



中國香港體操總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

第十九屆全港學界健美體操比賽



Aerobic Gymnastics
健美體操

日期：2023 年 5 月 21 日 (星期日)

時間：上午 9 時至下午 6 時

地點：蕙荃體育館

目錄

一、	健美體操簡介	-----	P. 3
二、	賽程表	-----	P. 4
三、	場地平面圖 – 蕙荃體育館	-----	P. 5
四、	參賽運動員名單	-----	P. 6 - 16
五、	比賽籌委會成員	-----	P. 17
六、	頒獎禮程序	-----	P. 18
七、	鳴謝	-----	P. 19

一、健美體操 (Aerobic Gymnastics) 簡介

運動簡介

健美體操有別於一般常見的「健美操」，它是一種結合了有氧運動、基本步伐及體操動作的比賽項目。運動員在比賽中須配合強勁音樂及拍子，充分表現動態力量、靜態力量、柔韌性、動感及平衡力等。賽制方面，健美體操分別設有男子及女子單人賽、混合雙人、三人、五人及有氧舞蹈。

本港健美體操發展

在前香港康體發展局教練培訓部的支持下，本會在 2000 年開始推廣健美體操運動。在獲得優質教育基金撥款下，進行「健美體操獎勵計劃」，此計劃內容主要包括開辦健美體操教師班、舉辦健美體操同樂日、設計學生獎勵計劃及舉辦健美體操比賽。於 2008 年，本會更與香港教育學院合辦京港健美體操教學交流會。

而本會的健美體操技術委員會於 2001 年 7 月成立，一群熱心健美體操的義務同工開始推廣這運動的工作。自 2003 年開始舉辦第一屆學界健美體操比賽，參加人數一直有所增加，並成為本會周年體操比賽之一，而 2008 年亦首次舉行了全港 18 區健美體操分齡賽。

另外，於 2005 年中，本會亦成立健美體操精英隊，進一步培訓具潛質的運動員，並多次代表香港參加海外比賽(如：2006 年健美體操世界錦標賽〔南京〕；2006 及 2007 年全國健美體操青少年錦標賽〔深圳及佛山〕；2009 年第一屆亞洲健美體操錦標賽〔泰國〕等)。其後，本會亦於 2010 年正式成立健美體操香港代表隊。更於 2010 年在越南胡志明市舉行的第二屆健美體操亞洲錦標賽中，獲得優良的成績〔吳浩嵐：男子單人(年齡二組)第四名；陳晞婷：女子單人(年齡二組)第五名；吳浩嵐、陳晞婷、吳倩儀：三人項目(年齡二組)(第三名)。近年，香港健美體操隊在 2019 年 9 月 10 日至 15 日於上海舉辦之 2019 年全國健美操聯賽第四站取得優異成績。運動員葉慧雯、吳倩儀、吳浩嵐、胡栢賢及李泳怡於成人組精英組五人操進入決賽；葉慧雯、吳倩儀及吳浩嵐更以第七名的成績晉級決賽，成績優異。

展望未來，本會除了推出學校推廣計劃外，亦會積極在社區推動健美體操這項運動，此外，本會會透過繼續培訓健美體操精英隊隊員，參與更多國際賽事，提高本地健美體操的水平。

二、賽程表

第十九屆全港學界健美體操比賽

日期：二零二三年五月二十一日 (星期日)

時間：上午九時至下午六時

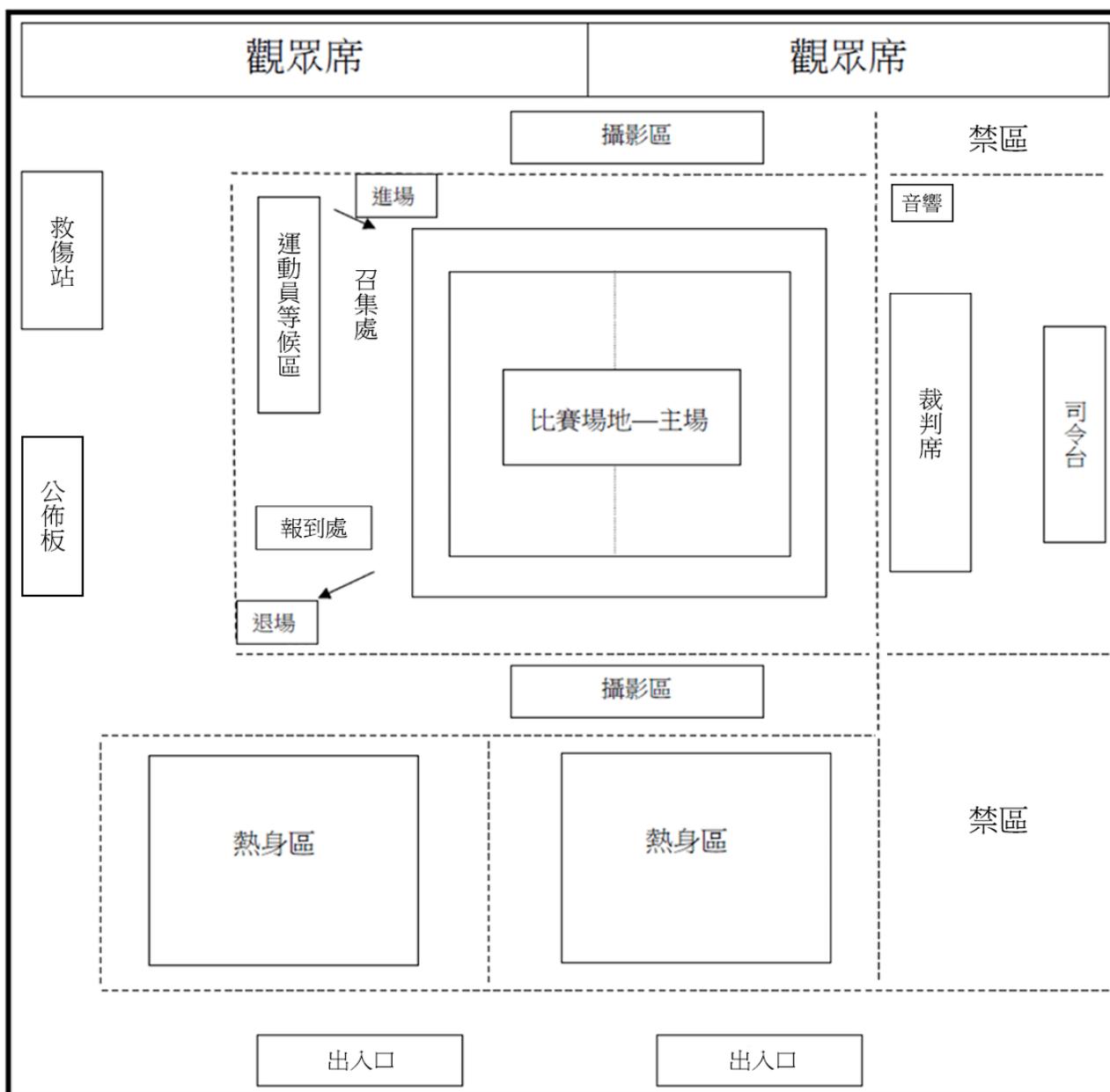
地點：蕙荃體育館

時間	項目
0900 - 1000	上午報到及熱身時間
1000 - 1315	小學(初小組) - 女子單人(新秀組)
	小學(初小組) - 男子單人(初級組)
	小學(初小組) - 女子單人(初級組)
	小學(高小組) - 男子單人(新秀組)
	小學(高小組) - 女子單人(新秀組)
	小學(高小組) - 男子單人(初級組)
	小學(高小組) - 女子單人(初級組)
1315 - 1345	午膳
1345 - 1415	下午報到及熱身時間
1415 - 1615	小學(初小組) - 混合雙人
	小學(高小組) - 混合雙人
	小學(初小組) - 三人
	小學(高小組) - 三人
	小學 - 男子三人
	小學(初小組) - 五人
	小學(高小組) - 五人
1615 - 1700	中學組 - 女子單人
	大專組 - 女子單人
1700 - 1730	幼稚園組 - 有氧舞蹈
	小學組 - 有氧舞蹈
1730 - 1800	頒獎典禮

編定之賽項時間將因應實際比賽情況而作彈性修改

請密切留意大會宣佈

三、場地平面圖 – 蕙荃體育館



四、參賽運動員名單

小學(初小組) - 女子單人(新秀組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IWN101	梅幸兒	Mui Hang Yee	保良局林文燦英文小學
IWN102	鄧善文	Tang Sin Man	保良局林文燦英文小學
IWN103	張恩悅	Cheung Yan Yuet	聖保羅男女中學附屬小學
IWN104	李玥希	Lee Yuet Hei (Hannah Lee)	Clearwater Bay School
IWN105	葉僖懿	Ip Si Yi	香港浸會大學附屬學校 王錦輝中小學
IWN106	葉凱霖	Dorricott Annabel Rose	保良局林文燦英文小學
IWN107	羅沛昕	Lo Pui Yan	馬鞍山靈糧小學
IWN108	高曉茵	Gao Hiu Yan	保良局林文燦英文小學
IWN109	何允祈	Ho Wan Kei	優才(楊殷有娣)書院
IWN110	麥以臻	Mak Yi Chun	保良局林文燦英文小學
IWN111	張心柔	Cheung Sum Yau	保良局林文燦英文小學
IWN112	顧昕喬	Koo Yilez	大埔浸信會公立學校
IWN113	袁儷僑	Yuen Lai Kiu	保良局林文燦英文小學
IWN114	唐恩	Tong Yan Grace	保良局林文燦英文小學
IWN115	黃睿賢	Wong Yui Yin	嘉諾撒聖方濟各學校
IWN116	吳名晞	Mag Ng	英基鯽魚涌小學

小學(初小組) - 男子單人(初級組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IM101	蔡溱希	Choy Tsun Hei	胡素貞博士紀念學校

小學(初小組) - 女子單人(初級組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IW101	王心絃	Wong Sheriel	聖士提反書院附屬小學
IW102	李悅情	Li Yuet Ching	聖保羅男女中學附屬小學
IW103	孫靖瑤	Suen Ching Hei	英皇書院同學會小學第二校
IW104	徐灝欣	Chui Renee	聖公會奉基千禧小學
IW105	曹欣悅	Tsao Yan Yuet	英皇書院同學會小學第二校
IW106	何蓓瞳	Ho Sin Tung Hayslee	聖瑪加利男女英文中小學
IW107	林絲桐	Lam Sze Tung	大埔浸信會公立學校
IW108	關蘭宜	Kwan Lan Yee Elaine	聖公會奉基千禧小學
IW109	蘇妍惠	So Yin Wai	天主教總堂區學校

小學(高小組) – 男子單人(新秀組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IMN201	羅沛賢	Lo Pui Yin	馬鞍山靈糧小學

小學(高小組) - 女子單人(新秀組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IWN201	饒嘉依	Rao Katherine	嘉諾撒聖心學校
IWN202	黃曉桐	Wong Hiu Tong	胡素貞博士紀念學校
IWN203	李梓筠	Lee Tsz Kwan Maegan	沙田崇真學校
IWN204	黎祉希	Lai Tsz Hei	聖公會阮鄭夢芹小學
IWN205	謝善彤	Tse Sin Tung Abby	大埔循道衛理小學
IWN206	尹深俞	Wan Sum Yu	大埔循道衛理小學
IWN207	岑愷晴	Sham Hoi Ching	路德會梁鉅鏐小學
IWN208	張栢澄	Cheung Pak Ching Calista	胡素貞博士紀念學校
IWN209	譚靖潼	Tam Ching Tung	胡素貞博士紀念學校
IWN210	陳妙兒	Chan Miu Yi	獻主會小學
IWN211	蘇芊彤	So Chin Tung Rellaa	大埔舊墟公立學校(寶湖道)

小學(高小組) - 女子單人(新秀組) (續)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IWN212	袁斯慧	Yuen Sze Wai	聖公會油塘基顯小學
IWN213	盧紀瞳	Clarice Lo	九龍小學
IWN214	呂羨伶	Lui Shin Ling	大埔循道衛理小學
IWN215	戴慧琳	Tai Wai Sum	胡素貞博士紀念學校
IWN216	楊婷曦	Yeung Ting Hei	保良局馮晴紀念小學
IWN217	劉欣廷	Lau Felicity	大埔循道衛理小學

小學(高小組) - 男子單人(初級組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IM201	余霆軒	Yee Ting Hin	胡素貞博士紀念學校
IM202	李璟滔	Lee King To Clovis	宣道會葉紹蔭紀念小學
IM203	李立行	Lie Lap Hang	循理會白普理基金循理小學
IM204	何浚嘉	Ho Tsun Ka	宣道會葉紹蔭紀念小學
IM205	陳致遠	Chan Chi Yuen Timothy	佐敦谷聖若瑟天主教小學

小學(高小組) - 女子單人(初級組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IW201	許鈞淳	Hui Kwan Shun	黃大仙天主教小學
IW202	甄泳嵐	Yan Alexandra	嘉諾撒聖方濟各學校
IW203	何洛瑤	Ho Lok Yiu	香港浸信會聯會小學
IW204	黎曉晴	Lai Hiu Ching	胡素貞博士紀念學校
IW205	何心悅	Ho Sum Yuet Lynette	保良局林文燦英文小學
IW206	黃德悠	Wong Renee Faith	拔萃女小學
IW207	曾靄兒	Tsang Ho Yee Chloe	聖公會奉基千禧小學
IW208	陳紫柔	Chan Tsz Yau	浸信會天虹小學
IW209	廖悅均	Liu Yuet Kwan	沙田官立小學
IW210	施泳晴	Sze Wing Ching	聖公會聖彼得小學

小學(初小組) - 混合雙人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
MP101	麥綽芊	Mak Annette Chanice	英皇書院同學會小學第二校
	張敬樂	Cheung King Lok	
MP102	胡家誠	Wu Shannon	保良局林文燦英文小學
	鄭熙澄	Cheng Hei Ching Ariana	
MP103	曹欣悅	Tsao Yan Yuet	英皇書院同學會小學第二校
	林晉毅	Lam Chun Ngai	

小學(高小組) - 混合雙人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
MP201	何浚嘉	Ho Tsun Ka	宣道會葉紹蔭紀念小學
	林心言	Lam Sum Yin	
MP202	鄭昊晉	Cheng Ho Chun Aldwyn	保良局林文燦英文小學
	陳梓琳	Chan Tsz Lam Vonique	
MP203	余霆軒	Yee Ting Hin	胡素貞博士紀念學校
	黎曉晴	Lai Hiu Ching	
MP204	李璟滔	Lee King To Clovis	宣道會葉紹蔭紀念小學
	鄧希澄	Tang Hey Ching	
MP205	黃飛	Wong Fei	聖公會奉基千禧小學
	章熙雅	Chang Hannah Hei Nga	

小學(初小組) - 三人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
TR101	周芷妤	Chau Tsz Yu Elma	宣道會葉紹蔭紀念小學
	朱穎妍	Chu Wing Yin	
	柳梓悠	Lau Tsz Yau	
TR102	鮑俊佑	Pau Chun Yau	英皇書院同學會小學第二校
	周懿悅	Chow Yi Yue	
	石家藍	Shek Kai Lam	
TR103	魏禧瑜	Ngai Hei Yu	聖公會奉基千禧小學
	孟泳心	Mang Wing Sum	
	星晴	Singh Ruby	

小學(初小組) - 三人 (續)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
TR104	李彩樺	Li Cai Hua	大埔浸信會公立學校
	陳曉桐	Chan Hiu Tung	
	陳靖汧	Chang Ching Hin	
TR105	許莉莎	Hui Lee Sha	英皇書院同學會小學第二校
	張婷菲	Cheung Ting Fei	
	周恩悅	Chow Yan Yuet	
TR106	林頌惠	Lam Chung Wai	保良局林文燦英文小學
	何心怡	Ho Sum Yi Janette	
	黃奕斐	Wong Yik Fei	
TR107	麥綽芊	Mak Annette Chanice	英皇書院同學會小學第二校
	孫靖瑤	Suen Ching Hei	
	黃琛嫻	Wong Sum Yau	
TR108	何曜孜	Ho Yiu Chi Gianna	聖公會奉基千禧小學
	李佳穎	Li Kai Wing	
	趙梓彤	Zhao Tsz Tung	
TR109	陳名希	Chan Ming Hei	大埔浸信會公立學校
	黃奕瞳	Wong Yik Tung	
	陳絲絲	Chan Si Si	
TR110	鄭熙澄	Cheng Hei Ching Ariana	保良局林文燦英文小學
		Jarhia Japneet Kaur	
	黃美嘉	Buenviaje Mikaella Mae	
TR111	李洛懿	Li Lok Yi Adrianna	大埔浸信會公立學校
	王韻嵐	Wong Wan Laam	
	劉紫喬	Lau Tsz Kiu Eunice	

小學(高小組) - 三人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
TR201	趙芷欣	Chiu Tsz Yan	英皇書院同學會小學第二校
	許殷	Hsu Yan	
	張筱葭	Cheung Siu Kiu	
TR202	蔡凱琳	Tsai Hoi Lam	聖公會奉基千禧小學
	曾晴兒	Tsang Ho Yee Chloe	
	黃紫	Wong Tsz	
TR203	周希予	Chow Hei Yu	英皇書院同學會小學第二校
	吳依喬	Ng Yee Kiu	
	顧汝嫣	Koo U In	
TR204	鄺嘉瑤	Kwong Ka Yiu Yoyo	大埔浸信會公立學校
	陳曉柔	Chan Hiu Yau	
	蘇芯妍	So Sum Yin	
TR205	何宇堯	Ho Yu Jiu	保良局林文燦英文小學
	毛婕妤	Mo Tsit Yu	
	范晴	Fan Ching	
TR206	黎曉晴	Lai Hiu Ching	胡素貞博士紀念學校
	張栢澄	Cheung Pak Ching Calista	
	戴慧琳	Tai Wai Sum	

小學 - 男子三人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
TR301	鮑俊佑	Pau Chun Yau	英皇書院同學會小學第二校
	林晉毅	Lam Chun Ngai	
	張敬樂	Cheung King Lok	
TR302	余霆軒	Yee Ting Hin	胡素貞博士紀念學校
	陳雋域	Chan Chun Wik	
	蔡溱希	Choy Tsun Hei	
TR303	胡家誠	Wu Shannon	保良局林文燦英文小學
	鄭昊晉	Cheng Ho Chung Aldwyn	
	任毅弘	Yum Ngai Wang	

小學(初小組) - 五人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
GR101	何心怡	Ho Sum Yi Janette	保良局林文燦英文小學
	黃美嘉	Buenviaje Mikaella Mae	
	黃奕斐	Wong Yik Fei	
	林頌惠	Lam Chung Wai	
	金瑞希	Kim Seo Hee	
GR102	陳名希	Chan Ming Hei	大埔浸信會公立學校
	黃奕瞳	Wong Yik Tung	
	陳絲絲	Chan Si Si	
	王韻嵐	Wong Wan Laam	
	陳曉桐	Chan Hiu Tung	
GR103	麥綽芊	Mak Annette Chanice	英皇書院同學會小學第二校
	許莉莎	Hui Lee Sha	
	林晉毅	Lam Chun Ngai	
	黃琛燦	Wong Sum Yau	
	石家藍	Shek Kai Lam	
GR104	黃希雅	Wong Hei Nga	聖公會奉基千禧小學
	魏禧瑜	Ngai Hei Yu	
	關蘭宜	Kwan Lan Yee Elaine	
	孟泳心	Mang Wing Sum	
	星晴	Singh Ruby	
GR105	張婷菲	Cheung Ting Fei	英皇書院同學會小學第二校
	顧子辰	Koo Tsz Sun	
	周恩悅	Chow Yan Yuet	
	劉柏翹	Lau Darryl	
	周懿悅	Chow Yi Yue	
GR106	周芷妤	Chau Tsz Yu Elma	宣道會葉紹蔭紀念小學
	朱穎妍	Chu Wing Yin	
	柳梓悠	Lau Tsz Yau	
	廖凱琳	Liu Hoi Lam	
	區綺軒	Au Yee Hin Shakira	

小學(高小組) - 五人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
GR201	周希予	Chow Hei Yu	英皇書院同學會小學第二校
	趙芷欣	Chiu Tsz Yan	
	許殷	Hsu Yan	
	吳依喬	Ng Yee Kiu	
	顧汝嫣	Koo U In	
GR202	譚靖潼	Tam Ching Tung	胡素貞博士紀念學校
	戴慧琳	Tai Wai Sum	
	張栢澄	Cheung Pak Ching Calista	
	趙海瑩	Chiu Hoi Ying	
	楊悅晴	Yang Yuet Ching	
GR203	何宇堯	Ho Yu Jiu	保良局林文燦英文小學
	毛婕妤	Mo Tsit Yu	
	范晴	Fan Ching	
	鄭昊晉	Cheng Ho Chun Aldwyn	
	陳梓琳	Chan Tsz Lam Vonique	
GR204	黃飛	Wong Fei	聖公會奉基千禧小學
	章熙雅	Chang Hannah Hei Nga	
	蔡凱琳	Tsai Hoi Lam	
	曾晴兒	Tsang Ho Yee Chloe	
	黃紫	Wong Tsz	

中學組 - 女子單人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IW301	黃梓榛	Wong Tsz Tsun	元朗商會中學
IW302	何逸瑤	Ho Yat Yiu	香港浸會大學附屬學校王錦輝中小學
IW303	陳美媛	Chen Mei Yan	東華三院邱子田紀念中學
IW304	劉卓知	Lau Karina Cheukgi	沙田學院
IW305	曹采喬	Cho Choi Kiu	香港管理專業協會羅桂祥中學
IW306	陳嘉瑜	Chan Ka Yu	東華三院黃鳳翎中學
IW307	郭茜瑜	Kwok Sin Yu	宣道國際學校
IW308	黃梓晴	Wong Tsz Ching Tina	靈糧堂劉梅軒中學

大專組 - 女子單人

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IW401	曹采嵐	Cho Choi Nam	香港中文大學
IW402		Anandpara Devanshi Ketan	香港科技大學 (HKUST)

幼稚園組 - 有氧舞蹈

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
AD001	林妙桐	Lam Miu Tung	仁愛堂張慕良夫人 幼稚園暨幼兒園
	施亦翎	Fuego Quinn Lawren	
	羅妍曦	Lo Yin Hei	
AD002	李信知	Lie Shun Chi	培僑國際幼稚園暨幼兒園
	鄺文茵	Kwong Man Yan	
AD003	羅慧文	Lo Shui Man Hailey	東華三院方肇彝幼兒園
	許鈞甯	Hui Kwan Ning	
AD004	盧樂希	Lo Lok Hei	中華基督教會元朗堂 真光幼稚園二校
	温悅瞳	Wan Sofia	

小學組 - 有氧舞蹈

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
AD101	何宇堯	Ho Yu Jiu	保良局林文燦英文小學
	毛婕妤	Mo Tsit Yu	
	范晴	Fan Ching	
	黃奕斐	Wong Yik Fei	
	胡家誠	Wu Shannon	
		Jarhia Japneet Kaur	
	黃美嘉	Buenviaje Mikaella Mae	
	陳梓琳	Chan Tsz Lam Vonique	
AD102	孫菱澤	Sun Ling Ze	大埔浸信會公立學校
	馮安琪	Fung On Ki	
	陳梓欣	Chan Tsz Yan	
	邱筠雅	Yau Kwan Nga	
	李洛懿	Li Lok Yi Adrianna	
	陳曉柔	Chan Hiu Yau	
	鄺嘉瑤	Kwong Ka Yiu Yoyo	
	蘇芯妍	So Sum Yin	
AD103	楊晞彤	Yeung Hei Tung	胡素貞博士紀念學校
	陳芷淇	Chan Tsz Kei Kelly	
	朱韻靜	Chu Wan Ching	
	陳愷瑤	Chan Hoi Yiu	
	張樂欣	Chang Lok Yan	
	吳沛蕎	Ng Pui Kiu	
	蔣樂心	Chiang Rosie Lok Sum	
	楊悅晴	Yang Yuet Ching	
AD104	李彩樺	Li Cai Hua	大埔浸信會公立學校
	陳曉桐	Chan Hiu Tung	
	陳靖汧	Chan Ching Hin	
	劉紫喬	Lau Tsz Kiu Eunice	
	陳絲絲	Chan Si Si	
	黃奕瞳	Wong Yik Tung	
	陳名希	Chan Ming Hei	
	王韻嵐	Wong Wan Laam	

小學組 - 有氧舞蹈 (續)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
AD105	曹欣悅	Tsao Yan Yuet	英皇書院同學會小學第二校
	黃琛嫻	Wong Sum Yau	
	周希予	Chow Hei Yu	
	趙芷欣	Chiu Tsz Yan	
	許殷	Hsu Yan	
	吳依喬	Ng Yee Kiu	
	張筱岐	Cheung Siu Kiu	
	顧汝嫻	Koo U In	
AD106	周芷好	Chan Tsz Yu Elma	宣道會葉紹蔭紀念小學
	朱穎妍	Chu Wing Yin	
	柳梓悠	Lau Tsz Yau	
	廖凱琳	Liu Hoi Lam	
	區綺軒	Au Yee Hin Shakira	
	林心言	Lam Sum Yin	
	羅穎趣	Law Wing Chui	
	邱雪搖	Yau Suet Yiu	

六、比賽籌委會名單

籌委會顧問：馮世富博士、廖小雯女士

籌委會成員：吳倩儀小姐（統籌）

技術顧問：梁鳳珊女士

高級裁判組：廖小雯女士、廖福英女士

裁判組：吳倩儀小姐、鄭嘉鴻先生、羅凱婷小姐、陳穎慧小姐、
連麗珍女士、余秀洁女士、莊靜雲小姐、區鈺健先生

秘書處：吳子健先生、謝婉心小姐

七、頒獎禮程序

一. 嘉賓就座

二. 頒發獎項

1. 男子單人
2. 女子單人
3. 混合雙人
4. 三人
5. 五人
6. 有氧舞蹈
7. 優異獎
8. 團體錦標獎項

三. 大合照

四. 禮成

八、鳴謝

第十九屆全港學界健美體操比賽籌委會對本屆賽事得以順利進行，謹向下列有關機構及人士

致衷心謝意：

- (一) 各頒獎嘉賓
- (二) 比賽籌委會成員
- (三) 蕙荃體育館
- (四) 屈臣氏集團 (贊助飲用水)
- (五) 各參賽教練及運動員

(排名不分先後)

聯絡我們

地址: 香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1002 室

Room 1002, Olympic House, 1 Stadium Path,

So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong

電話: 2504 8233

傳真: 2882 8590

網址: <http://www.gahk.org.hk/>

電郵: mail@gahk.org.hk