

## 賽馬會全城躍動活力跑

體育委員會 主辦                      社區體育事務委員會 統籌  
十八區區議會 康樂及文化事務署 中國香港體育協會暨奧林匹克委員會 香港業餘田徑總會 協辦

### 參加者須知

1. 活動日期 : 2017 年 1 月 8 日 ( 星期日 )
2. 召集地點及建議到場時間 : 按所屬組別起跑時間前 1 小時到達 - 沙田運動場  
( 如需寄存行李, 應先前往設於源禾遊樂場的行李寄存區擺放行李, 然後到沙田運動場進行適量的熱身運動 )。
3. 起跑時間 : 10 公里組別 - 上午 8 時 30 分 ( 請於 8 時 10 分前到達沙田運動場等候 )  
3 公里組別 - 上午 9 時正 ( 請於 8 時 40 分前到達沙田運動場等候 )  
( 為配合封閉道路準時重開, 起點將於上午 9 時 05 分關閉, 遲到者將不獲准起跑, 主辦機構將嚴格執行上述措施 )。
4. 起點 : 源禾路 ( 須經沙田運動場進入起步區 )
5. 終點 : 沙田運動場
6. 活動路線圖 : 請參看附圖一
7. 號碼布 : (i) 參加者必須將號碼布扣於胸前, 方能參加活動。請妥善保管號碼布, 若有遺失, 一概不獲補發。活動當日將不會安排派發 / 補發號碼布。  
(ii) 為協助主辦機構及救護人員在緊急情況下聯絡參加者之家屬或親友, 請用防水筆於號碼布背面填寫個人資料 ( 參加者姓名、聯絡人姓名及電話 )。
8. 活動服裝 : (i) 參加者須穿著合適的運動服裝和運動鞋, 並自備防曬用品、帽子、雨衣、驅蚊或防蟲藥等。  
(ii) 參加者不得穿著帶有商業或宣傳成份的服裝。主辦機構有權終止任何違規人士參加本活動。  
(iii) 主辦機構鼓勵參加者於活動當日穿著大會紀念 T 恤, 以增加活動氣氛。
9. 交通安排 : (i) 因應活動舉行, 當日沙田源禾路一帶將有特別交通及運輸安排, 詳情請參看附圖二。主辦機構建議參加者使用公共交通工具前往沙田。公共交通工具查詢: 城巴([www.citybus.com.hk](http://www.citybus.com.hk)) / 新巴 ([www.nwfb.com.hk](http://www.nwfb.com.hk)) / 九巴 ([www.kmb.hk](http://www.kmb.hk)) / 龍運巴士 ([www.lwb.hk](http://www.lwb.hk)) / 港鐵 ([www.mtr.com.hk](http://www.mtr.com.hk))  
(ii) 主辦機構預計活動當日短時間內將有大量參加者到達現場, 請預備充足時間前往活動場地, 以免遲到。  
(iii) 有關特別交通及運輸安排, 可瀏覽第六屆全港運動會專題網頁 ([www.hongkonggames.hk](http://www.hongkonggames.hk)) 或運輸署網頁 ([www.td.gov.hk](http://www.td.gov.hk))。
10. 設施及服務
  - a. 行李寄存區 : (i) 主辦機構將於源禾遊樂場籃球場設行李寄存區, 如參加者需要寄存行李, 可先到源禾遊樂場籃球場寄存行李, 然後按工作人員指示前往沙田運動場準備召集(請參看附圖三)。  
(ii) 由於活動日將有大量參加者輪候寄存行李, 為免影響參加者準時起步, 請提早到達行李寄存區輪候。行李寄存區於上午 7 時 15 分開始運作至上午 11 時關閉。  
(iii) 主辦機構建議參加者避免存放貴重物品, 如有遺失或損毀, 主辦機構概不負責。  
(iv) 為保障行李安全, 主辦機構會派發行李牌, 亦會準備適量行李袋, 供有需要的參加者使用。請參加者把寄存行李封妥後, 將行李牌繫於行李上, 並交到指定的行李寄存區。  
(v) 所有不需要行李寄存服務的參加者, 可直接前往沙田運動場準備召集。
  - b. 洗手間 : 沙田運動場設有洗手間, 而源禾遊樂場亦設有洗手間及流動洗手間, 請各參加者於起跑前預留足夠時間輪候及使用。

- c. 水站 : 設於沙田運動場、香港體育學院及源禾路 ( 近沙田划艇中心 )。
- d. 急救站 : 設於沙田運動場、香港體育學院及分佈於沿途 ( 共六個急救站 )。
- e. 物理治療服務 : 設於沙田運動場，服務由香港中文大學運動醫學團隊提供。
- f. 膠樽回收 : 於沙田運動場及源禾遊樂場設置膠樽收集站，請各跑手善用此設施，以支持環保。
11. 活動時限 : 於限定時間內( 3 公里為 45 分鐘; 10 公里為 90 分鐘 )跑完全程的參加者，可獲證書及紀念獎牌( 終點及活動路線設施將於上午 10 時關閉 )。
12. 活動禮品 : 參加者可攜同號碼布於源禾遊樂場足球場的禮品換領處領取禮品。
13. 其他獎項 : (i) 有興趣競逐以下獎項的參加者，可於領取號碼布時 ( 即 2017 年 1 月 2 日至 6 日 ) 報名參加：  
**「最出位扮相大獎冠、亞、季軍」**  
 獎項將頒予跑完全程而扮相獲得評分最高的首 3 名個人參加者。評分標準包括配合全港運動會主題、具創意及色彩、增加熱鬧氣氛及使用環保素材。  
**「全場最佳團隊服裝獎冠、亞、季軍」**  
 獎項將頒予跑完全程而全隊服裝獲得評分最高的首 3 隊隊伍。每個隊伍可由 2 人或以上組成，以家庭或團體名義參加。評分標準包括配合全港運動會主題、具創意及色彩、表現團隊合作精神及使用環保素材。  
 競逐以上獎項的參加者，請於 **2017 年 1 月 8 日上午 7 時 30 分至 8 時 30 分到沙田運動場的扮相大獎報到處報到及拍照**，以便主辦機構安排評審工作。  
 (ii) 有關獎項將於 **2017 年 1 月 8 日上午 10 時 15 分**於源禾遊樂場足球場的表演舞台進行頒獎儀式，請競逐以上獎項的參加者留步。
14. 注意事項 : (i) 參加者應了解自己的身體狀況是否適合參與活動。如有疑問，請於參與前先行諮詢醫生意見，並應於活動開始前進行充足的練習及熱身準備，以應付有關活動。  
 (ii) 參加者於活動當日須自行留意個人身體狀況是否適合參與活動。參加者於活動期間如有不適，請立即向附近的工作人員求助。  
 (iii) 所有參加者不能轉讓參加名額、號碼布及轉換組別，主辦機構如有發現，將取消其參加資格。  
 (iv) 參加者不能攜同未有戴上有效號碼布的人士進入活動範圍，違者將會被即時要求離開活動場地。  
 (v) 參加者不能攜帶任何寵物參加活動。  
 (vi) 參加者不能攜帶任何構成危險或阻礙活動進行的物品(例如攻擊性武器、易燃物品或爆炸性物品等)進入活動範圍，違者將會被即時要求離開活動場地。  
 (vii) 由於活動於早上舉行，請各參加者保持安靜，以減低對附近居民的影響。  
 (viii) 為確保各參加者之安全，大會工作人員將於活動沿途維持秩序，參加者必須遵從工作人員指示。  
 (ix) 為減少意外發生，主辦機構呼籲各參加者切勿於起點、活動沿途及終點停留拍攝。  
 (x) 為減輕終點擠迫情況，及避免與稍後到達終點的參加者發生碰撞，參加者抵達終點後，請盡快離開終點區。參加者親友如欲觀看活動，或為參加者打氣，可進入沙田運動場兩側看台的觀賞區，或於沿途非活動範圍的位置，為參加者打氣 (請參看附圖四)。  
 (xi) 參加者須視乎需要，自行購買個人保險。  
 (xii) 有關活動補充資料，將於第六屆全港運動會專題網頁內公布([www.hongkonggames.hk](http://www.hongkonggames.hk))。
15. 惡劣天氣安排 : (i) 在活動當日上午 6 時，如天文台已發出三號或以上熱帶氣旋警告或紅色或黑色暴雨警告信號，該活動即告取消。  
 (ii) 如活動進行中遇上惡劣天氣，主辦機構會因應情況暫停活動進行，參加者必須留意主辦機構現場宣布。
16. 查詢電話 : 2601 7671

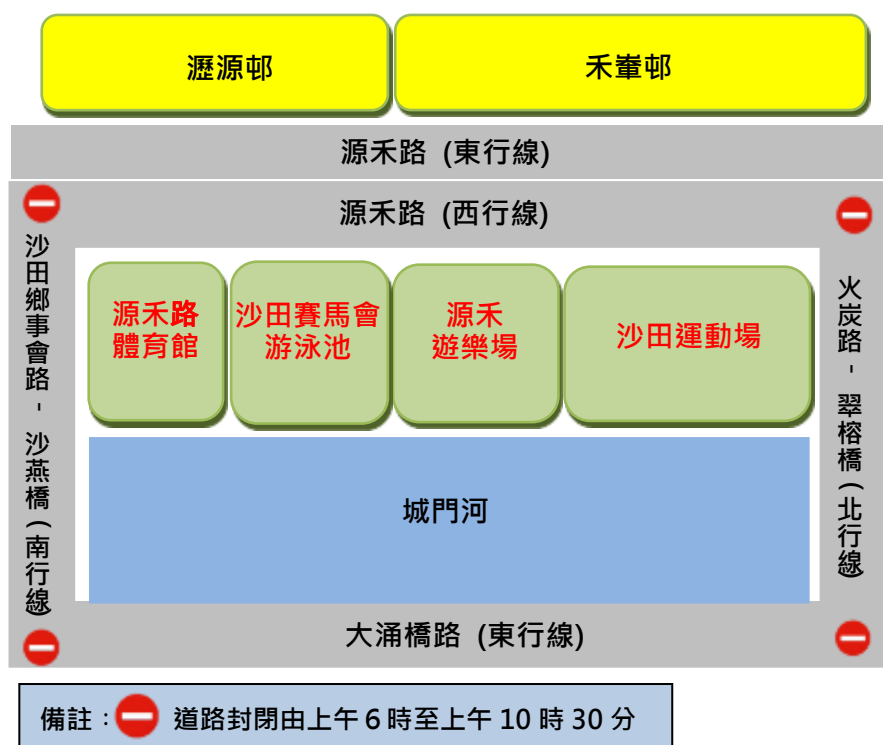
主辦機構保留日後修改本須知的權利

## 附圖一至四

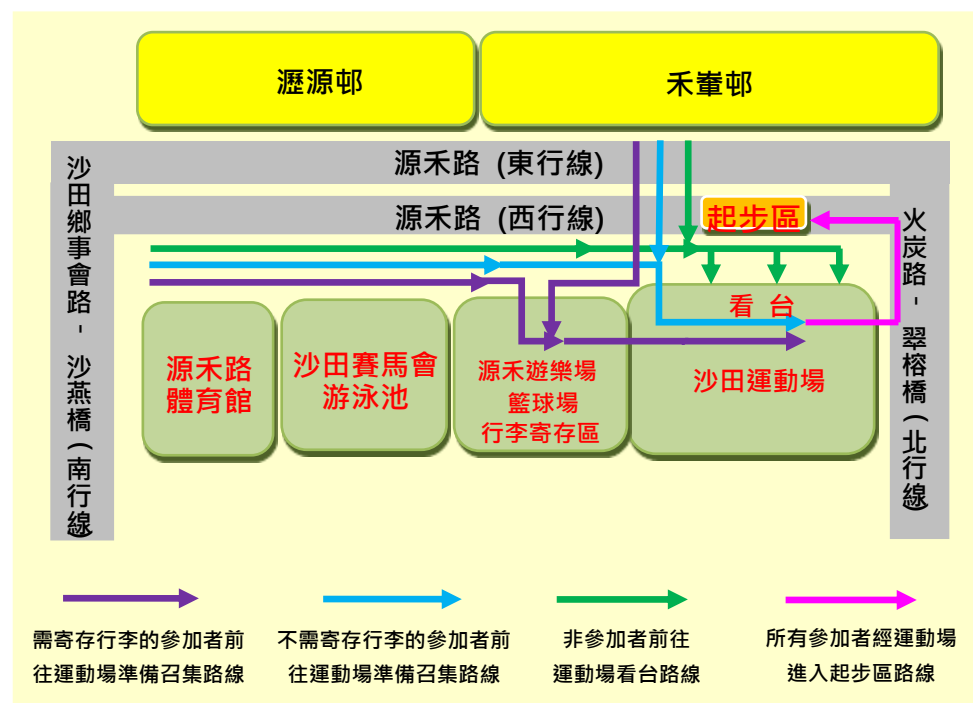
### 附圖一：活動路線圖



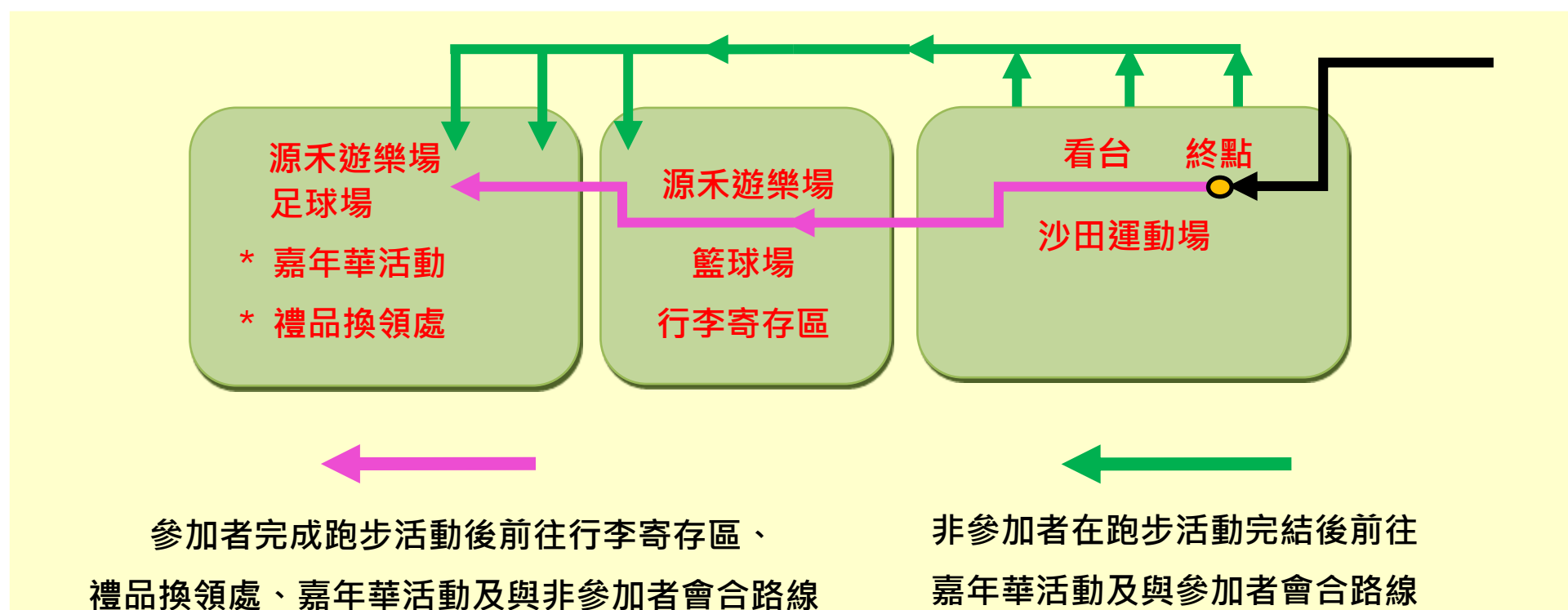
### 附圖二：特別的交通及運輸安排



### 附圖三：參加者及非參加者進場路線



### 附圖四：完成跑步活動後前往行李寄存區、禮品換領處及參加嘉年華活動路線



## 活動流程及地點

		10 公里組別	3 公里組別
起步前	如需寄存行李，建議到達源禾遊樂場籃球場時間	上午 7 時 30 分	上午 8 時
	如無需寄存行李，建議到達沙田運動場時間	上午 8 時 10 分或以前	上午 8 時 40 分或以前
	行李寄存區地點 (詳情請參閱第 10 項 a「行李寄存區」)	源禾遊樂場籃球場	
	競逐「最出位扮相大獎」或「全場最佳團隊服裝獎」的報到時間及地點	上午 7 時 30 分至 8 時 30 分 沙田運動場之報到處攤位	
	頒發「最出位扮相大獎」或「全場最佳團隊服裝獎」時間及地點 (詳細資料請參閱第 13 項「其他獎項」)	上午 10 時 15 分 源禾遊樂場足球場	
起步	起點	源禾路 (須經沙田運動場進入起步區)	
	召集地點	沙田運動場	
	召集時間	上午 8 時 10 分	上午 8 時 40 分
	起步時間	上午 8 時 30 分	上午 9 時正
	截止起步時間	上午 8 時 35 分	上午 9 時 05 分
	時限 (詳細資料請參閱第 3 項「起步時間」)	90 分鐘	45 分鐘
	終點	沙田運動場	
終點區	領回行李地點	源禾遊樂場籃球場	
	行李寄存區關閉時間	上午 11 時	
	嘉年華活動時間	上午 9 時 15 分至中午 12 時	

## 參加者活動日流程

