

目錄

02 專題報道

綠色戶外
活動嘉許計劃

03 編者的話

04 總會面面觀

香港欖球總會

05 體壇點將錄

常舞坊主席
林秋霞

06 運動推介

沙灘排球

08 活力新星

射箭運動員
崔俊杰
羅官博

10 體育萬花筒

中華人民共和國
第十四屆冬季運動會

11 活動剪影

12 康體新動態

14 活力新成員

15 會員投稿

16 活動巡禮

18 互動天地

20 活力遊蹤

綠色戶外活動 嘉許計劃

運動同時實踐環保 締造綠色未來

全球發展迅速，人口膨脹加速地球資源的消耗，城市的即棄文化更對環境造成破壞。隨着通訊科技發達，人們對環保的重視不斷提高。本文會闡述如何把環保概念融入體育運動之中。



近年來，運動風氣盛行，市民越來越意識到勤做運動可保持良好體魄，但其實在運動之餘亦可實踐環保。首先，在運動服飾方面，應着重其實用性，不應只追求時尚，盡量重複使用，不隨便丟棄。如果衣服不合身，但仍然完好簇新，可捐贈予有需要人士或慈善機構。衣服穿破了可以剪成抹布，實行廢物利用。穿著過的衣服應集合到一定數量才清洗，減少洗衣機的用水和耗電量。

在飲食方面，許多場地都設有飲水機，我們應該習慣自攜水樽，避免購買樽裝水，減少廢棄膠樽。如須購買飲料，可選擇本地製造，減少因產品長途運輸所造成的交通燃料消耗。飲完的膠樽和鋁罐等須投入回收箱。

運動期間，我們可減少用紙巾抹汗，改用手帕。另外，我們可以多參與居所附近的戶外運動，以減低因使用室內場地而開啟空調及燈光的需要，以及因交通而造成的碳排放，務求珍惜資源。運動過後，我們應以花洒淋浴及縮短淋浴時間，減少用水，節省水費支出。

綠色戶外活動嘉許計劃

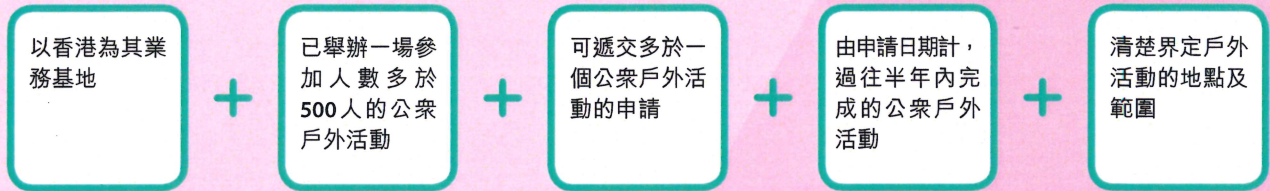
為了更大規模地推動環保運動，建設可持續發展城市，環境運動委員會與其他機構去年共同推出「綠色戶外活動嘉許計劃」，鼓勵機構在進行戶外活動時採納一系列環保措施。

參與計劃的機構會得到技術顧問的指導，由顧問統籌和協助參與計劃的機構在舉辦戶外活動時主動採取環保措施，以增加措施的成效。顧問其後會進行評審及撰寫報告，達標的活動將獲准使用「綠色戶外活動」名銜，以嘉許該機構努力落實環保措施。對機構而言，除可獲取免費專業意見，在籌辦戶外活動時更有效地使用資源外，亦能宣揚保護環境的意識，減少廢物產生，以降低處理廢物的成本。參與計劃的機構數目增加，鼓勵了其他機構在舉辦戶外活動時採取相同措施，從而提高競爭力。

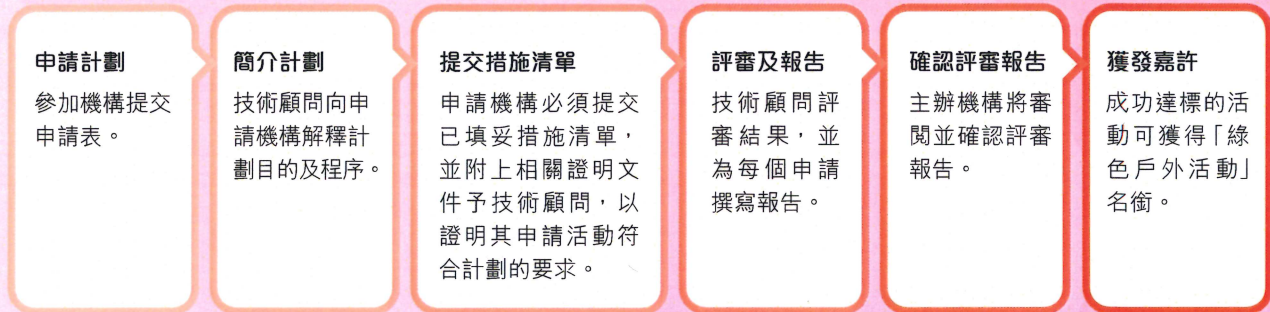




參加條件



申請及審批程序



如欲了解更多詳情，可瀏覽計劃網頁：



社區體育會 活動預告

2019/20 年度社區體育會管理進階課程結業禮暨分享會

日期：2020年3月1日(星期日)
時間：下午2至5時
地點：康樂及文化事務署總部1樓視聽室

2020/21 年度社區體育會管理課程預告

基礎管理課程	開課日期：2020年6月 報名日期：2020年4月
進階管理課程	開課日期：2020年9月 報名日期：2020年7月

有關詳情，歡迎致電2601 8904向康文署社區體育會小組查詢。

編者的話

保護環境，人人有責。個人日常做運動期間可以實踐綠色生活，機構舉辦活動時亦能推動環保。「綠色戶外活動嘉許計劃」鼓勵機構在舉辦戶外活動時採取環保措施，減少產生廢物。本期的「專題報道」為讀者簡介這項綠色計劃。

今期「總會面面觀」的主角是香港欖球總會。提起欖球，讀者可能會聯想到國際七人欖球賽，身形健碩的外國球員激烈對壘。香港欖球總會除了舉辦國際賽事，還致力推動紮根於社區的欖球運動，培育本地運動員，且聽總會對外事務總監趙國光和總經理馮啟恆細細道來。

林秋霞是一位舞蹈教練，成立「常舞坊」推廣體育舞蹈，鼓勵大家「常跳舞、常開心、常健康」。讀者可細閱「體壇點將錄」，看看她熱愛舞蹈的故事，如何將興趣轉為職志。

沙灘排球由排球運動演變而來，移師到沙灘進行，比賽雙方各由兩人組成，球員需要兼顧攻防，走動範圍大，對體

力和技術的要求更高。今期「運動推介」為大家介紹沙灘排球的源起和賽制。

「箭無虛發，百步穿楊」最適合形容青少年運動員崔俊杰和羅官博。今期「活力新星」專訪兩位射箭運動員，他們成績優異，不但代表香港出賽，更多次打破香港紀錄。

第十四屆全國冬季運動會於2月在內蒙古自治區舉行，香港特別行政區的運動員亦會參與。「體育萬花筒」介紹這項四年一度的國家體壇盛事。

「康體新動態」為讀者介紹一所新建的體育場地——屯門兆麟體育館。體育館去年落成，除了室內球場和運動攀登牆等多項體育設施外，還設有區內首個兒童遊戲室，是親子共樂的好去處。另外，每兩年一度的「工商機構運動會」快將舉行，歡迎工商或公營機構派員參加。