



新聞稿

即時發放 2011年10月22日

兩華一家Gimme 5 勢師備戰馬拉松

長跑運動已經成為華仁書院的傳統之一，繼去年派出一支共288人的隊伍，參加香港馬拉松比賽，並為母校籌得100萬後，華仁一家基金會(下稱“基金會”)今年再次組成達240人的隊伍，參加在2012年2月5日舉行的香港馬拉松比賽；其中不乏就讀中一、二的華仁仔，他們都已報名參加10公里比賽。今年已經是基金會第5年組隊參加馬拉松，口號是Gimme 5!，目標是吸引更多在學的華仁仔加入，讓他們能夠鍛鍊出強壯的體格，鼓勵他們爭取良好成績，為有需要的同學籌募更多善款，培育一顆“立己助人”的奮鬥心。基金會更希望能鼓勵各界善長踴躍捐輸，成立獎/助學金支持富運動天賦而有需要的同學，裨能提供更多的專業訓練及比賽機會，令他們能一展所長，達致全人發展。

基金會已邀請了專業運動品牌adidas、一眾香港頂尖跑手及熱心校友，開辦3課培訓課程，為各隊員提供既專業又富趣味的長跑運動知識，協助他們為比賽進行適當練習。第一課今天(10月22日)已順利假九龍華仁書院完成。與會隊員達50人，場面熱鬧。

校友嘉賓香港中文大學公共衛生及基層醫療學院臨床教授李大拔教授表示，肥胖引致心血管毛病，亦影響關節以至睡眠質素。華仁帶動長跑運動，有助帶動健康教育，提升學生健康狀況。李教授席間語重心長，提醒一眾學生跑手注意安全。他滿懷信心憑藉華仁仔不屈不撓的精神，這饒富意義的運動項目將更為普及。

前香港田徑代表隊成員李嘉綸先生，隨後和各隊員分享長跑經驗及訓練心得，由呼吸技巧、跑步姿勢、飲食習慣以至安全條件都細說無遺，令全場觀眾獲益良多。他更帶領全隊作熱身及試跑，讓所有人都上了非常寶貴的一課；新、舊隊員都學懂如何為跑畢全程作適當準備。

基金會十分感謝李大拔教授、李嘉綸先生出席特訓和adidas的慷慨支持。他們的經歷，正正表現出香港人團結並為追求夢想努力不懈的特質，今年已有校友承諾，未來1年持續捐助馬拉松隊參賽。基金會呼籲更多校友、華仁仔、老師和家長，出席餘下的2課特訓和支持是次為幫助富運動天賦而有需要的同學的籌款項目，讓華仁“立己助人”的傳統精神能繼續傳承。

傳媒查詢，請電基金會總幹事方永康 手電: 9092 9433/電郵: monty@wahyanonefamily.org

華仁一家2012渣打馬拉松10公里賽隊詳情: http://www.wahyanonefamily.org/m_runners2012.html

adidas資料查詢：廖匡研 手電: 6395 7236/電郵: Jamie.liu@adidas.com



「華仁一家為將來」籌款運動資料

基金會於2007年7月推出「華仁一家為將來」大型籌款運動，目標為籌募港幣1億元，讓母校能實施小班教學、改善師訓、支持學生德育培訓及全人發展。已舉行活動包括慈善步行，高爾夫球賽，電影首影、慈善舞會及音樂晚會等，於廣大校友群及社會賢達鼎力相助下，至今已經籌得超過9,200萬元，其中2,500萬已撥給兩所華仁於2008-2011年度實施小班教學。

華仁一家“2012渣打馬拉松10公里賽”為2011年壓軸籌款項目，目標為成立獎/助學金支持富運動天賦而有需要的同學，俾能提供更多的專業訓練及比賽機會，令他們能一展所長，達致全人發展。

華仁一家基金會及「華仁一家為將來」籌款運動資料詳情請瀏覽:

www.wahyanonefamily.org