



中國香港體操總會
主辦



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department



資助



支持



大會指定飲用水

第二十屆全港學界健美體操比賽



Aerobic Gymnastics
健美體操

日期：2024年6月30日（星期日）

時間：上午九時至下午六時

地點：蕙荃體育館 - 主場

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。於 2023 年的第 8 屆健美體操亞洲錦標賽，運動員曾囡兒於年齡組女子單人決賽中勇奪銅牌，而隊友余霆軒及黎曉晴於年齡組混合雙人決賽中亦獲得銅牌，表現出色。

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

日期：二零二四年六月三十日（星期日）

時間：上午九時至下午六時

地點：蕙荃體育館 - 主場

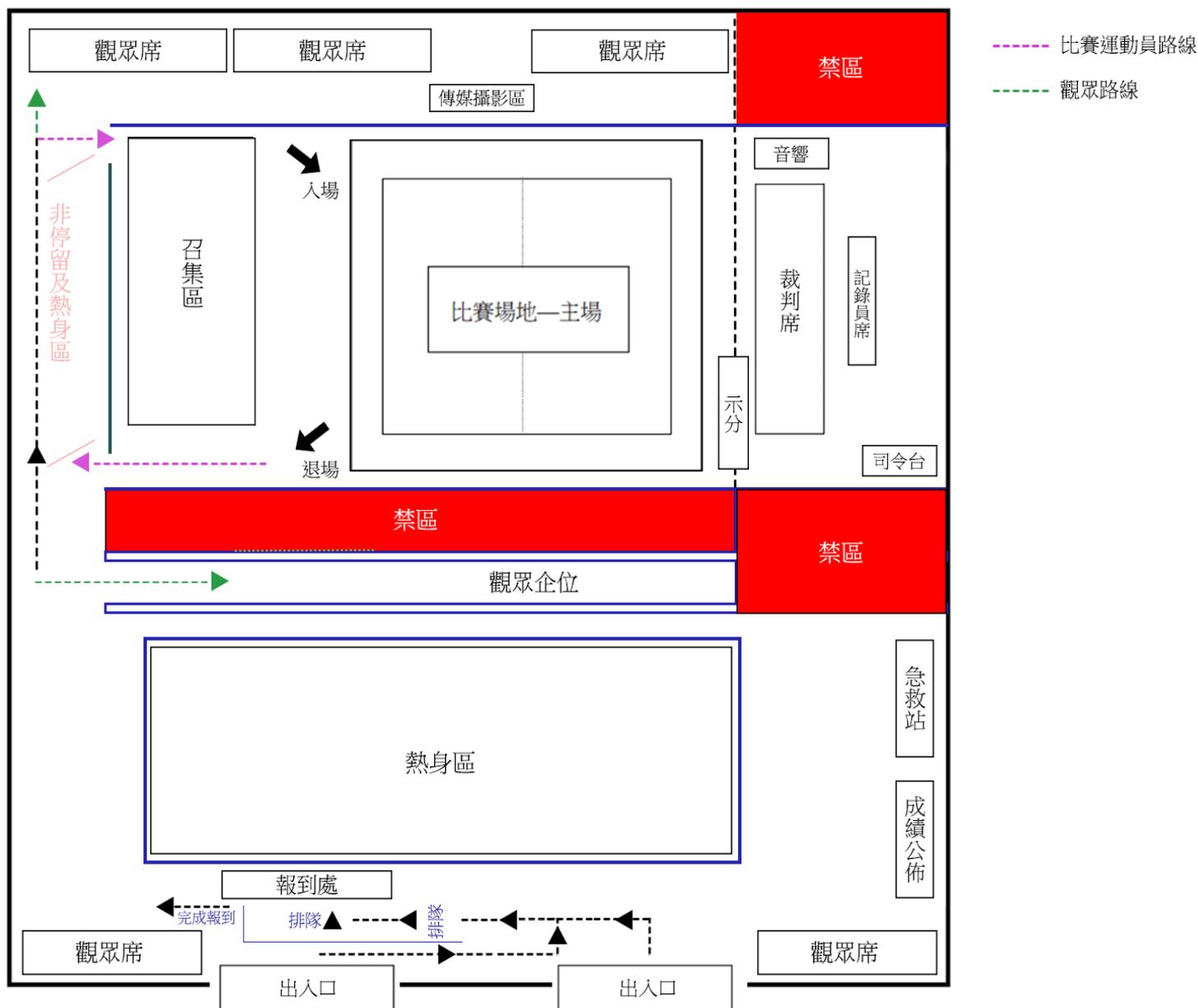
報到處將於上午 8 時 45 分開始運作，可依照各自比賽時間預早到「報到處」報到。參賽者本人必須在各自第一個參賽項目召集前攜同附有相片的身份證明文件到達「報到處」辦理報到。（無須重覆報到）

比賽將依賽程順序進行，召集及出場情況以大會現場公佈為準，恕不另行通知。

時間	項目
0900 - 1000	熱身時間
1000 - 1230	小學(初小組) - 男子單人(新秀組)
	小學(初小組) - 女子單人(新秀組)
	小學(高小組) - 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(初級組)
	小學(高小組) - 女子單人(初級組)
1230 - 1330	午膳 / 熱身時間
1330 - 1655	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(初小組) - 五人
	小學(高小組) - 五人
	中學組 - 男子單人
	中學組 - 女子單人
	大專組 - 女子單人
	幼稚園組 - 有氧舞蹈
	小學組 - 有氧舞蹈
1710 - 1730	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 - 蕙荃體育館主場



備註：圖片只供參考，以當日實際場地佈置為準。

四、參賽運動員名單

小學(初小組) - 男子單人(新秀組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IMN101	黃梓政	WONG Tsz Ching Julian	樂善堂梁銻琚學校(分校)

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	曾渭喬	TSANG Wai Kiu	油蔴地天主教小學(海泓道)
IWN102	朱韻靜	CHU Wan Ching	胡素貞博士紀念學校
IWN103	吳佩琳	NG Pui Lam	胡素貞博士紀念學校
IWN104	區綺軒	AU Yee Hin Shakira	宣道會葉紹蔭紀念小學
IWN105	陳芷淇	CHAN Tsz Kei Kelly	胡素貞博士紀念學校
IWN106	黃奕瞳	WONG Yik Tung	大埔浸信會公立學校

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	柳梓悠	LAU Tsz Yau	宣道會葉紹蔭紀念小學
IWN202	李梓筠	LEE Tsz Kwan Maegan	沙田崇真學校
IWN203	吳沛蕎	NG Pui Kiu	胡素貞博士紀念學校
IWN204	李洛懿	LI Lok Yi Adrianna	大埔浸信會公立學校
IWN205	蔣樂心	CHIANG Rosie Lok Sum	胡素貞博士紀念學校
IWN206	朱穎妍	CHU Wing Yin	宣道會葉紹蔭紀念小學
IWN207	陳紫柔	CHAN Tsz Yau	浸信會天虹小學
IWN208	歐綵帷	AU Choi Wai	拔萃女小學
IWN209	袁斯慧	YUEN Sze Wai	聖公會油塘基顯小學
IWN210	陳靜玥	CHAN Ching Yuet	聖公會榮真小學
IWN211	楊婷曦	YEUNG Ting Hei	保良局馮晴紀念小學
IWN212	周穎	CHAU Wing	漢華中學(小學部)
IWN213	周芷好	CHAU Tsz Yu Elma	聖公會聖約翰曾肇添小學
IWN214	王芊幸	WONG Chin Hang Chelle	天神嘉諾撒學校

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
IM102	李信知	LIE Shun Chi	循理會白普理基金循理小學

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	溫悅瞳	WAN Sofia	博愛醫院歷屆總理聯誼會鄭任安夫人學校
IW102	何允祈	HO Wan Kei	優才(楊殷有娣)書院
IW103	李玥希	LEE Yuet Hei (Hannah LEE)	清水灣小學 (ESF Clearwater Bay School)
IW104	曹欣悅	TSAO Yan Yuet	英皇書院同學會小學第二校
IW105	羅沛昕	LO Pui Yan	馬鞍山靈糧小學
IW106	吳名晞	NG Mag	英基鯽魚涌小學 (ESF Quarry Bay School)
IW107	黃奕斐	WONG Yik Fei	保良局林文燦英文小學
IW108	王心絃	WONG Sheriel	聖士提反書院附屬小學

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	鄭昊晉	CHENG Ho Chun Aldwyn	保良局林文燦英文小學
IM202	李立行	LIE Lap Hang	循理會白普理基金循理小學
IM203	黃飛	WONG Fei	聖公會奉基千禧小學
IM204	羅沛賢	LO Pui Yin	馬鞍山靈糧小學

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	施泳晴	SZE Wing Ching	聖公會聖彼得小學
IW202	林絲桐	LAM Sze Tung	大埔浸信會公立學校
IW203	黃德悠	WONG Renee Faith	拔萃女小學
IW204	甄泳嵐	YAN Alexandra	嘉諾撒聖方濟各學校
IW205	蘇妍惠	SO Yin Wai	天主教總堂區學校
IW206	星晴	SINGH Ruby	聖公會奉基千禧小學
IW207	何洛瑤	HO Lok Yiu	香港浸會大學附屬學校 王錦輝中小學
IW208	李悅情	LI Yuet Ching	聖保羅男女中學附屬小學

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	鄺望曦	KONG Mong Hei	大埔浸信會公立學校
	陳曉桐	CHAN Hiu Tung	
MP102	陳芷淇	CHAN Tsz Kei Kelly	胡素貞博士紀念學校
	蔡溱希	CHOY Tsun Hei	

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	蔣樂心	Chiang Rosie Lok Sum	胡素貞博士紀念學校
	陳雋域	CHAN Chun Wik	
MP202	黃飛	WONG Fei	聖公會奉基千禧小學
	何梓旗	HO Tsz Ki	
MP203	鄭昊晉	CHENG Ho Chun Aldwyn	保良局林文燦英文小學
	黃美嘉	BUENVIAJE Mikaella Mae	
MP204	胡家誠	WU Shannon	保良局林文燦英文小學
	陳梓琳	CHAN Tsz Lam Vonique	

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	黃奕斐	WONG Yik Fei	保良局林文燦英文小學
	鄧善文	TANG Sin Man	
	鄭熙澄	CHENG Hei Ching Ariana	
TR102	麥以臻	MAK Yi Chun	保良局林文燦英文小學
	唐恩	TONG Yan Grace	
	張心柔	CHEUNG Sum Yau	
TR103	吳貝榮	NG Pui Ying	宣道會葉紹蔭紀念小學
	廖向晴	LIU Heung Ching	
	張祇瑀	CHEUNG Tsz Yu Isabelle	
TR104	王芯晴	WONG Sum Ching Sophy	胡素貞博士紀念學校
	李礎因	LI Cho Yan Gwyneth	
	郭芷瑜	KWOK Chi Yu	
TR105	陳名希	CHAN Ming Hei	大埔浸信會公立學校
	黃奕瞳	WONG Yik Tung	
	鍾景瑜	CHUNG King Yu	
TR106	區綺軒	AU Yee Hin Shakira	宣道會葉紹蔭紀念小學
	李珺柔	LEE Kwan Yau	
	楊睿瞳	YEUNG Yui Tung Hayley	
TR107	徐灝欣	CHUI Renee	聖公會奉基千禧小學
	柯智美	OR Chi Mei	
	柯智麗	OR Chi Lai	
TR108	馮安琪	FUNG On Ki	大埔浸信會公立學校
	陳晞婷	CHAN Hei Ting	
	陳絲絲	CHAN Si Si	
TR109	朱韻靜	CHU Wan Ching	胡素貞博士紀念學校
	陳愷瑤	CHAN Hoi Yiu	
	謝咏雪	TSE Wing Suet	
TR110	李彩樺	LI Cai Hua	大埔浸信會公立學校
	邱筠雅	YAU Kwan Nga	
	龐望曦	KONG Mong Hei	

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	關蘭宜	KWAN Lan Yee Elaine	聖公會奉基千禧小學
	孟泳心	MANG Wing Sum	
	章熙雅	CHANG Hannah Hei Nga	
TR202	陳曉柔	CHAN Hiu Yau	大埔浸信會公立學校
	李洛懿	LI Lok Yi Adrianna	
	鄭嘉瑤	KWONG Ka Yiu Yo Yo	
TR203	胡家誠	WU Shannon	保良局林文燦英文小學
	鄭昊晉	CHENG Ho Chun Aldwyn	
	黃美嘉	BUENVIAJE Mikaella Mae	
TR204	林頌惠	LAM Chung Wai	保良局林文燦英文小學
	金瑞希	KIM Seo Hee	
	陳梓琳	CHAN Tsz Lam Vonique	
TR205	蔣樂心	Chiang Rosie Lok Sum	胡素貞博士紀念學校
	陳雋域	CHAN Chun Wik	
	吳沛蕎	NG Pui Kiu	
TR206	李倬霖	LEE Cheuk Lam	大埔浸信會公立學校
	李洛霖	LEE Lok Lam	
	劉紫喬	LAU Tsz Kiu Eunice	

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	朱韻靜	CHU Wan Ching	胡素貞博士紀念學校
	陳愷瑤	CHAN Hoi Yiu	
	謝咏雪	TSE Wing Suet	
	李礎因	LI Cho Yan Gwyneth	
	吳佩琳	NG Pui Lam	
GR102	馮安琪	LI Lok Yi Adrianna	大埔浸信會公立學校
	李彩樺	FUNG On Ki	
	陳晞婷	LI Cai Hua	
	孫菱澤	CHAN Hei Ting	
	邱筠雅	SUN Ling Ze	
GR103	李欣桐	LI Yan Tung	胡素貞博士紀念學校
	陳藝翹	CHAN Ngai Kiu Kaylie	
	王芯晴	WONG Sum Ching Sophy	
	黃心蓓	WONG Sum Pui	
	黎芊語	LI Qian Yu Mia	
GR104		OKOTH Anastasia Saudoc	西貢中心李少欽紀念學校
	劉飛兒	GALLAGHER Ophelia	
	周愷兒	CHAU Hoi Yee	
	周樂潼	CHOW Charlotte	
		WEERASINGHAGE Manuthi Dehansa	
GR105	陳名希	YAU Kwan Nga	大埔浸信會公立學校
	陳曉桐	CHAN Ming Hei	
	鍾景瑜	CHUNG King Yu	
	陳絲絲	CHAN Si Si	
	黃奕瞳	WONG Yik Tung	
GR106	麥以臻	MAK Yi Chun	保良局林文燦英文小學
	唐恩	TONG Yan Grace	
	鄭熙澄	CHENG Hei Ching Ariana	
	衛妍希	RECCHIA Celene	
	鄭善文	TANG Sin Man	

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	朱穎妍	CHU Wing Yin	宣道會葉紹蔭紀念小學
	柳梓悠	LAU Tsz Yau	
	陸羽芊	LUK Yu Chin	
	吳雅晴	NG Nga Ching Venezia	
	梁鋸蓓	LEUNG Si Pui	
GR202	關蘭宜	KWAN Lan Yee Elaine	聖公會奉基千禧小學
	孟泳心	MANG Wing Sum	
	章熙雅	CHANG Hannah Hei Nga	
	何梓旗	HO Tsz Ki	
	黃飛	WONG Fei	
GR203	林頌惠	LAM Chung Wai	保良局林文燦英文小學
	金瑞希	KIM Seo Hee	
	陳梓琳	CHAN Tsz Lam Vonique	
	梅幸兒	MUI Hang Yee	
	黃美嘉	BUENVIAJE Mikaella Mae	
GR204	石朽榆	SHEK Hau Yu	西貢中心李少欽紀念學校
	李芷榆	LEE Tsz Yu	
	潘芷澄	PAN Tsz Ching Christy	
	沙晞雅	SHARMA Hiya	
	曾明思	TSANG Gabrielle Marisa	
GR205	李倬霖	LEE Cheuk Lam	大埔浸信會公立學校
	李洛霖	LEE Lok Lam	
	鄺嘉瑤	KWONG Ka Yiu Yo Yo	
	馮語羲	FUNG Yu Hei Ivana	
	陳曉柔	CHAN Hiu Yau	

中學組 - 男子單人 (初級組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IM301	余霆軒	YEE Ting Hin	賽馬會體藝中學

中學組 - 女子單人 (初級組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IW301	陳美媛	CHEN Mei Yan	東華三院邱子田紀念中學
IW302	曾皜兒	TSANG Ho Yee Chloe	賽馬會體藝中學
IW303	何逸瑤	HO Yat Yiu	拔萃女書院
IW304	黃梓晴	WONG Tsz Ching	靈糧堂劉梅軒中學
IW305	胡熙玥	HU Cherry	救恩書院
IW306	岑愷晴	SHAM Hoi Ching	沙田培英中學
IW307	曹采喬	CHO Choi Kiu	香港管理專業協會羅桂祥中學
IW308	廖悅因	LIU Yuet Yan	協恩中學
IW309	饒嘉依	RAO Katherine	英華女學校
IW310	廖悅均	LIU Yuet Kwan	沙田培英中學
IW311	許鈞淳	HUI Kwan Shun	賽馬會體藝中學
IW312	張栢澄	CHEUNG Pak Ching	羅定邦中學
IW313	黎曉晴	LAI Hiu Ching	樂道中學

大專組 - 女子單人 (初級組)

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
IW401	楊雅心	YEUNG Nga Sum	香港都會大學
IW402	曹采嵐	CHO Choi Nam	香港中文大學

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	尹如辰	YIN Ru Chen	培僑國際幼稚園
	何臻蕎	HE Zhen Qiao	
	吳銘軒	NG Ming Hin	
AD002	李靖祈	LEE Ching Ki	國際英文幼稚園
	李思銳	LI Sze Yui Scarlett	
AD003	馮梓翹	FUNG Tsz Kiu	卓思英文學校暨幼稚園 (青怡分校)
	李詠瞳	LI Wing Tung	
AD004	羅慧文	LO Shui Man Hailey	東華三院方肇彝幼兒園
	許鈞甯	HUI Kwan Ning	
AD005	林鈞桐	LAM Miu Tung	仁愛堂張慕良夫人幼稚園
	施亦翎	Fuego Quinn Lauren	

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	李倬霖	LEE Cheuk Lam	大埔浸信會公立學校
	李洛霖	LEE Lok Lam	
	劉紫喬	LAU Tsz Kiu Eunice	
	陳曉柔	CHAN Hiu Yau	
	鄺嘉瑤	KWONG Ka Yiu Yo Yo	
	李洛懿	LI Lok Yi Adrianna	
	鍾景瑜	CHUNG King Yu	
	陳曉桐	CHAN Hiu Tung	
AD102	胡家誠	WU Shannon	保良局林文燦英文小學
	林頌惠	LAM Chung Wai	
	金瑞希	KIM Seo Hee	
	黃奕斐	WONG Yik Fei	
	鄧善文	TANG Sin Man	
	鄭熙澄	CHENG Hei Ching Ariana	
	麥以臻	MAK Yi Chun	
	張心柔	CHEUNG Sum Yau	
AD103	朱穎妍	CHU Wing Yin	宣道會葉紹蔭紀念小學
	柳梓悠	LAU Tsz Yau	
	陸羽芊	LUK Yu Chin	
	梁鏗蓓	LEUNG Si Pui	
	林心言	LAM Sum Yin	
	羅穎趣	LAW Wing Chui	
	廖凱琳	LIU Hoi Lam	
	區綺軒	AU Yee Hin Shakira	
AD104	李欣桐	LI Yan Tung	胡素貞博士紀念學校
	陳藝翹	CHAN Ngai Kiu Kaylie	
	王芯晴	WONG Sum Ching Sophy	
	黃心蓓	WONG Sum Pui	
	黎芊語	LI Qian Yu Mia	
	劉怡萱	LAU Yee Huen	
	郭芷瑜	KWOK Chi Yu	
	凌敏桐	LING Man Tung	
AD105	吳雅晴	NG Nga Ching Venezia	宣道會葉紹蔭紀念小學
	李珺柔	LEE Kwan Yau	
	楊睿瞳	YEUNG Yui Tung Hayley	
	吳貝榮	NG Pui Ying	
	廖向晴	LIU Heung Ching	
	張祇瑀	CHEUNG Tsz Yu Isabelle	
	王恩祈	WONG Yan Ki	
	黎欣愉	LAI Yan Yu	

運動員編號	姓名 (中文)	姓名 (英文)	學校名稱
AD106	張晞嵐	CHEUNG Hei Nam	聖公會奉基千禧小學
	萬至傑	MAN Chi Kit	
	曹景璇	CAO King Suen Mia	
	黎鈺婷	LI Yu Ting	
	趙梓彤	ZHAO Tsz Tung	
	鄒天恩	CHOW Tin Yan	
	柯智美	OR Chi Mei	
	柯智麗	OR Chi Lai	
AD107	黃希雅	WONG Hei Nga	聖公會奉基千禧小學
	徐灤欣	CHUI Renee	
	盧幸喻	LO Hang Yu	
	關蘭宜	KWAN Lan Yee Elaine	
	孟泳心	MANG Wing Sum	
	星晴	SINGH Ruby	
	何梓旗	HO Tsz Ki	
	章熙雅	CHANG Hannah Hei Nga	
AD108	李礎因	LI Cho Yan Gwyneth	胡素貞博士紀念學校
	陳芷淇	CHAN Tsz Kei Kelly	
	蔡溱希	CHOY Tsun Hei	
	陳愷瑤	CHAN Hoi Yiu	
	謝咏雪	TSE Wing Suet	
	吳佩琳	NG Pui Lam	
	陳雋域	CHAN Chun Wik	
	吳沛蕎	NG Pui Kiu	

五、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

裁判組：吳倩儀小姐、陳梓彤小姐、余秀洁女士、連麗珍女士、
區鈺健先生、陳穎慧小姐、胡栢賢先生

秘書處：吳子健先生、謝婉心小姐

六、頒獎禮程序

一. 嘉賓就座

二. 頒發獎項

頒獎典禮：

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

三. 大合照

四. 禮成

七、鳴謝

第二十屆全港學界健美體操比賽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) 康樂及文化事務署
 - (四) 蕙荃體育館工作人員
 - (五) 屈臣氏集團（贊助飲用水）
 - (六) 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