

她的個子不高不矮，有着一頭烏黑的秀髮，一對彎彎的眉毛，一雙炯炯有神的眼睛，眉清目秀，常常穿着運動服。她是誰？她便是我最敬愛的運動員—香港著名的單車運動員—李慧詩。

李慧詩出生於一九九七年，於牛頭角下村長大，有着「牛下女車神」之稱，曾於二零二二年獲頒「銀紫荊聲障」，也曾於二零一八年獲選為「香港十大傑出青年」。但正所謂「一分耕耘，一分收穫」，在各種不同的榮譽背後，李慧詩曾付出了多少的努力和汗水呢

小時候，李慧詩便喜愛運動，中學就讀梁式之書院時。因為她出眾的爆發力，由體育老師發掘，於是獲挑選加入學校田徑隊。然後她轉換「跑道」，參加了學校的「明日之星」計劃，完成體能測試後，獲得了香港單車聯會挑選參與運動員訓練，直至中學畢業，於二零零四年決定展開職業生涯。

李慧詩是一個堅毅不屈的運動員。雖然李慧詩自幼患有貧血症，但是她卻未曾放棄。因貧血的影響，在每次進行高強度訓練或比賽後，她恢復體力使用的時間往往比其他人長，但她並未是之為障礙，甚至更努力去奮鬥。在二零零六年，李慧詩在一次訓練中意外受傷，但她咬下牙關堅持了下來，仍繼續訓練。

李慧詩也是一個努力不懈的人。即使單車訓練多麼辛苦，多麼枯燥，她仍然勤奮地練習，盡力做到最好。一復一日的訓練，一樣的訓練強度，數年來無數次的失敗，李慧詩不但沒有氣餒，反而更加努力練習，付出無數滴的汗水，只是希望能夠取得好成績，

為香港爭光。而她的努力，亦終於得到回報。李慧詩曾經在 2010 年亞洲運動會中 500 米計時賽上打破亞洲紀錄，贏得亞運金牌，也是她人生中第一面金牌。

李慧詩是我心中的榜樣，也是香港人的榜樣。我認為李慧詩很值得我們學習，正因為她展現了堅毅不屈和努力不懈的精神，因此她是我心目中最敬愛的運動員。