

先進運動會 2023 - 長跑比賽

~ 章程 ~

- 一. 目的 : 旨在為 35 歲或以上市民提供參與長跑比賽的機會，讓他們與年齡相若的對手切磋技術，從中享受運動的樂趣，保持對運動的興趣。
- 二. 日期和時間 : 2023 年 11 月 12 日 (星期日)
- (1) 報到時間: 上午 8 時至 8 時 30 分
- (2) 比賽時間: 上午 9 時至下午 1 時
- 三. 地點 : 大埔船灣淡水湖主壩 (大美督)
- 四. 參賽資格 : 35 歲或以上人士 (參賽者年齡以截至比賽當日為準，即 1988 年 11 月 12 日或之前出生者均符合參賽資格)

五. 組別和名額 :

活動編號	組別	年齡	名額
4066 0216	男/女子甲組	65 歲或以上	600 名
	男/女子乙組	60 - 64 歲	
	男/女子丙組	55 - 59 歲	
	男/女子丁組	50 - 54 歲	
	男/女子戊組	45 - 49 歲	
	男/女子己組	40 - 44 歲	
	男/女子庚組	35 - 39 歲	

- 六. 報名須知 :
- (1) 報名人士請注意自己的身體狀況，考慮是否適宜參賽。如有疑問，請徵詢醫生的意見。
 - (2) 每人只可遞交 1 份報名表格。重複遞交或所填報資料不詳的表格概不受理。
 - (3) 為善用資源，主辦機構可因應各組別的報名情況調整名額。如須調整名額，主辦機構會於「先進運動會」的網頁公布，報名人士或參賽者不得異議。
 - (4) 如有組別報名人數少於 2 人，主辦機構有權將該組別與另一個較年輕組別合併或取消該組別。
 - (5) 如虛報資料，會被取消參加所有項目的資格，所得成績亦告作廢，已繳交的報名費用概不退還。
 - (6) 為方便聯絡，已報名人士的通訊地址如有更改，應盡快以書面形式通知主辦機構。
- 七. 報名費用 : 每人港幣 20 元正。
- 參賽者如於比賽當日 (即 2023 年 11 月 12 日) 滿 60 歲或為全日制學生或殘疾人士，並於繳費時出示有效證明文件，可獲半費優惠。

- 八. 路程 : 約 7 公里



備註：路線由位置 1 起步，往白沙頭方向，經折返點（位置 2）返回位置 1。

- 九. 賽制
- ： (1) 參賽者須依照主辦機構所定的路線進行比賽。
 - ： (2) 各組別最先返回起點的首 4 名參賽者將分別為冠、亞、季及殿軍。
- 十. 賽規
- ： (1) 如比賽當日只有 1 名參賽者到場報到並完成該項賽事，該名參賽者仍可獲得獎項。
 - ： (2) 如參賽者棄權或未能完成全程，主辦機構將取消其有關項目的參賽資格，已繳交的報名費用概不退還。
 - ： (3) 如參賽者由他人頂替出賽、違反規則或因行為不檢而影響賽事，主辦機構將取消其有關項目的參賽資格，所得成績一律作廢，已繳交的報名費用概不退還。
 - ： (4) 除本章程明文規定外，所有賽規一律遵循香港田徑總會現行的比賽規則。
- 十一. 報到須知
- ： (1) 參賽者須於比賽當日上午 8 時至 8 時 30 分到報到處向康樂及文化事務署（康文署）職員報到，領取號碼布及計時晶片。開賽時間為上午 9 時，遲到者會視作棄權論。
 - ： (2) 報到時須依照編定的時間攜同報名時使用的身份證明文件正本（香港居民須出示香港身份證；非香港居民須出示有效旅遊證件，例如護照或往來港澳通行證（俗稱雙程證））親身到報到處辦理手續，以便核實參賽資格。未能出示有效身份證明文件者，主辦機構有權取消其參賽資格。
 - ： (3) 號碼布及計時晶片不會補發，如有遺失則不准參賽。
- 十二. 裁判
- ： 由主辦機構安排合資格裁判。
- 十三. 上訴
- ： 大會不設上訴，所有賽果以裁判即場判決為準。
- 十四. 裝備
- ： (1) 參賽者須穿著合適的運動服裝和運動鞋。
 - ： (2) 參賽者須於胸前正確佩戴主辦機構於比賽當日派發的號碼布及計時晶片，否則不准參賽。
- 十五. 注意事項
- ： (1) 主辦機構有權更改比賽時間。
 - ： (2) 參賽者須留意主辦機構在現場作出的公布／展示的公告，並遵守主辦機構及場地的各項守則。

- 十六. 獎項 : 各組別設冠、亞、季及殿軍。
- 十七. 索取章程和報名表格 : (1) 康文署轄下各區康樂事務辦事處；
(2) 設有康體通服務的康體場地；以及
(3) 「先進運動會」網頁 (<https://www.lcsd.gov.hk/tc/mg/2023>)。
- 十八. 報名日期 : **2023年6月5日至14日**
- 十九. 報名辦法 : (1) 有意報名人士須於報名期內把填妥的報名表格（暫無需夾附／出示身份證明文件）按以下方式提交：
- 在網上填報並遞交；或
 - 親身交回康文署轄下任何分區康樂事務辦事處（辦公時間內）或設有康體通服務的康體場地；或
 - 郵寄至以下地址（以本署實際收到的日期為準）：
新界沙田排頭街1至3號
康樂及文化事務署總部2樓
大型活動組
「先進運動會2023 - 長跑比賽」

如以郵寄方式遞交報名表格，投寄前請確保郵件已貼上足夠郵資。本署不會接收任何郵資不足的郵件，而此等郵件將由香港郵政處理。有關郵費的計算，可參閱香港郵政網頁 (https://www.hongkongpost.hk/tc/postage_calculator/index.html)。

- 如報名人數超額，名額會以抽籤方式分配。抽籤訂於**2023年6月29日（星期四）上午10時**在新界沙田排頭街1至3號康樂及文化事務署總部2樓202室進行，歡迎市民出席。截止報名後，如大會接納所有報名申請，會取消抽籤。有關安排會在先進運動會網頁公布而不作個別通知。
- 為善用資源，主辦機構可因應各組別的報名情況調整名額。如須調整名額，主辦機構會於「先進運動會」的網頁公布，報名人士及參賽者不得異議。
- 正選及候補名單將於**抽籤日期起計5個工作天內**在各區康樂事務辦事處、設有康體通服務的康體場地及「先進運動會」網頁公布。主辦機構會以電郵／郵寄／傳真方式通知正選及候補中籤者（候補名單排名不分先後），落選者恕不另函通知。如因報名人士提供的通訊地址錯誤或不詳以致郵遞延誤，主辦機構恕不負責。
- 正選中籤者須於下述繳費期內，到任何分區康樂事務辦事處（辦公時間內）或設有康體通服務的康體場地繳交報名費用，並須攜同繳費通知書及身份證明文件（正本或副本），以供核實個人資料。符合優惠收費者，須出示有效證明文件。如正選中籤者未有如期繳費，則作棄權論，其名額由候補中籤者填補。候補中籤者須於下述繳費期內報名，名額先到先得。

正選中籤者 繳費期	候補中籤者 繳費期
2023年7月11日至18日	2023年7月20日至25日

- 如報名人數少於名額，或在候補中籤者繳費期過後仍有餘額，主辦機構會於**2023年7月27日（上午8時30分開始）至7月28日**在各區康樂事務辦事處或設有康體通服務的康體場地公開接受報名，名額先到先得。

二十. 惡劣天氣
安排

- ：
- (1) 如在比賽當日，香港天文台於上午 7 時仍發出三號或以上熱帶氣旋警告信號或紅色／黑色暴雨警告信號，該日賽事即告取消。主辦機構稍後會通知各參賽者相應安排。
 - (2) 如環境保護署於比賽當日公布的空氣質素健康指數為 7 級或以上，有關比賽安排如下：

「高」健康風險級別（空氣質素健康指數：7）

活動如期舉行。環境保護署呼籲心臟病或呼吸系統疾病（如冠狀心臟病和其他心血管疾病、哮喘及慢性阻礙氣管疾病，包括慢性支氣管炎和肺氣腫）患者、兒童和長者應**減少**戶外體力消耗，以及**減少**在戶外逗留的時間，特別在交通繁忙地方。心臟病或呼吸系統疾病患者在參與體育活動前應諮詢醫生意見，在體能活動期間應多作歇息。由於空氣污染對不同人士的影響不一，如參加者有疑問或感到不適，應諮詢醫生的意見。

「甚高」健康風險級別（空氣質素健康指數：8 至 10）

活動如期舉行。環境保護署呼籲心臟病或呼吸系統疾病（如冠狀心臟病和其他心血管疾病、哮喘及慢性阻礙氣管疾病，包括慢性支氣管炎和肺氣腫）患者、兒童和長者應**盡量減少**戶外體力消耗，以及**盡量減少**在戶外逗留的時間，特別在交通繁忙地方。一般市民應**減少**戶外體力消耗，以及**減少**在戶外逗留的時間，特別在交通繁忙地方。由於空氣污染對不同人士的影響不一，如參加者有疑問或感到不適，應諮詢醫生的意見。

「嚴重」健康風險級別（空氣質素健康指數：10+）

活動如期舉行。環境保護署呼籲心臟病或呼吸系統疾病（如冠狀心臟病和其他心血管疾病、哮喘及慢性阻礙氣管疾病，包括慢性支氣管炎和肺氣腫）患者、兒童和長者應**避免**戶外體力消耗，以及**避免**在戶外逗留，特別在交通繁忙地方。一般市民應**盡量減少**戶外體力消耗，以及**盡量減少**在戶外逗留的時間，特別在交通繁忙地方。由於空氣污染對不同人士的影響不一，如參加者有疑問或感到不適，應諮詢醫生的意見。

二十一. 附則

- ：
- (1) 主辦機構有權公布比賽成績。
 - (2) 主辦機構將會在賽事期間進行拍攝／錄影／播放，並有權在互聯網、康樂及文化事務署轄下場地、主辦機構的專題網頁、刊物和其他宣傳渠道展示／刊載活動照片或片段，以作活動宣傳或紀錄。
 - (3) 本賽事的章程、賽程、分組及抽籤結果、比賽成績和其他賽事資料等，均會在主辦機構網頁公布。
 - (4) 除載於本章程的賽規和注意事項外，參賽者亦須遵守「參賽者須知」內各項規則。
 - (5) 主辦機構保留權利隨時修改本章程而不另行通知。

二十二. 查詢電話

- ：
- 康文署大型活動組：2601 7673
- 辦公時間：星期一至五上午 9 時至下午 6 時
- （午膳時間：下午 1 時至 2 時）
- （星期六、日及公眾假期休息）

本章程和報名表格另備有英文版本，可於康文署轄下各區康樂事務辦事處或設有康體通服務的康體場地索取，或於「先進運動會」網頁下載。

The English version of this prospectus and the enrolment form is available at the District Leisure Services Offices of the Leisure and Cultural Services Department, recreation and sports venues with Leisure Link services, and the Masters Games website.