

▲ 鄭任安夫人千禧小學
2025-2026年度校外活動成績 (至27-2-2026止)

(二)體育

A) 跳繩

02_A01 全港校際花式跳繩錦標賽2025

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
29/6/2025	高小女子組 30秒朋友跳	冠軍	六仁	佘曉彤
		冠軍	六仁	李芷純
	中小男子組 30秒朋友跳	冠軍	三行	黃柏翹
		冠軍	四博	張穎霖
	中小男子組 30秒橫排跳	冠軍	五博	陸鏗善
		冠軍	五行	林滿庭
	中小女子組 30秒橫排跳	亞軍	四愛	楊穎翹
		亞軍	五仁	霍卉喬
	中小男子組 30秒朋友跳	亞軍	五博	何昊劭
		亞軍	五仁	梁貽誠
	初小女子組 30秒橫排跳	亞軍	三愛	陸柔善
		亞軍	三行	林川扉
	五年級女子組 30秒後繩雙腳速度跳	冠軍	六仁	佘曉彤
	六年級女子組 30秒交叉開速度跳	亞軍	2425六博	張樂怡
	五年級男子組 30秒交叉開速度跳	亞軍	六愛	鍾曜謙
	四年級男子組 30秒後交叉開速度跳	季軍	五博	何昊劭
	三年級男子組 30秒交叉開速度跳	冠軍	四愛	鍾朗賢
	三年級男子組 30秒單車步速度跳	冠軍	四德	蘇梓珀
	三年級女子組 30秒後交叉開速度跳	冠軍	四仁	鍾海琳
	二年級女子組 30秒後交叉開速度跳	冠軍	三行	林川扉
	四年級男子組 30秒單車步速度跳	冠軍	五行	林滿庭
	三年級男子組 30秒單車步速度跳	季軍	四博	張穎霖
	五年級男子組 30秒二重速度跳	冠軍	六仁	鄭俊謙
	四年級男子組 30秒二重速度跳	冠軍	五博	陸鏗善
	四年級女子組 30秒二重速度跳	季軍	五博	岑卓霏
	五年級女子組 30秒二重速度跳	冠軍	六仁	李芷純
	六年級女子組 45秒個人花式賽	冠軍	2425六仁	鄒昕蕎
	四年級女子組 45秒個人花式賽	冠軍	五仁	霍卉喬
	三年級男子組 45秒個人花式賽	冠軍	四德	李進希
	五年級男子組 45秒個人花式賽	亞軍	六博	鍾灝霆
	二年級女子組 45秒個人花式賽	冠軍	三愛	陸柔善
	二年級男子組 45秒個人花式賽	冠軍	三行	黃柏翹
	三年級女子組 45秒個人花式賽	冠軍	四愛	楊穎翹
	小學組 30秒交互繩雙腳速度跳	季軍	六博	鍾灝霆
		季軍	六仁	鄭俊謙
		季軍	五博	陸鏗善
	小學組 1分鐘大繩走8字	季軍	2425六博	張樂怡
		季軍	三愛	陸柔善
		季軍	三行	黃柏翹
		季軍	三行	林川扉
		季軍	四行	龐瀟
		季軍	五博	岑卓霏
季軍		五仁	胡竣喬	
季軍		六愛	林芊辰	
季軍		六愛	黃以柔	
	亞軍	2425六仁	鄒昕蕎	

小學組	表演盃	亞軍	四博	張穎霖	
		亞軍	四愛	鍾朗賢	
		亞軍	四愛	楊穎翹	
		亞軍	四仁	鍾海琳	
		亞軍	四德	李進希	
		亞軍	五博	岑卓霏	
		亞軍	五博	陸鏗善	
		亞軍	五行	林滿庭	
		亞軍	五仁	霍卉喬	
		亞軍	六博	鍾灝霆	
		亞軍	六博	龐巧悅	
		亞軍	六愛	鍾曜謙	
		亞軍	六愛	林芊辰	
		亞軍	六仁	鄭俊謙	
		亞軍	六仁	李芷純	
		亞軍	六仁	余曉彤	
		校際總成績	亞軍	三愛	陸柔善
				三行	黃柏翹
	三行			林川扉	
	四博			張穎霖	
	四愛			鍾朗賢	
	四愛			楊穎翹	
	四行			龐靜	
	四仁			鍾海琳	
	四德			李進希	
	五博			陸鏗善	
	五博			岑卓霏	
	五行			林滿庭	
五仁	霍卉喬				
五仁	胡竣喬				
六博	鍾灝霆				
六博	龐巧悅				
六愛	鍾曜謙				
六愛	林芊辰				
六愛	黃以柔				
六仁	余曉彤				
六仁	李芷純				
六仁	鄭俊謙				
2425六博	張樂怡				
2425六仁	鄒昕蕎				

02_A02 JRM全港速度跳繩比賽2025

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名	
1/7/2025	男子組2016年組	15秒雙腳前跳	冠軍	四愛	鍾朗賢
		15秒交叉開跳	冠軍		
		15秒開合跳	亞軍		
		15秒二重跳	季軍		
		15秒單車步	殿軍		
		男子組2015年組	15秒單車步		
	15秒二重跳	冠軍			
	15秒開合跳	亞軍			
	15秒交叉開跳	亞軍			
	雙腳前跳	殿軍			
	個人總成績	季軍			
	女子組2014年組	15秒雙腳前跳	冠軍		

	15秒交叉開跳 15秒單車步 15秒二重跳 15秒開合跳 個人總成績 十八區小學女子組屯門區	冠軍 亞軍 亞軍 季軍 季軍 MVP	五仁	霍卉喬
男子組2014年組	15秒雙腳前跳 15秒二重跳 15秒交叉開跳 15秒單車步 個人總成績 十八區小學男子組屯門區	冠軍 亞軍 冠軍 季軍 季軍 MVP	六博	鍾灝霆
男子組2013年組	15秒交叉開跳 15秒二重跳 個人總成績 15秒開合跳 15秒單車步 二重跳	冠軍 冠軍 亞軍 冠軍 亞軍 全場總冠軍	六仁	鄭俊謙
男子組9歲	15秒雙腳前跳 15秒單車步 15秒開合跳	冠軍 季軍 冠軍	四博	張穎霖

02_A03 Super Jump全港跳繩錦標賽2025

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名	
25/8/2025	10歲男子組	30秒二重跳	亞軍	五博	何昊劭
		30秒單車步	季軍		
		摩打腳跳繩速度賽	亞軍		
	9歲男子組	30秒前交叉開速度跳	冠軍	四愛	鍾朗賢
		30秒個人花式賽	冠軍		
		30秒單車步速度跳	亞軍		
		個人總成績	冠軍		
	7歲男子組	30秒前交叉開速度跳	冠軍	二仁	鍾浣玢
		30秒單車步速度跳	季軍		
		30秒個人花式賽	季軍		
		個人總成績	亞軍		
	9歲女子組	30秒前交叉開速度跳	冠軍	四仁	鍾海琳
		30秒單車步速度跳	亞軍		
		30秒個人花式賽	季軍		
		個人總成績	冠軍		

02_A04 全港分區小學跳繩比賽2025屯門區

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名	
22/6/2025	男子初級組	交叉開跳	冠軍	四愛	鍾朗賢
		側擺開跳(左右)	季軍		
	女子初級組	交叉開跳	亞軍	四仁	鍾海琳
		三人大繩	季軍		
		側擺開跳(左右)	殿軍		
	女子高級組	二重跳	亞軍	五仁	霍卉喬
		單車步	亞軍		
	男子高級組	單車步	亞軍	六仁	鄭俊謙
		二重跳	季軍		
	男子高級組	後側擺開跳	冠軍	六博	鍾灝霆

男子初級組	30秒單車步	冠軍	三行	黃柏翹
	30秒二重跳	季軍		
女子初級組	二重跳	冠軍	四愛	楊穎翹
	單車步	亞軍		
	三人大繩	季軍		
男子高級組	單車步	冠軍	五博	陸鏗善
	二重跳	冠軍		
女子初級組	單車步	亞軍	三愛	陸柔善
	二重跳	季軍		
	三人大繩	季軍		
男子初級組	單車步	季軍	四博	張穎霖

02_A05 跳繩強心--全港校際花式跳繩比賽2025

小學甲組全場總成績 優異獎

日期	項目	班別 / 學生姓名	
12/7/2025	小學甲組	四博	張穎霖(後備)
		四愛	鍾朗賢(後備) 楊穎翹
		四仁	鍾海琳(後備)
		四德	李進希
		五博	陸鏗善 岑卓霏
		五行	林滿庭
		五仁	霍卉喬
		六博	鍾灝霆 龐巧悅
		六愛	鍾曜謙 林芊辰 黃以柔(後)
		六仁	鄭俊謙 李沚純 余曉彤
	2425六仁	鄒昕蕎	

02_A06 2025仁愛堂跳繩比賽

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名	
7/10/2025	12歲男子組	30秒二重跳	冠軍	六仁	鄭俊謙
		30秒單車步	冠軍		
		15秒雙腳跳	冠軍		
		30秒交叉開	亞軍		
		個人總成績	冠軍		
	11歲男子組	15秒單人雙腳跳	冠軍	六博	鍾灝霆
		30秒單人單車步	亞軍		
	10歲男子組	30秒單人交叉開	冠軍	五行	林滿庭
		15秒單人雙腳跳	亞軍		
		30秒單人單車步	亞軍		
		30秒單人二重跳	季軍		
		個人總成績	冠軍		
	9歲男子組	15秒單人雙腳跳	亞軍	四愛	鍾朗賢
	11歲女子組	30秒單人單車步	冠軍	五仁	霍卉喬
		30秒單人二重跳A組	冠軍		
		15秒單人雙腳跳	季軍		
	9歲女子組	15秒單人雙腳跳	季軍	四博	吳沛如
	9歲女子組	15秒單人雙腳跳	冠軍	四愛	楊穎翹
		30秒單人二重跳	亞軍		
		30秒交叉開	冠軍		
30秒單車步		冠軍			
個人總成績		冠軍			
7歲女子組	15秒單人雙腳跳	殿軍	二仁	馬榮榆	

02_A07 全港分齡跳繩比賽

個人項目

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
5/10/2025	10-11歲男子組 單人繩個人花式 單人繩速度耐力跳 全場	冠軍	五博	陸鏗善
		亞軍		
		總冠軍		

團體項目

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
19/10/2025	14歲或以下男子挑戰組 單人繩二重跳接力 團體二人單人繩花式 團體三人交互繩花式 單人繩四人速度跳接 交互繩四人速度跳接 全場總成績	冠軍	五博	陸鏗善
		亞軍		
		亞軍		
		季軍		
		季軍		
		亞軍		

02_A08 準繩道. 花式跳繩準大師賽

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
1/11/2025	男子組2016年組 跨下一式 後交叉開跳 側擺交叉跳	冠軍	四愛	鍾朗賢
		殿軍		
		殿軍		
	女子組2014年組別 二重跳 側擺交叉跳 單車步 總成績	冠軍	五仁	霍卉喬
		季軍		
		季軍		
		季軍		

02_A09 迎國慶沙田電子花式跳繩公開賽

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
21/9/2025	男子組2015年組 1分鐘單車步耐力跳 30秒開合腳跳	亞軍	五行	林滿庭
		季軍		

02_A10 全港交互繩錦標賽

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
5/10/2025	12歲或以下混合組 75秒交互繩指定花式賽 30秒交換繩二重跳速度賽 1分鐘交互繩單車跳速度賽	冠軍	六博	龐巧悅
		冠軍		
		季軍		

02_A11 第五屆粵港澳大灣區學生體育節粵港澳大灣區中小學跳繩比賽

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
11/10/2025	精英小學組男子組 個人花樣比賽	第六名	五行	林滿庭

02_A12 香港港島青年聯會 春季全港個人全能跳繩錦標賽2025

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
27/4/2025	8歲男子組 45秒個人花式 二重跳 全場總成績	冠軍	五行	黃柏翹
		亞軍		
		亞軍		

02_A13 第三屆新界區際跳繩錦標賽暨公開賽

日期	項目	獲獎名次	班別/姓名	
23/11/2025	10-12歲女子組 團體	季軍	六博	龐巧悅
			六仁	李訖純 余曉彤

			五仁	霍卉喬
	30秒四人大繩跳	季軍	六博 六仁 五仁	龐巧悅 李訖純 霍卉喬
	30秒朋友跳	亞軍	六仁	李訖純 余曉彤
10-12歲男子組	團體	冠軍	六博 六仁 五博 五行	鍾灝霆 鄭俊謙 陸鏗善 林滿庭
	30秒四人大繩跳	冠軍	六博 六仁 五博 五行	鍾灝霆 鄭俊謙 陸鏗善 林滿庭
	30秒朋友跳	亞軍	六博 六仁	鍾灝霆 鄭俊謙
	2x30秒單車步速度接力跳	冠軍	六博 五博	鍾灝霆 陸鏗善
12歲組別	個人賽	冠軍	六仁	鄭俊謙
11歲組別	個人賽	殿軍	六博	鍾灝霆
10歲組別	個人賽	亞軍	五博	陸鏗善
12歲組別	30秒單車步	冠軍		
	30秒交叉開跳	冠軍	六仁	鄭俊謙
	30秒二重跳	冠軍		
11歲組別	30秒交叉開跳	季軍	六博	鍾灝霆
10歲組別	30秒二重跳	冠軍	五博	陸鏗善
9歲或以下男子組	團體	季軍	四博 四愛 四德 三行	張穎霖 鍾朗賢 李進希 黃柏翹
	30秒四人大繩跳	季軍	四博 四愛 四德 三行	張穎霖 鍾朗賢 李進希 黃柏翹
	30秒朋友跳	亞軍	四博 三行	張穎霖 黃柏翹
	2x30秒單車步速度接力跳	季軍	四愛 四德	鍾朗賢 李進希
9歲組別	30秒二重跳	亞軍	四德	李進希
9歲或以下女子組	團體	冠軍	四愛 四仁 三愛	楊穎翹 鍾海琳 陸柔善
	30秒四人大繩	亞軍	四愛 四仁 四仁 三愛	楊穎翹 鍾海琳 鍾咏言 陸柔善
	30秒朋友跳	冠軍	四愛 四仁	楊穎翹 鍾海琳
	2x30秒單車步速度接力跳	冠軍	四愛 三愛	楊穎翹 陸柔善
9歲組別	30秒交叉開跳	亞軍	四愛	楊穎翹
	30秒交叉開跳	殿軍	四仁	鍾海琳
10-12歲混合組	30秒四人大繩	季軍	六愛 六愛 六愛 五博	林芊辰 鍾曜謙 黃以柔 岑卓霏

02_A14 香港花式跳繩會-秋季全港個人全能跳繩錦標賽 2025

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
30/11/2025	8歲女子組	45秒個人花式	三愛	陸柔善
		30秒單車步速度跳		
		30秒二重速度跳		

9 歲男子組	30秒交叉開速度跳 個人總成績	冠軍	四愛	鍾朗賢
		季軍		
9 歲男子組	45秒個人花式 30秒單車步速度跳 30秒二重速度跳 個人總成績	冠軍	四仁	李進希
		冠軍		
		冠軍		
		冠軍		
10歲男子組	30秒前交叉轉速度跳	亞軍	五博	何昊劭
10歲男子組	45秒個人花式 30秒單車步速度跳 30秒二重速度跳 個人總成績	冠軍	五博	陸鏗善
		冠軍		
		冠軍		
		冠軍		
10歲男子組	45秒個人花式 30秒交叉速度跳 30秒二重速度跳 30秒單車步速度跳 個人總成績	冠軍	五行	林滿庭
		冠軍		
10歲男子組	30秒後交叉開速度跳	季軍	五仁	梁貽誠
11歲男子組	45秒個人花式 30秒單車步速度跳 30秒交叉速度跳 30秒二重速度跳 個人總成績	冠軍	六博	鍾灝霆
		冠軍		
		冠軍		
		季軍		
		冠軍		
11歲女子組	30秒單車步速度跳 45秒個人花式 30秒二重速度跳 個人總成績	冠軍	五仁	霍卉喬
		冠軍		
		亞軍		
		冠軍		

02_A15 中國香港跳繩總會全港精英跳繩比賽(中國香港代表隊選拔賽)

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
11/1/2026	9-11歲公開組 單人繩四人速度跳接力 團體四人交互繩花式 團體二人單人繩花式 團體三人交互繩花式 團體四人單人繩花式 單人繩二人二重跳接力 交互繩單人速度 團體總成績	冠軍	五博	陸鏗善
		冠軍		
		亞軍		
		季軍		
		冠軍		
	9-11歲公開組 單人繩四人速度跳接力	季軍	五行	林滿庭
	團體賽公開組 團體三人交互繩花式	亞軍	五仁	霍卉喬
12-15歲男子組	團體四人交互繩花式	季軍	六博	鍾灝霆
		季軍	六仁	鄭俊謙

02_A16 廣東省學校跳繩協會-第五屆粵港澳大灣區學生體育節粵港澳大灣區中小學生跳繩邀請賽

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
11/10/2025	精英小學組女子組 個人花樣	第四名	五仁	霍卉喬

02_A17 中國國際跳繩公開賽-廣州

日期	項目	獲獎名次	班別	學生姓名
25/12/2025	U11組男子組 四人同步花樣 60秒交互繩速度 四人交互繩花樣 4x30秒交互繩接力 三人交互繩花樣 團體總成績	冠軍	五博	陸鏗善
		季軍		
		冠軍		
		季軍		
		冠軍		
		冠軍		

備)