動時，人們都會戴著耳機聽音樂，享受做運動



的過程。而科技亦都有監察人們做運動的健康狀況。現在一般的科技的智能手錶都具備心率監察，當運動時過於激烈，手錶便會作出提示，提示人們的身體情況，可以增加運動員的身體保障，減低危險情況的發生。科技的到來不但使沉悶的運動變得有趣，更使人們從科技中知道自己的身体表現是否適合該強度的運動。



總括而言，科技的發展一日千里，將科技融入運動，在很大程度上是推進運動的發展，使運動員成績進步。而且，科技亦會改善人們運動的習慣，使人們可以透過科技監察自己的狀況，使運動變得有趣，從而養成恆常做運動的習慣。當然，我們將科技融入運動的同時，亦需要同樣重視公平性，因為科技在運動的只是一部分，當中運動員付出的時間、汗水及努力是更為重要。

參考資料：

- 1.【馬拉松·Sub 2】傑祖基締造長跑歷史 五大因素缺一不可
<https://www.hk01.com/跑步/385370/馬拉松-sub-2-傑祖基締造長跑歷史-五大因素缺一不可>
- 2.【馬拉松·科技爭議】NEXT%跑鞋爭議解構 國際田聯受理違規投訴
<https://www.hk01.com/跑步/387693/馬拉松-科技爭議-next-跑鞋爭議解構-國際田聯受理違規投訴>
- 3.【馬拉松·Sub 2】傑祖基突破2小時大關 15940史上最快馬拉松
https://www.hk01.com/跑步/385234/馬拉松-sub-2-傑祖基突破2小時大關-15940史上最快馬拉松?utm_medium=Social&utm_source=fbpost_link&utm_campaign=sports



HKRMA Scholarship Award Article Sharing

The Analysis of Chinese Female's Motives of Participation in the Color Run

SHI JIE

Abstract

In China, the popularity of the Color Run has been increasing in recent years especially among the female participants. The purpose of this study is to identify the major motives for Chinese females' active participation in the Color Run and try to figure out the relationship between two general motives: physical competence-related motives (PCM) and social & cognitive-related motives (SCM). In addition, the influence of socio-demographic differences of respondents on the participatory motives in the Color Run had been examined. The target group of this study was Chinese female participants registered in the Color Run 2018 nationwide. During the research, a simple random sampling method was adopted by delivering online questionnaires through the registration webpage of the Color Run to get access to 50 respondents nationwide. The socio-demographic information manifested the majority of participants in the Color Run were young female (under 35 years old) with high education levels. Besides, compared with physical competence-related motives (PCM), social & cognitive-related motives (SCM) exerted stronger influences on female respondents. Meanwhile, the results suggested significant differences existed in the participatory motives between the age group of 25-34 and 18-24, indicating the previous group showed stronger PCM and SCM than that of the latter one. Furthermore, it was confirmed that the higher education level of participants could be a strong determinant to physical competence-related motives. Therefore, it is obvious that Chinese young female, especially those aged from 25-34 with high education level were the major participants in the Color Run with strong participatory motivation.

