

初见黄金宝,是在香港荃湾环贸广场,他经营的单车店内。身穿蓝灰色上衣的他,说话轻柔低沉,一张“娃娃脸”上挂着淳朴的笑容,让人很难将眼前这位温和的中年人与曾叱咤单车赛道多年的“亚洲车王”联系在一起。

对于这位“亚洲车王”来说,正是全运会成就了他的“骑”迹人生——他曾五战全运会、共斩获三枚金牌。而对即将在“家门口”举办的第十五届全国运动会(由广东、香港、澳门三地联合承办,2025年11月9日开幕),他充满期待,直言一定会去观赛。同时,他也希望以自身经历为年轻运动员鼓劲:“阿宝得,大家都得。”盼他们坚守理想、向目标奋进,交出亮眼成绩。



黄金宝与自己的“战车”

线,去反复训练。”

“比赛当天天下着小雨,大家都紧张,因为雨天路滑容易摔跤。”黄金宝至今还记得,当时他与北京名将汤学忠一起骑行完最后10公里,直到冲刺阶段才分出胜负。

此后的全运会赛场,黄金宝不断书写传奇:2001年广东全运会雨战中,他独创的“间歇性加速战术”成为经典案例;2009年山东全运会,36岁的他在最后5公里发起“死亡冲刺”,以绝对优势夺冠……他五次参加全运会,共收获三金二铜,每块奖牌都凝聚着他的汗水与坚持。

黄金宝说,全运会比赛远不止是一场竞技,更是展示实力、追逐梦想的重要舞台。“在那里我们不

全运成就“骑”迹人生

——记“亚洲车王”黄金宝

单车逐梦

今年52岁的黄金宝出生于香港沙田,从小就喜欢骑单车,经常在狭窄的街巷里玩飙车,被邻居称为“单车疯子”。

17岁时,黄金宝成为一名全职运动员,随后一举夺得亚洲青少年锦标赛冠军,初露锋芒。“那时我就定下目标,希望能在亚运会或亚洲锦标赛上夺冠。”黄金宝回忆说。

1994年,前中国国家队教练沈金康来港任教,慧眼相中黄金宝,开始对他加以栽培。

为实现亚洲冠军梦,黄金宝开启“地狱式训练”,他向沈教练承诺4年完成15万公里的骑行。付出终有回报,1998年他成功登上曼谷亚运会冠军领奖台。

在20多年的运动生涯中,黄金宝有许多高光时刻:曾代表中国香港队三夺亚运会公路自行车赛金牌,三度在全运会登顶,被誉为“亚洲车王”。

2007年在西班牙马略卡世界场地单车锦标赛上,黄金宝夺得15公里捕捉赛金牌,成功披上胜利的彩虹战衣。

如今走进他的单车店,彩虹战衣、奖杯奖牌以及骑行服整齐陈列,宛如一个小型展览馆。

“很多人以为我喜欢单车的速度感,或者漂亮的车型,其实我是被那种未到终点不知鹿死谁手的结果吸引。”黄金宝坦言,每次比赛都有可能成功,也可能未达目标。“我的心态是:胜了,不被冲昏头脑;输了,检讨自己的不足。有时遇到强劲对手,虽败犹荣。”

五战全运

在黄金宝的运动生涯中,全运会战绩是浓墨重彩的一笔。他曾创



黄金宝介绍自己获得的奖牌

仅可以与内地运动员加强交流、提高竞技水平,还能助力各项目成绩进步。”他说,在全运会上不断积累的丰富经验,为他在国际赛场取得好成绩奠定了坚实基础。

传承助力

2013年,黄金宝恋恋不舍地告别赛道,转型担任教练。“其实我很想当运动员,但当时我已经40岁了。”谈及退役,黄金宝仍流露出不舍。

2022年,黄金宝又作出新选择——辞去教练职务,开起了单车店。如今的他,不仅带领专业团队推广单车产品,还积极投身慈善活动,举办专业单车培训、与学校合作普及单车运动等。

“我希望在人生下半场,让更多普通市民认识、参与单车运动,为香港体育事业发展出力。”黄金宝说。

现在黄金宝的单车店已成为单车爱好者的聚集地。每当有年轻车手在彩虹战衣和奖牌前驻足,他总会借机鼓励:“这些奖牌证明,不管做任何事,只要愿意付出时间和精力,专注去做,就有成功的机会。”

对于即将由粤港澳三地联合举办的第十五届全国运动会,黄金宝充满期待。“我已经买好门票,除了去看自己喜欢的自行车比赛,还要和儿子一起去看篮球比赛。”他笑称,“我当然有点偏心,希望香港队取得好名次。当然也希望全国的健儿们都能超水平发挥。”

黄金宝认为,此次粤港澳联合举办全运会,是三地体育协同发展的有益尝试。他期待未来三地可以发挥各自优势、融合发展。

黄金宝也向市民朋友发出诚挚邀请,希望大家都能到十五运会场观看比赛。“全国运动会,香港市民也可以出一份力。”(月巧 子江)

造了香港体育史上三个第一:首位全运会个人项目冠军、最年长全运会冠军得主、同一项目三连冠纪录保持者。每项荣誉,都书写着他与全运会的不解之缘。

回想起1997年第一次代表香港参加全国运动会时的情形,黄金宝依旧难掩兴奋:“香港回归祖国当

年,我们能跟全国其他省区市的兄弟姐妹一起参加比赛,一起比拼,很有历史意义。”

黄金宝说,为在比赛中取得好成绩,他甚至提前一个月去勘察比赛场地。“当时知道比赛终点在一个天桥上面,大概要爬升200米,我们专门找了一条相似的路