



◆林峯望多花時間籌備個唱出好歌。

歌影視三棲的林峯，近年都是為影視工作而忙碌，2024終於再次推出新歌《無傷大雅》，由吳林峰為他作曲，是次他不再以新的演繹方法去唱，更邀請了好朋友兼老拍檔周秀娜（娜姐）合作拍歌曲MV。林峯發力出新歌，獲讚歌藝大進步，計劃年底開個唱出好歌，自爆婚姻保鮮秘訣是保持童心。

採、攝 香港文匯報記者子棠

# 發力出新歌 計劃年底開個唱

## 林峯婚姻保鮮秘訣 是保持童心



◆林峯獲讚歌藝大進步。

實好喜歡跳舞，大家都記得我過去演唱會都是又跳又唱，又水又火，多種玩法，再做我都希望多點時間去籌備，帶給大家一點新鮮事物；還想籌備時間多一點，才可以出到好作品，所以大家先期待下，等公司計劃出來，我再同大家講。」

◆林峯獲讚歌藝大進步。

實好喜歡跳舞，大家都記得我過去演唱會都是又跳又唱，又水又火，多種玩法，再做我都希望多點時間去籌備，帶給大家一點新鮮事物；還想籌備時間多一點，才可以出到好作品，所以大家先期待下，等公司計劃出來，我再同大家講。」

◆林峯獲讚歌藝大進步。

實好喜歡跳舞，大家都記得我過去演唱會都是又跳又唱，又水又火，多種玩法，再做我都希望多點時間去籌備，帶給大家一點新鮮事物；還想籌備時間多一點，才可以出到好作品，所以大家先期待下，等公司計劃出來，我再同大家講。」

◆林峯獲讚歌藝大進步。

實好喜歡跳舞，大家都記得我過去演唱會都是又跳又唱，又水又火，多種玩法，再做我都希望多點時間去籌備，帶給大家一點新鮮事物；還想籌備時間多一點，才可以出到好作品，所以大家先期待下，等公司計劃出來，我再同大家講。」

◆林峯獲讚歌藝大進步。

實好喜歡跳舞，大家都記得我過去演唱會都是又跳又唱，又水又火，多種玩法，再做我都希望多點時間去籌備，帶給大家一點新鮮事物；還想籌備時間多一點，才可以出到好作品，所以大家先期待下，等公司計劃出來，我再同大家講。」

◆林峯獲讚歌藝大進步。

實好喜歡跳舞，大家都記得我過去演唱會都是又跳又唱，又水又火，多種玩法，再做我都希望多點時間去籌備，帶給大家一點新鮮事物；還想籌備時間多一點，才可以出到好作品，所以大家先期待下，等公司計劃出來，我再同大家講。」



◆胡楓92歲牛一，獲曾孫夾錢開生日會。

香港文匯報訊（記者 達里）剛度過92歲生日的胡楓（修哥），21日獲家人及好友送上驚喜生日會，除了有4位曾孫祝壽外，圈中有羅蘭、伍仲衡、蝦頭及陳德森導演出席。現場眾人為修哥大唱生日歌，伍仲衡更即場改編《讓一切隨風》祝賀修哥，4位曾孫就笑稱祝太公「29歲」生日，場面歡樂。

修哥表示事前不知道家人為他搞生日會，還以為是曾孫畢業叫他預留時間不要約人，他說：「他們叫我留起下午時間，所以邊個約我都推掉，心想來跟曾孫玩下，原來又不是，結果來到好開心。」修哥笑稱其家人愛搞驚喜，之前他80歲大壽就送了個大驚喜，邀請200位嘉賓到賀，他說：「最難得是一班後生願



◆林峯稱感情需每回保鮮。

奪最受歡迎男歌手的林峯，新歌推出一天，網上頻道已經幾百個留言，不少歌迷大讚他今次用新的演繹方法，歌藝大進步，期待他快些開演唱會，又有指林峯是被影視耽誤了的歌手，甚至有人留言，「阿峯，快點回來香港香港，因為我真是想你多過想我老公！」面對這些留言，林峯笑謂其實自己從來沒有離開過，加盟華納後，《無傷大雅》已經是他的第四首歌，過去幾年時間都得為工作而在香港及不同地方幾邊走，今年他準備錄多幾首新歌，期待可以年底開世界巡迴演唱會，好好與歌迷相聚。

◆林峯稱感情需每回保鮮。

奪最受歡迎男歌手的林峯，新歌推出一天，網上頻道已經幾百個留言，不少歌迷大讚他今次用新的演繹方法，歌藝大進步，期待他快些開演唱會，又有指林峯是被影視耽誤了的歌手，甚至有人留言，「阿峯，快點回來香港香港，因為我真是想你多過想我老公！」面對這些留言，林峯笑謂其實自己從來沒有離開過，加盟華納後，《無傷大雅》已經是他的第四首歌，過去幾年時間都得為工作而在香港及不同地方幾邊走，今年他準備錄多幾首新歌，期待可以年底開世界巡迴演唱會，好好與歌迷相聚。

◆林峯稱感情需每回保鮮。

奪最受歡迎男歌手的林峯，新歌推出一天，網上頻道已經幾百個留言，不少歌迷大讚他今次用新的演繹方法，歌藝大進步，期待他快些開演唱會，又有指林峯是被影視耽誤了的歌手，甚至有人留言，「阿峯，快點回來香港香港，因為我真是想你多過想我老公！」面對這些留言，林峯笑謂其實自己從來沒有離開過，加盟華納後，《無傷大雅》已經是他的第四首歌，過去幾年時間都得為工作而在香港及不同地方幾邊走，今年他準備錄多幾首新歌，期待可以年底開世界巡迴演唱會，好好與歌迷相聚。

◆林峯稱感情需每回保鮮。

奪最受歡迎男歌手的林峯，新歌推出一天，網上頻道已經幾百個留言，不少歌迷大讚他今次用新的演繹方法，歌藝大進步，期待他快些開演唱會，又有指林峯是被影視耽誤了的歌手，甚至有人留言，「阿峯，快點回來香港香港，因為我真是想你多過想我老公！」面對這些留言，林峯笑謂其實自己從來沒有離開過，加盟華納後，《無傷大雅》已經是他的第四首歌，過去幾年時間都得為工作而在香港及不同地方幾邊走，今年他準備錄多幾首新歌，期待可以年底開世界巡迴演唱會，好好與歌迷相聚。

◆林峯稱感情需每回保鮮。

奪最受歡迎男歌手的林峯，新歌推出一天，網上頻道已經幾百個留言，不少歌迷大讚他今次用新的演繹方法，歌藝大進步，期待他快些開演唱會，又有指林峯是被影視耽誤了的歌手，甚至有人留言，「阿峯，快點回來香港香港，因為我真是想你多過想我老公！」面對這些留言，林峯笑謂其實自己從來沒有離開過，加盟華納後，《無傷大雅》已經是他的第四首歌，過去幾年時間都得為工作而在香港及不同地方幾邊走，今年他準備錄多幾首新歌，期待可以年底開世界巡迴演唱會，好好與歌迷相聚。

◆林峯稱感情需每回保鮮。

奪最受歡迎男歌手的林峯，新歌推出一天，網上頻道已經幾百個留言，不少歌迷大讚他今次用新的演繹方法，歌藝大進步，期待他快些開演唱會，又有指林峯是被影視耽誤了的歌手，甚至有人留言，「阿峯，快點回來香港香港，因為我真是想你多過想我老公！」面對這些留言，林峯笑謂其實自己從來沒有離開過，加盟華納後，《無傷大雅》已經是他的第四首歌，過去幾年時間都得為工作而在香港及不同地方幾邊走，今年他準備錄多幾首新歌，期待可以年底開世界巡迴演唱會，好好與歌迷相聚。

◆林峯稱感情需每回保鮮。

奪最受歡迎男歌手的林峯，新歌推出一天，網上頻道已經幾百個留言，不少歌迷大讚他今次用新的演繹方法，歌藝大進步，期待他快些開演唱會，又有指林峯是被影視耽誤了的歌手，甚至有人留言，「阿峯，快點回來香港香港，因為我真是想你多過想我老公！」面對這些留言，林峯笑謂其實自己從來沒有離開過，加盟華納後，《無傷大雅》已經是他的第四首歌，過去幾年時間都得為工作而在香港及不同地方幾邊走，今年他準備錄多幾首新歌，期待可以年底開世界巡迴演唱會，好好與歌迷相聚。



◆余詩曼身穿全紅連身裙空降上海。

香港文匯報訊 余詩曼（阿余）榮獲三料視后後空降上海現身商場活動，並與粉絲互動大玩遊戲，鬥快寫揮春新年賀詞，阿余在現場擺女王POSE說出《新聞女王》劇中金句與粉絲互動，更由粉絲掌鏡，默契搭檔拍攝主播照。現場氣氛熱烈，人氣爆棚。

阿余以全紅連身裙造型亮相，一出場即轟動全場。她表示非常開心來到上海，現場很有過年的氣氛，並希望有時間可以去品嚐上海菜，燻魚、油爆蝦、蹄膀、烤麩都是她的心頭愛。由於之前在上海住過一段時間，認識了很多朋友，所以這次回來準備找朋友一起聚餐。

闊別多年後，第三次拿到視后，阿余表示這次獲獎是對現階段的自己的認可，也是對她未來演藝之路的激勵，也再次提醒她，努力是有回報的，要有突破，以後還要更加努力。此番《新聞女王》成為爆款劇集，其中大女主形象深入人心，在問到生活中的阿余是什麼樣的性格，有沒有與劇中角色相似之處時，阿余坦言現實生活中，自己沒有文慧心那麼不懂得生活，而是會平衡好工作和生活。雖然同是事業型女性，但自己沒有文慧心那麼自信、那麼「強悍」，並笑言自己比文慧心溫柔。

當問到成為劇地臉的秘訣時，余詩曼認為靠的是走心，她習慣在拍攝前深入了解角色，在拍攝中忘掉自己，融入角色，愛戲裏的角色；然後成為劇中的人物。而對於選劇本的原則就是劇本有吸引力，角色有趣，具有挑戰性，目前非常期待可以嘗試還未出演的角色類型。在提到令她印象深刻的角色時，阿余表示最深刻的應該是第一個反派角色——《金枝慾孽》的爾淳，這是她第一次懂得藏著、收著來演戲，對她後續的表演有非常大的啟發。

在詢問接下來的工作計劃時，余詩曼表示忙完目前手上的工作，等過完年會先去巴黎時裝周，準備趁機放鬆一下。關於新年願望，余詩曼則表示希望《新聞女王》的監製及編劇加油，非常期待《新聞女王2》的到來，期待一個更精彩的劇本。

◆余詩曼身穿全紅連身裙空降上海。

香港文匯報訊 余詩曼（阿余）榮獲三料視后後空降上海現身商場活動，並與粉絲互動大玩遊戲，鬥快寫揮春新年賀詞，阿余在現場擺女王POSE說出《新聞女王》劇中金句與粉絲互動，更由粉絲掌鏡，默契搭檔拍攝主播照。現場氣氛熱烈，人氣爆棚。

阿余以全紅連身裙造型亮相，一出場即轟動全場。她表示非常開心來到上海，現場很有過年的氣氛，並希望有時間可以去品嚐上海菜，燻魚、油爆蝦、蹄膀、烤麩都是她的心頭愛。由於之前在上海住過一段時間，認識了很多朋友，所以這次回來準備找朋友一起聚餐。

闊別多年後，第三次拿到視后，阿余表示這次獲獎是對現階段的自己的認可，也是對她未來演藝之路的激勵，也再次提醒她，努力是有回報的，要有突破，以後還要更加努力。此番《新聞女王》成為爆款劇集，其中大女主形象深入人心，在問到生活中的阿余是什麼樣的性格，有沒有與劇中角色相似之處時，阿余坦言現實生活中，自己沒有文慧心那麼不懂得生活，而是會平衡好工作和生活。雖然同是事業型女性，但自己沒有文慧心那麼自信、那麼「強悍」，並笑言自己比文慧心溫柔。

當問到成為劇地臉的秘訣時，余詩曼認為靠的是走心，她習慣在拍攝前深入了解角色，在拍攝中忘掉自己，融入角色，愛戲裏的角色；然後成為劇中的人物。而對於選劇本的原則就是劇本有吸引力，角色有趣，具有挑戰性，目前非常期待可以嘗試還未出演的角色類型。在提到令她印象深刻的角色時，阿余表示最深刻的應該是第一個反派角色——《金枝慾孽》的爾淳，這是她第一次懂得藏著、收著來演戲，對她後續的表演有非常大的啟發。

在詢問接下來的工作計劃時，余詩曼表示忙完目前手上的工作，等過完年會先去巴黎時裝周，準備趁機放鬆一下。關於新年願望，余詩曼則表示希望《新聞女王》的監製及編劇加油，非常期待《新聞女王2》的到來，期待一個更精彩的劇本。

◆余詩曼身穿全紅連身裙空降上海。

香港文匯報訊 余詩曼（阿余）榮獲三料視后後空降上海現身商場活動，並與粉絲互動大玩遊戲，鬥快寫揮春新年賀詞，阿余在現場擺女王POSE說出《新聞女王》劇中金句與粉絲互動，更由粉絲掌鏡，默契搭檔拍攝主播照。現場氣氛熱烈，人氣爆棚。

阿余以全紅連身裙造型亮相，一出場即轟動全場。她表示非常開心來到上海，現場很有過年的氣氛，並希望有時間可以去品嚐上海菜，燻魚、油爆蝦、蹄膀、烤麩都是她的心頭愛。由於之前在上海住過一段時間，認識了很多朋友，所以這次回來準備找朋友一起聚餐。

闊別多年後，第三次拿到視后，阿余表示這次獲獎是對現階段的自己的認可，也是對她未來演藝之路的激勵，也再次提醒她，努力是有回報的，要有突破，以後還要更加努力。此番《新聞女王》成為爆款劇集，其中大女主形象深入人心，在問到生活中的阿余是什麼樣的性格，有沒有與劇中角色相似之處時，阿余坦言現實生活中，自己沒有文慧心那麼不懂得生活，而是會平衡好工作和生活。雖然同是事業型女性，但自己沒有文慧心那麼自信、那麼「強悍」，並笑言自己比文慧心溫柔。

當問到成為劇地臉的秘訣時，余詩曼認為靠的是走心，她習慣在拍攝前深入了解角色，在拍攝中忘掉自己，融入角色，愛戲裏的角色；然後成為劇中的人物。而對於選劇本的原則就是劇本有吸引力，角色有趣，具有挑戰性，目前非常期待可以嘗試還未出演的角色類型。在提到令她印象深刻的角色時，阿余表示最深刻的應該是第一個反派角色——《金枝慾孽》的爾淳，這是她第一次懂得藏著、收著來演戲，對她後續的表演有非常大的啟發。

在詢問接下來的工作計劃時，余詩曼表示忙完目前手上的工作，等過完年會先去巴黎時裝周，準備趁機放鬆一下。關於新年願望，余詩曼則表示希望《新聞女王》的監製及編劇加油，非常期待《新聞女王2》的到來，期待一個更精彩的劇本。

◆余詩曼身穿全紅連身裙空降上海。

香港文匯報訊 余詩曼（阿余）榮獲三料視后後空降上海現身商場活動，並與粉絲互動大玩遊戲，鬥快寫揮春新年賀詞，阿余在現場擺女王POSE說出《新聞女王》劇中金句與粉絲互動，更由粉絲掌鏡，默契搭檔拍攝主播照。現場氣氛熱烈，人氣爆棚。

阿余以全紅連身裙造型亮相，一出場即轟動全場。她表示非常開心來到上海，現場很有過年的氣氛，並希望有時間可以去品嚐上海菜，燻魚、油爆蝦、蹄膀、烤麩都是她的心頭愛。由於之前在上海住過一段時間，認識了很多朋友，所以這次回來準備找朋友一起聚餐。

闊別多年後，第三次拿到視后，阿余表示這次獲獎是對現階段的自己的認可，也是對她未來演藝之路的激勵，也再次提醒她，努力是有回報的，要有突破，以後還要更加努力。此番《新聞女王》成為爆款劇集，其中大女主形象深入人心，在問到生活中的阿余是什麼樣的性格，有沒有與劇中角色相似之處時，阿余坦言現實生活中，自己沒有文慧心那麼不懂得生活，而是會平衡好工作和生活。雖然同是事業型女性，但自己沒有文慧心那麼自信、那麼「強悍」，並笑言自己比文慧心溫柔。

當問到成為劇地臉的秘訣時，余詩曼認為靠的是走心，她習慣在拍攝前深入了解角色，在拍攝中忘掉自己，融入角色，愛戲裏的角色；然後成為劇中的人物。而對於選劇本的原則就是劇本有吸引力，角色有趣，具有挑戰性，目前非常期待可以嘗試還未出演的角色類型。在提到令她印象深刻的角色時，阿余表示最深刻的應該是第一個反派角色——《金枝慾孽》的爾淳，這是她第一次懂得藏著、收著來演戲，對她後續的表演有非常大的啟發。

在詢問接下來的工作計劃時，余詩曼表示忙完目前手上的工作，等過完年會先去巴黎時裝周，準備趁機放鬆一下。關於新年願望，余詩曼則表示希望《新聞女王》的監製及編劇加油，非常期待《新聞女王2》的到來，期待一個更精彩的劇本。

◆余詩曼身穿全紅連身裙空降上海。

香港文匯報訊 余詩曼（阿余）榮獲三料視后後空降上海現身商場活動，並與粉絲互動大玩遊戲，鬥快寫揮春新年賀詞，阿余在現場擺女王POSE說出《新聞女王》劇中金句與粉絲互動，更由粉絲掌鏡，默契搭檔拍攝主播照。現場氣氛熱烈，人氣爆棚。

阿余以全紅連身裙造型亮相，一出場即轟動全場。她表示非常開心來到上海，現場很有過年的氣氛，並希望有時間可以去品嚐上海菜，燻魚、油爆蝦、蹄膀、烤麩都是她的心頭愛。由於之前在上海住過一段時間，認識了很多朋友，所以這次回來準備找朋友一起聚餐。

闊別多年後，第三次拿到視后，阿余表示這次獲獎是對現階段的自己的認可，也是對她未來演藝之路的激勵，也再次提醒她，努力是有回報的，要有突破，以後還要更加努力。此番《新聞女王》成為爆款劇集，其中大女主形象深入人心，在問到生活中的阿余是什麼樣的性格，有沒有與劇中角色相似之處時，阿余坦言現實生活中，自己沒有文慧心那麼不懂得生活，而是會平衡好工作和生活。雖然同是事業型女性，但自己沒有文慧心那麼自信、那麼「強悍」，並笑言自己比文慧心溫柔。

當問到成為劇地臉的秘訣時，余詩曼認為靠的是走心，她習慣在拍攝前深入了解角色，在拍攝中忘掉自己，融入角色，愛戲裏的角色；然後成為劇中的人物。而對於選劇本的原則就是劇本有吸引力，角色有趣，具有挑戰性，目前非常期待可以嘗試還未出演的角色類型。在提到令她印象深刻的角色時，阿余表示最深刻的應該是第一個反派角色——《金枝慾孽》的爾淳，這是她第一次懂得藏著、收著來演戲，對她後續的表演有非常大的啟發。

在詢問接下來的工作計劃時，余詩曼表示忙完目前手上的工作，等過完年會先去巴黎時裝周，準備趁機放鬆一下。關於新年願望，余詩曼則表示希望《新聞女王》的監製及編劇加油，非常期待《新聞女王2》的到來，期待一個更精彩的劇本。

◆余詩曼身穿全紅連身裙空降上海。

香港文匯報訊 余詩曼（阿余）榮獲三料視后後空降上海現身商場活動，並與粉絲互動大玩遊戲，鬥快寫揮春新年賀詞，阿余在現場擺女王POSE說出《新聞女王》劇中金句與粉絲互動，更由粉絲掌鏡，默契搭檔拍攝主播照。現場氣氛熱烈，人氣爆棚。

阿余以全紅連身裙造型亮相，一出場即轟動全場。她表示非常開心來到上海，現場很有過年的氣氛，並希望有時間可以去品嚐上海菜，燻魚、油爆蝦、蹄膀、烤麩都是她的心頭愛。由於之前在上海住過一段時間，認識了很多朋友，所以這次回來準備找朋友一起聚餐。

闊別多年後，第三次拿到視后，阿余表示這次獲獎是對現階段的自己的認可，也是對她未來演藝之路的激勵，也再次提醒她，努力是有回報的，要有突破，以後還要更加努力。此番《新聞女王》成為爆款劇集，其中大女主形象深入人心，在問到生活中的阿余是什麼樣的性格，有沒有與劇中角色相似之處時，阿余坦言現實生活中，自己沒有文慧心那麼不懂得生活，而是會平衡好工作和生活。雖然同是事業型女性，但自己沒有文慧心那麼自信、那麼「強悍」，並笑言自己比文慧心溫柔。

當問到成為劇地臉的秘訣時，余詩曼認為靠的是走心，她習慣在拍攝前深入了解角色，在拍攝中忘掉自己，融入角色，愛戲裏的角色；然後成為劇中的人物。而對於選劇本的原則就是劇本有吸引力，角色有趣，具有挑戰性，目前非常期待可以嘗試還未出演的角色類型。在提到令她印象深刻的角色時，阿余表示最深刻的應該是第一個反派角色——《金枝慾孽》的爾淳，這是她第一次懂得藏著、收著來演戲，對她後續的表演有非常大的啟發。

在詢問接下來的工作計劃時，余詩曼表示忙完目前手上的工作，等過完年會先去巴黎時裝周，準備趁機放鬆一下。關於新年願望，余詩曼則表示希望《新聞女王》的監製及編劇加油，非常期待《新聞女王2》的到來，期待一個更精彩的劇本。

◆余詩曼身穿全紅連身裙空降上海。

香港文匯報訊 余詩曼（阿余）榮獲三料視后後空降上海現身商場活動，並與粉絲互動大玩遊戲，鬥快寫揮春新年賀詞，阿余在現場擺女王POSE說出《新聞女王》劇中金句與粉絲互動，更由粉絲掌鏡，默契搭檔拍攝主播照。現場氣氛熱烈，人氣爆棚。

阿余以全紅連身裙造型亮相，一出場即轟動全場。她表示非常開心來到上海，現場很有過年的氣氛，並希望有時間可以去品嚐上海菜，燻魚、油爆蝦、蹄膀、烤麩都是她的心頭愛。由於之前在上海住過一段時間，認識了很多朋友，所以這次回來準備找朋友一起聚餐。

闊別多年後，第三次拿到視后，阿余表示這次獲獎是對現階段的自己的認可，也是對她未來演藝之路的激勵，也再次提醒她，努力是有回報的，要有突破，以後還要更加努力。此番《新聞女王》成為爆款劇集，其中大女主形象深入人心，在問到生活中的阿余是什麼樣的性格，有沒有與劇中角色相似之處時，阿余坦言現實生活中，自己沒有文慧心那麼不懂得生活，而是會平衡好工作和生活。雖然同是事業型女性，但自己沒有文慧心那麼自信、那麼「強悍」，並笑言自己比文慧心溫柔。

當問到成為劇地臉的秘訣時，余詩曼認為靠的是走心，她習慣在拍攝前深入了解角色，在拍攝中忘掉自己，融入角色，愛戲裏的角色；然後成為劇中的人物。而對於選劇本的原則就是劇本有吸引力，角色有趣，具有挑戰性，目前非常期待可以嘗試還未出演的角色類型。在提到令她印象深刻的角色時，阿余表示最深刻的應該是第一個反派角色——《金枝慾孽》的爾淳，這是她第一次懂得藏著、收著來演戲，對她後續的表演有非常大的啟發。

在詢問接下來的工作計劃時，余詩曼表示忙完目前手上的工作，等過完年會先去巴黎時裝周，準備趁機放鬆一下。關於新年願望，余詩曼則表示希望《新聞女王》的監製及編劇加油，非常期待《新聞女王2》的到來，期待一個更精彩的劇本。

◆一班藝員亦有積極參與賽事。

香港文匯報訊（記者 子棠）《渣打馬拉松2024》21日舉行，吸引了不少藝人參與，最矚目的莫過於影帝周潤發（發哥）和懷有7個月身孕的梁諾妍（Inez）；而TVB藝員林淑敏、何沛珈、崔錦棠、許家傑等亦拉隊支持。參賽圈中人還有蔡一智、周加怡、譚曼萱、麥子樂、吳嘉禧等。

出名親切的發哥完成21公里半馬賽抵達終點時，立即引起哄動，跑手們紛紛舉起手機拍攝他的英姿。不過全程笑容滿面的發哥就被發現左手有兩道傷痕，左邊褲子也穿了個小洞，疑似有擦傷痕跡。對於2小時19分的成績，發哥笑言較心目中的目標慢了4分鐘，但算有交代，而策略是留前鬥後。問到是否沿路一直被集郵？發哥感激獲跑友開路，否則跑不到；至於大部分跑手都覺得困難的西隧路段，發哥就覺得並不難，並喜見很多長者都有跑。他又笑指開跑前只吃了飯糰和雞蛋，完賽後想吃豬腸粉，再加碗仔翅補一補。至於會否挑戰全馬賽，他稱要先達成2小時內跑半馬，現齡68歲的他笑言應該90歲做到，着大家等等。問到可有興趣拍跑步題材的電影？他又幽默說：「阿甘精神，香港跑勻全世界；阿甘精神，跑鬼死人！」受訪後，發哥還十分親民地應邀與傳媒和圍觀跑手自拍，盡力滿足大家。

Inez縱使懷着7個月的身孕也參與10公里賽，並以1小時4分完成，她高興指比自己預期快了6分鐘。搞笑的是老公洪永城因有工作未有陪跑，特別在她的背部扣上「Child in car」的警示牌；她又笑指跑步期間被腹中寶寶不斷踢，好似鼓勵她叫她跑快些。

林淑敏與何沛珈等參與10公里賽，並相約賽前和賽後合照，猶如跑前跑後做對照。以1小時6分鐘完成賽事的林淑敏對成績滿意，雖然之前哮喘發作尚未完全康復，但賽事進行期間跑得很舒服，反而是跑完後有幾聲咳，有意明年挑戰半馬。笑指她未有跟劇集《愛·回家之開心速遞》的「老公」許家傑「夫妻檔」；她直指對方首次參賽就挑戰半馬，還講明下次跑全馬，自己連對方的車尾燈都追不上。許家傑以1小時46分完成半馬賽，他搞笑指跑後感是「好難過」，因人多好難跑過其他跑手。

◆梁諾妍挺孕肚上陣，好犀利。

◆一班藝員亦有積極參與賽事。

香港文匯報訊（記者 子棠）《渣打馬拉松2024》21日舉行，吸引了不少藝人參與，最矚目的莫過於影帝周潤發（發哥）和懷有7個月身孕的梁諾妍（Inez）；而TVB藝員林淑敏、何沛珈、崔錦棠、許家傑等亦拉隊支持。參賽圈中人還有蔡一智、周加怡、譚曼萱、麥子樂、吳嘉禧等。

出名親切的發哥完成21公里半馬賽抵達終點時，立即引起哄動，跑手們紛紛舉起手機拍攝他的英姿。不過全程笑容滿面的發哥就被發現左手有兩道傷痕，左邊褲子也穿了個小洞，疑似有擦傷痕跡。對於2小時19分的成績，發哥笑言較心目中的目標慢了4分鐘，但算有交代，而策略是留前鬥後。問到是否沿路一直被集郵？發哥感激獲跑友開路，否則跑不到；至於大部分跑手都覺得困難的西隧路段，發哥就覺得並不難，並喜見很多長者都有跑。他又笑指開跑前只吃了飯糰和雞蛋，完賽後想吃豬腸粉，再加碗仔翅補一補。至於會否挑戰全馬賽，他稱要先達成2小時內跑半馬，現齡68歲的他笑言應該90歲做到，着大家等等。問到可有興趣拍跑步題材的電影？他又幽默說：「阿甘精神，香港跑勻全世界；阿甘精神，跑鬼死人！」受訪後，發哥還十分親民地應邀與傳媒和圍觀跑手自拍，盡力滿足大家。

Inez縱使懷着7個月的身孕也參與10公里賽，並以1小時4分完成，她高興指比自己預期快了6分鐘。搞笑的是老公洪永城因有工作未有陪跑，特別在她的背部扣上「Child in car」的警示牌；她又笑指跑步期間被腹中寶寶不斷踢，好似鼓勵她叫她跑快些。

林淑敏與何沛珈等參與10公里賽，並相約賽前和賽後合照，猶如跑前跑後做對照。以1小時6分鐘完成賽事的林淑敏對成績滿意，雖然之前哮喘發作尚未完全康復，但賽事進行期間跑得很舒服，反而是跑完後有幾聲咳，有意明年挑戰半馬。笑指她未有跟劇集《愛·回家之開心速遞》的「老公」許家傑「夫妻檔」；她直指對方首次參賽就挑戰半馬，還講明下次跑全馬，自己連對方的車尾燈都追不上。許家傑以1小時46分完成半馬賽，他搞笑指跑後感是「好難過」，因人多好難跑過其他跑手。

◆梁諾妍挺孕肚上陣，好犀利。

◆一班藝員亦有積極參與賽事。

香港文匯報訊（記者 子棠）《渣打馬拉松2024》21日舉行，吸引了不少藝人參與，最矚目的莫過於影帝周潤發（發哥）和懷有7個月身孕的梁諾妍（Inez）；而TVB藝員林淑敏、何沛珈、崔錦棠、許家傑等亦拉隊支持。參賽圈中人還有蔡一智、周加怡、譚曼萱、麥子樂、吳嘉禧等。

出名親切的發哥完成21公里半馬賽抵達終點時，立即引起哄動，跑手們紛紛舉起手機拍攝他的英姿。不過全程笑容滿面的發哥就被發現左手有兩道傷痕，左邊褲子也穿了個小洞，疑似有擦傷痕跡。對於2小時19分的成績，發哥笑言較心目中的目標慢了4分鐘，但算有交代，而策略是留前鬥後。問到是否沿路一直被集郵？發哥感激獲跑友開路，否則跑不到；至於大部分跑手都覺得困難的西隧路段，發哥就覺得並不難，並喜見很多長者都有跑。他又笑指開跑前只吃了飯糰和雞蛋，完賽後想吃豬腸粉，再加碗仔翅補一補。至於會否挑戰全馬賽，他稱要先達成2小時內跑半馬，現齡68歲的他笑言應該90歲做到，着大家等等。問到可有興趣拍跑步題材的電影？他又幽默說：「阿甘精神，香港跑勻全世界；阿甘精神，跑鬼死人！」受訪後，發哥還十分親民地應邀與傳媒和圍觀跑手自拍，盡力滿足大家。

Inez縱使懷着7個月的身孕也參與10公里賽，並以1小時4分完成，她高興指比自己預期快了6分鐘。搞笑的是老公洪永城因有工作未有陪跑，特別在她的背部扣上「Child in car」的警示牌；她又笑指跑步期間被腹中寶寶不斷踢，好似鼓勵她叫她跑快些。

林淑敏與何沛珈等參與10公里賽，並相約賽前和賽後合照，猶如跑前跑後做對照。以1小時6分鐘完成賽事的林淑敏對成績滿意，雖然之前哮喘發作尚未完全康復，但賽事進行期間跑得很舒服，反而是跑完後有幾聲咳，有意明年挑戰半馬。笑指她未有跟劇集《愛·回家之開心速遞》的「老公」許家傑「夫妻檔」；她直指對方首次參賽就挑戰半馬，還講明下次跑全馬，自己連對方的車尾燈都追不上。許家傑以1小時46分完成半馬賽，他搞笑指跑後感是「好難過」，因人多好難跑過其他跑手。

◆梁諾妍挺孕肚上陣，好犀利。

◆一班藝員亦有積極參與賽事。

香港文匯報訊（記者 子棠）《渣打馬拉松2024》21日舉行，吸引了不少藝人參與，最矚目的莫過於影帝周潤發（發哥）和懷有7個月身孕的梁諾妍（Inez）；而TVB藝員林淑敏、何沛珈、崔錦棠、許家傑等亦拉隊支持。參賽圈中人還有蔡一智、周加怡、譚曼萱、麥子樂、吳嘉禧等。

出名親切的發哥完成21公里半馬賽抵達終點時，立即引起哄動，跑手們紛紛舉起手機拍攝他的英姿。不過全程笑容滿面的發哥就被發現左手有兩道傷痕，左邊褲子也穿了個小洞，疑似有擦傷痕跡。對於2小時19分的成績，發哥笑言較心目中的目標慢了4分鐘，但算有交代，而策略是留前鬥後。問到是否沿路一直被集郵？發哥感激獲跑友開路，否則跑不到；至於大部分跑手都覺得困難的西隧路段，發哥就覺得並不難，並喜見很多長者都有跑。他又笑指開跑前只吃了飯糰和雞蛋，完賽後想吃豬腸粉，再加碗仔翅補一補。至於會否挑戰全馬賽，他稱要先達成2小時內跑半馬，現齡68歲的他笑言應該90歲做到，着大家等等。問到可有興趣拍跑步題材的電影？他又幽默說：「阿甘精神，香港跑勻全世界；阿甘精神，跑鬼死人！」受訪後，發哥還十分親民地應邀與傳媒和圍觀跑手自拍，盡力滿足大家。

Inez縱使懷着7個月的身孕也參與10公里賽，並以1小時4分完成，她高興指比自己預期快了6分鐘。搞笑的是老公洪永城因有工作未有陪跑，特別在她的背部扣上「Child in car」的警示牌；她又笑指跑步期間被腹中寶寶不斷踢，好似鼓勵她叫她跑快些。

林淑敏與何沛珈等參與10公里賽，並相約賽前和賽後合照，猶如跑前跑後做對照。以1小時6分鐘完成賽事的林淑敏對成績滿意，雖然之前哮喘發作尚未完全康復，但賽事進行期間跑得很舒服，反而是跑完後有幾聲咳，有意明年挑戰半馬。笑指她未有跟劇集《愛·回家之開心速遞》的「老公」許家傑「夫妻檔」；她直指對方首次參賽就挑戰半馬，還講明下次跑全馬，自己連對方的車尾燈都追不上。許家傑以1小時46分完成半馬賽，他搞笑指跑後感是「好難過」，因人多好難跑過其他跑手。

◆梁諾妍挺孕肚上陣，好犀利。

◆一班藝員亦有積極參與賽事。

香港文匯報訊（記者 子棠）《渣打馬拉松2024》21日舉行，吸引了不少藝人參與，最矚目的莫過於影帝周潤發（發哥）和懷有7個月身孕的梁諾妍（Inez）；而TVB藝員林淑敏、何沛珈、崔錦棠、許家傑等亦拉隊支持。參賽圈中人還有蔡一智、周加怡、譚曼萱、麥子樂、吳嘉禧等。

出名親切的發哥完成21公里半馬賽抵達終點時，立即引起哄動，跑手們紛紛舉起手機拍攝他的英姿。不過全程笑容滿面的發哥就被發現左手有兩道傷痕，左邊褲子也穿了個小洞，疑似有擦傷痕跡。對於2小時19分的成績，發哥笑言較心目中的目標慢了4分鐘，但算有交代，而策略是留前鬥後。問到是否沿路一直被集郵？發哥感激獲跑友開路，否則跑不到；至於大部分跑手都覺得困難的西隧路段，發哥就覺得並不難，並喜見很多長者都有跑。他又笑指開跑前只吃了飯糰和雞蛋，完賽後想吃豬腸粉，再加碗仔翅補一補。至於會否挑戰全馬賽，他稱要先達成2小時內跑半馬，現齡68歲的他笑言應該90歲做到，着大家等等。問到可有興趣拍跑步題材的電影？他又幽默說：「阿甘精神，香港跑勻全世界；阿甘精神，跑鬼死人！」受訪後，發哥還十分親民地應邀與傳媒和圍觀跑手自拍，盡力滿足大家。

Inez縱使懷着7個月的身孕也參與10公里賽，並以1小時4分完成，她高興指比自己預期快了6分鐘。搞笑的是老公洪永城因有工作未有陪跑，特別在她的背部扣上「Child in car」的警示牌；她又笑指跑步期間被腹中寶寶不斷踢，好似鼓勵她叫她跑快些。

林淑敏與何沛珈等參與10公里賽，並相約賽前和賽後合照，猶如跑前跑後做對照。以1小時6分鐘完成賽事的林淑敏對成績滿意，雖然之前哮喘發作尚未完全康復，但賽事進行期間跑得很舒服，反而是跑完後有幾聲咳，有意明年挑戰半馬。笑指她未有跟劇集《愛·回家之開心速遞》的「老公」許家傑「夫妻檔」；她直指對方首次參賽就挑戰半馬，還講明下次跑全馬，自己連對方的車尾燈都追不上。許家傑以1小時46分完成半馬賽，他搞笑指跑後感是「好難過」，因人多好難跑過其他跑手。

◆梁諾妍挺孕肚上陣，好犀利。

◆一班藝員亦有積極參與賽事。

香港文匯報訊（記者 子棠）《渣打馬拉松2024》21日舉行，吸引了不少藝人參與，最矚目的莫過於影帝周潤發（發哥）和懷有7個月身孕的梁諾妍（Inez）；而TVB藝員林淑敏、何沛珈、崔錦棠、許家傑等亦拉隊支持。參賽圈中人還有蔡一智、周加怡、譚曼萱、麥子樂、吳嘉禧等。

出名親切的發哥完成21公里半馬賽抵達終點時，立即引起哄動，跑手們紛紛舉起手機拍攝他的英姿。不過全程笑容滿面的發哥就被發現左手有兩道傷痕，左邊褲子也穿了個小洞，疑似有擦傷痕跡。對於2小時19分的成績，發哥笑言較心目中的目標慢了4分鐘，但算有交代，而策略是留前鬥後。問到是否沿路一直被集郵？發哥感激獲跑友開路，否則跑不到；至於大部分跑手都覺得困難的西隧路段，發哥就覺得並不難，並喜見很多長者都有跑。他又笑指開跑前只吃了飯糰和雞蛋，完賽後想吃豬腸粉，再加碗仔翅補一補。至於會否挑戰全馬賽，他稱要先達成2小時內跑半馬，現齡68歲的他笑言應該90歲做到，着大家等等。問到可有興趣拍跑步題材的電影？他又幽默說：「阿甘精神，香港跑勻全世界；阿甘精神，跑鬼死人！」受訪後，發哥還十分親民地應邀與傳媒和圍觀跑手自拍，盡力滿足大家。

Inez縱使懷着7個月的身孕也參與10公里賽，並以1小時4分完成，她高興指比自己預期快了6分鐘。搞笑的是老公洪永城因有工作未有陪跑，特別在她的背部扣上「Child in car」的警示牌；她又笑指跑步期間被腹中寶寶不斷踢，好似鼓勵她叫她跑快些。

林淑敏與何沛珈等參與10公里賽，並相約賽前和賽後合照，猶如跑前跑後做對照。以1小時6分鐘完成賽事的林淑敏對成績滿意，雖然之前哮喘發作尚未完全康復，但賽事進行期間跑得很舒服，反而是跑完後有幾聲咳，有意明年挑戰半馬。笑指她未有跟劇集《愛·回家之開心速遞》的「老公」許家傑「夫妻檔」；她直指對方首次參賽就挑戰半馬，還講明下次跑全馬，自己連對方的車尾燈都追不上。許家傑以1小時46分完成半馬賽，他搞笑指跑後感是「好難過」，因人多好難跑過其他跑手。

◆梁諾妍挺孕肚上陣，好犀利。