

SPORTS ROAD

# Junior

September 2022 Free ISSUE 61



黃澤林

# COLEMAN

## 雙貫王之路

張家瑋  
世運冠軍職業夢

學界壁球賽  
男女拔延續王朝

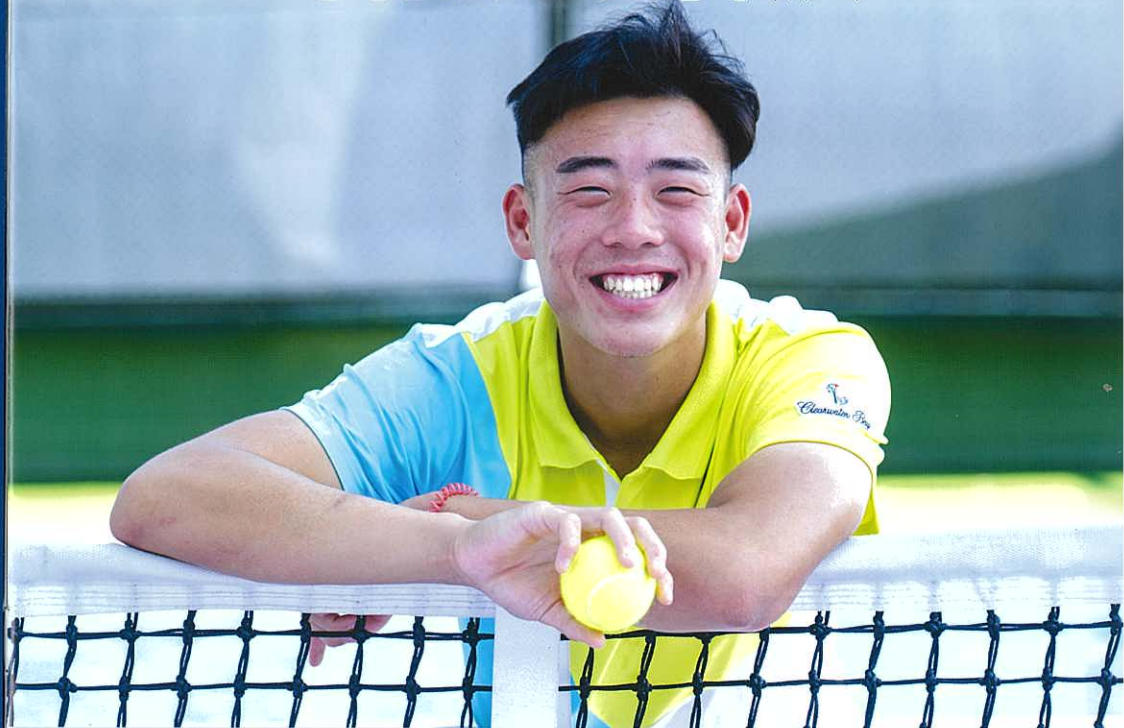
動感校園小記者  
遊走賽場實地採訪

text\_何子淵 / photo\_李子正、麥景智 / 場地venue\_清水灣鄉村俱樂部

# COLEMAN

## 孤身越洋打拚

## 學打波●更學做人



西班牙、網球，把兩者串連起來，相信大家第一時間會聯想到「泥地王」拿度（Rafael Nadal）。那麼，如果在兩組詞之外再加入「香港」一詞呢？唯一的答案，大概就是黃澤林。這位18歲網球新星過去一年入讀位於西班牙的拿度網球學校（Rafa Nadal Academy），一個人在海外為網球生涯打拚，兩度嚐過大滿貫青年組賽事勝利的甜，也走過連敗低迷的苦，種種經歷造就了更成熟的黃澤林，為進入成人組賽事的世界奠下鞏固基礎。



## 「入讀」拿度網球學校 夢寐以求

2021年9月，當香港學生重返校園踏入新學年之際，成為「留學生」的黃澤林（Coleman）亦要「開學」—— 迎接着在拿度網球學校的新生活。其實在正式入讀之前，Coleman曾到位於馬略卡島的拿度學校「試讀」，結果一試愛上：「試了約一個星期就喜歡，環境舒服又有不同球手一同訓練及比賽，是非常適合我的訓練環境。」不過要一個人離開別井飛到地球的另一端生活，他坦言起初曾有憂慮：「之前一直都在香港，未試過在外國訓練，加上歐洲真的好遠，又沒有香港的食物，適應新生活是不容易。但我覺得打波就是這樣，當是出去升學吧！」Coleman以食為天，口腹之慾卻沒大得過對球技進步的渴望，加上教練James Alentby的協助，他指自己未幾就適應及享受拿度學校的生活。

作為培訓網壇明日之星的基地，Coleman指拿度學校應有盡有，「營養師、體能教練、心理學家、好多贏過大滿貫的頂尖教練……一個網球員需要的東西都有。每天的訓練都好新鮮，那個環境讓人每天都想去打球。」Coleman為了接受全職訓練、在未來參與職業比賽而拒絕多間美國NCAA名牌大學招手，不過因為之後獲得香港大學取錄，故他在拿度學校不用上學術課，平日一天日程都圍繞網球訓練：「早上8點起床，食早餐後打網球到11點，做兩小時體能後吃午飯，下午3時半就另一節訓練，多半與其他學員打模擬比賽。5時半後就做放鬆恢復治療，每天都好累，10時左右就入睡。」周六只有上午一課訓練，周日則為假期，Coleman說要盡情休息：「平日訓練好高強度，放假就要遠離網球，會到沙灘和商場行街遊戲，或者享受一下馬略卡島的風景。」



黃澤林為清水灣鄉村俱樂部網球大使



## 擔任「一姐」陪練 進步神速

拿度學校有齊最頂尖的教練，包括這位22項大滿貫得主的前教練兼叔叔東尼（Toni），後者以嚴厲見稱，拿度在自傳中曾提及自己小時侯隨他訓練，有一次忘了帶水，叔叔竟罰他整天不准喝水，要他培養出責任感。Coleman也有接受東尼叔叔的指導，笑言是在拿度學校最辛苦的時候：「他把拿度的一套用在我們身上，就是不停餵球給你，不停打，打到他滿意為止。但他的一套真的有效！」Coleman笑言東尼叔叔並沒有禁止飲水，但有限制次數，是另一形式的意志鍛鍊。除了有出色的教練，不少球員也會到拿度學校練習，如美國的伊士拿（John Isner）、「世界一姐」絲維雅迪克（Iga Swiatek）等，Coleman更有機會擔任他們的陪練員。如是訓練一年，他自覺自己大有進步：「步法有最大進步，網球技術更完整，網球生涯也更加元化，有更多新知識。」

既是拿度創立的學校，與「校長」相關的擺設自然佈滿整個校園，當中還有一座博物館專門收藏他與門生的獎盃，2022年澳網男雙冠軍的Coleman也在其中佔一席位。扶著2021年勇奪美網男雙冠軍的勇態，Coleman在澳網創下歷史進擊兩項大滿貫青年組冠軍，更被「校長」邀請合照，教這位拿度「小粉絲」十分興奮。

Coleman澳網決賽後以廣東話向特意到場支持他的香港球迷致謝，他說：「前一晚已經想過贏波後要講廣東話！當時接近半個球場的球迷是香港人，有他們的支持，讓我在香港打球一樣，好開心、好感動有人為了我而特意來看比賽，我就更想贏給他們看。」場內場外都笑容滿面的Coleman特別提到自己希望傳遞一份正能量給身邊的人，哪怕落敗，也要展現一份精神：「我們打網球經常越級挑戰，尤其成人賽事跟青年賽水平與強度都有差距，所以經常都會輸。但最重要是有一份得盡無悔的精神，我從小到大做每件事都會盡全力，最後一定不能後悔。我就是這個態度讓我贏到大滿貫吧！」雖然自覺與成年職業球手仍有差距，但Coleman就明言已經預備好以網球為工作，迎接挑戰。

## 認識拿度網球學校

成立於2016年9月的拿度網球學校（Rafa Nadal Academy）座落在拿度家鄉馬略卡島，旨在培訓年輕及具潛質的網球新星，其教練團隊由拿度恩師兼叔叔東尼（Toni Nadal）帶領。學校提供網球訓練外亦有學術課堂，讓學生無須因打球而犧牲學業，更可獲到美國大學升學的機會。校內現時有逾40個標準網球場，包括19個硬地場及13個泥地場。





Wong Chak Lam, Coleman 黃澤林  
@coleman\_wong

### 黃澤林小檔案

出生日期：2004年6月6日（18歲）  
最高世界排名：942（單打）、875（雙打）\*  
青年世界排名：15（單打）、15（雙打）\*  
主要殊榮：  
2022 澳網青年組 男雙冠軍  
2021 美網青年組 男雙冠軍  
\*世界排名截至2022年8月15日



## 捱過挫敗與孤單 茁壯成長

儘管在兩項大滿貫上取得榮譽，不過Coleman在外間期間其實也有過挫敗與孤單，他憶起一次比賽經歷：「有次輸了一場波，自己又生病，一個人行返酒店時崩潰了，打電話給爸爸媽媽就講，『你們每次都不在場，連我商的時候都不在！』那時候真的好困難，但經歷過後就成長了。」Coleman也試過到墨西哥比賽，遇上當地球手，整個球場都是當地的球迷，「贏了一分大叫Come on的時候也不知道可以看著誰。」捱過這一人之境，其任職小學校長的父親黃悅明也感受到兒子的成熟：「可能好多人到外國留學，但他的壓力其實比留學更大，每次比賽也要自己安排處理各種事情。一個人經歷這麼多事情，加上面對挫敗，總會有一點不同。」

Coleman亦提到在7月的溫布頓前曾陷低潮。原來溫布頓前為泥地賽季，對於習慣打硬地場、節奏較快的Coleman不利，他直言自己曾因不停落敗而迷茫：「之前有一點成績，但現在越來越無成績，怎樣做？那時就跟教練商討，我覺得是反思自己網球路怎樣走的時候。」與教練商討過後，他們決定繼續打泥地賽，趁機磨練基本功及耐力，在旁的Coleman爸爸也大讚這份挑戰精神：「這個精神就是，雖然我表現不好，但我就繼續挑戰，鍛煉自己的步法、打多幾板，哪怕現在是落敗，但我不是要短期取得成績，而是將來條路可以走得更遠。」本著這份挑戰精神，Coleman捱過挫敗的難受，雖然在溫布頓男單及男雙同告0強止步，但他自言感受到自己的進步，「泥地賽季的落敗及鍛鍊令我的網球結構更全面，以往只有進攻沒有防守，現在我有更多變化。」這一趟馬略卡之旅，讓Coleman球技與心態均成長不少。



小  
知  
識

### 四大滿貫

大滿貫（Grand Slam）賽事指的是職業網壇四個最重要的比賽，包括澳洲網球公開賽（硬地）、法國網球公開賽（泥地）、溫布頓網球錦標賽（草地）及美國網球公開賽（硬地）。截至2022年7月的溫布頓錦標賽後，於大滿貫賽事奪冠次數最多的男單球手為拿度，生涯共贏得22次大滿貫錦標，包括14次法網、4次美網、澳網及溫網各兩次。

## 升上成年組專注單打 冀戰奧運



雖然Coleman在雙打成績出眾，不過他直言往後將以單打作為目標：「我們都以單打為主，雙打會當作練習機會，可以練到發球及接發更快更俐落，能夠輔助單打做得更好。雙打能夠有成績當然不介意啦，希望能夠成為動力讓我在單打的表現更佳。」Coleman明年將正式升上成人組別，現時世界排名900多位的他為自己定下打入前350名的短期目標，並以延期至2023年的杭州亞運及出戰2024年巴黎奧運作為目標，他指奧運入圍門檻雖高，但若排名打入200至300名，加上香港以往未曾有球手參與奧運，有機會能夠爭取到「外卡」身份參賽。

Coleman與定下的目標看似很遙遠，但這位「雙寶王」昔日就是這樣一路走來，實現看似觸不到的夢想。現在雙打成績斐然的他，過往未有任何戰績前，曾經要靠毛遂自薦來尋找拍檔組成雙打，「想夾誰就要在Instagram發訊息給他詢問有沒有興趣，甚至排名較低時，要去到比賽現場填寫表格，寫下自己的排名和聯絡資料，我是Coleman，我排名多少多少，如果有興趣雙打就聯絡我吧！」黃爸爸說這樣的經歷讓Coleman變得不會害羞，夠膽主動爭取及嘗試，Coleman打趣指：「就這樣試試看，結果雙打成績又不錯。現在好多人找我夾雙打，我們倒要看看誰沒找我呢！」這個玩笑中沒有半點誇張，Coleman亦沒被勝利沖昏頭腦，因為知道要進步的空間還有許多。但是經歷過從默默無聞的小球員走到成為歷史上第4位取得兩項雙打大滿貫冠軍的球手，Coleman可以肯定的是，目標做使遙遠，但也絕非不可能。