



主辦



資助



中華人民共和國
香港特別行政區政府
教育局

協辦

學校體育推廣計劃

2026 簡易運動大賽—公園定向

《比賽通知》

茲通知 2026 簡易運動大賽—公園定向將於 2026 年 3 月 28 日在天水圍公園舉行，特函通知當日之比賽安排，詳情如下：

賽事概要

比賽日期	: 2026 年 3 月 28 日 (星期六)
地點	: 天水圍公園
比賽時間	: 下午 2 時至 5 時

賽事程序

14:00	賽事中心/報到處/教練閣/預備出發區/出發區/終點/成績開放
14:20	奪分式比賽第 1 批次，組別 BA/BB/BC/GA/GB 賽員進入「預備出發區」
14:30	奪分式比賽第 1 批次出發（集體出發，限時 60 分鐘）
14:30	奪分式比賽第 2 批次，組別 BD/BE/GC/GD/GE 賽員進入「預備出發區」
14:40	奪分式比賽第 2 批次出發（集體出發，限時 60 分鐘）
14:45	越野式比賽開始出發（間距出發，3 分區制，限時 60 分鐘）
14:55	出發區關閉
15:40	家庭定向體驗開始，自由出發 ※ 已報名的參加者請到教練閣領取地圖，歡迎參加者與家長一同進行 ※ 是次定向體驗設有少量即場報名名額，歡迎參加，詳情請到教練閣查詢
15:55	個人賽結束
16:00	個人賽最後成績公佈
16:20	家庭定向體驗結束，終點及賽區關閉
16:20	頒獎禮
17:00	比賽結束

*大會程序可能會因應實際情況而更改，請留意賽事中心公佈。

查詢

中國香港定向總會

電話 : 2504 8112 (辦公時間: 星期一至五: 10:00-13:00, 14:00-18:00)

比賽當日聯絡電話 : 9319 8176 (比賽當日13:00-17:00)

電郵 : info@oahk.org.hk

地址 : 香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓 1014 室

網頁 : www.oahk.org.hk

賽區範圍（天水圍公園）



賽事中心

1. 賽事中心設於天水圍公園籃球場側 (<https://maps.app.goo.gl/Shb4hr3RPZLHxXL9>)。
2. 賽員只能從指定路線進入賽事中心，詳見後頁「前往交通」。如賽員在非指定路線進入賽事中心，或在比賽前進入賽區，有機會被取消參賽資格。

前往交通

1. 賽員可乘坐港鐵至「天水圍」站後，轉乘輕鐵 705 或 751 線至「銀座」站或「天湖」站（注意行車方向），再步行至賽事中心。
2. 如賽員乘坐巴士，請選擇在銀座廣場附近，即天城路／天恩路／天龍路附近下車的巴士，再步行到賽事中心。
3. 比賽前賽員不可進入賽區範圍。如賽員在天瑞路／天湖路等地方下車，請沿天水圍公園外圍步行至天湖站，再轉入賽事中心。



設施及服務

1. 賽事中心會展示大會時間（即出發時間）、出發名單及賽事資訊。
2. 洗手間距賽事中心約 100 米。
3. 賽事中心設有清除「CLEAR」及檢查「CHECK」感應器。賽員前往預備出發區前，請先把電子控制卡放在「CLEAR」及「CHECK」感應器上，以清除卡內的舊紀錄及確認電子控制卡有效。
4. 本賽事不設行李存放服務，請賽員妥善管理個人物品，如有任何遺失，賽會概不負責。
5. 賽事中心設有教練閣，賽員可在比賽前或後溫故知新。
6. 賽事中心設有急救服務。

報到

1. 請賽員到達賽事中心後，立即到報到處報到及領取比賽物資。
2. 報到時請說出賽員編號，**出示附有清晰相片的身分證明文件正本**，如附有相片的學校手冊／學生證／香港學界體育聯會之註冊證等，以核實身份。
3. 報到時請**提交已填妥及已由家長或監護人簽名同意之電子控制卡借用表**。
4. 報到後，賽員會收到號碼布及電子控制卡(SI card)。
5. 電子控制卡須在下載成績時歸還，如有遺失或損毀，賽員必須賠償港幣 280 元予中國香港定向總會。

組別資料

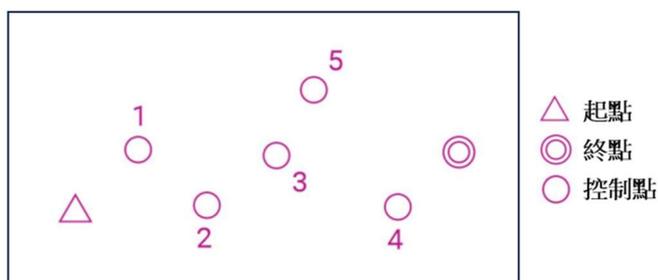
組別		年齡（以出生年份計算）		賽制	出發方式
男子	中學組	BA	14 至 15 歲（2011 至 2012 年出生）	單人奪分式	集體出發
		BB	13 歲或以下（2013 年或之後出生）		
	小學組	BC	10 歲或以上（2016 年或之前出生）		
		BD	8 歲至 9 歲（2017 至 2018 年出生）		
		BE	6 歲至 7 歲（2019 至 2020 年出生）		
		BF	6 歲至 11 歲（2015 至 2020 年出生）	單人越野式	間距出發
女子	中學組	GA	14 至 15 歲（2011 至 2012 年出生）	單人奪分式	集體出發
		GB	13 歲或以下（2013 年或之後出生）		
	小學組	GC	10 歲或以上（2016 年或之前出生）		
		GD	8 歲至 9 歲（2017 至 2018 年出生）		
		GE	6 歲至 7 歲（2019 至 2020 年出生）		
		GF	6 歲至 11 歲（2015 至 2020 年出生）	單人越野式	間距出發

衣著及器材

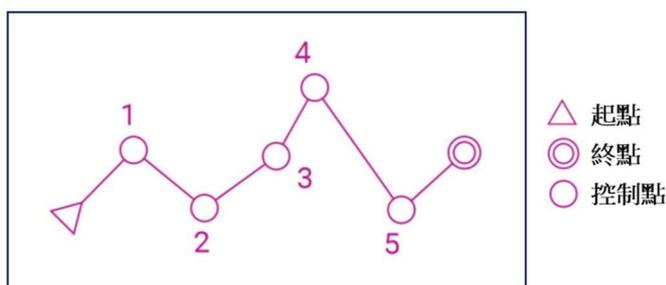
1. 賽員**必須將號碼布扣於胸前，帶備已登記之電子控制卡，缺一不可出發**。
2. **強烈建議賽員帶備手錶**。
3. 建議穿著淺色鬆身運動衣服及運動鞋，並帶備水、毛巾、帽、防曬用品、蚊怕水及雨具。
4. 賽區內不可穿着金屬釘鞋，否則取消比賽資格。
5. 除賽會提供的地圖及本通知提及的裝備外，禁止使用任何輔助工具，包括通訊器材（如電話及對講機），否則取消資格。

賽事規則

1. 除本通知列明規定外，一律採用中國香港定向總會現行比賽規則。
2. 本比賽所有地圖採用 ISSprOM2019-2 繪圖標準繪製，地圖比例 1:3000 及 2 米等高線間距，及使用 SPORTident (SI) 「電子打孔及計時系統」計算比賽成績。
3. 比賽成績將依據電子控制卡上的數據記錄計算。如電子控制卡未能記錄賽員曾到訪某個控制點，賽會將以賽員在地圖上後備打孔“R”格的記錄來核實。若這兩項均無法證明賽員曾到訪該控制點，該控制點記錄將被視為無效。
4. **BA / BB / BC / BD / BE / GA / GB / GC / GD / GE 組：**
 - **單人奪分式，集體出發，比賽限時 60 分鐘，超時者不會計算分數，只獲 0 分。**
 - 奪分式比賽，賽區內設有多個控制點，賽員可在限時內自由規劃到訪各個控制點的次序。到訪每個控制點可取得不同分數，在限時內獲得最高分者為勝。如得分相同，則由用時較短的一方勝出。



5. **BF / GF 組：**
 - **單人越野式，間距出發，設 3 分區，比賽限時 60 分鐘。**
 - BF 及 GF 組賽程相同，賽程長度 1.4km，到訪 15 個控制點。
 - 在越野式比賽中，在最短時間內依次到訪賽程中全部控制點者為勝。



6. 出發後，家長、監護人、賽員或其他人仕不能作出任何提示或協助賽員進行比賽，如被大會工作人員發現及經証實後，該賽員的比賽成績會被取消。
7. 所有賽員無論完成賽事與否，或遺失電子控制卡，必須向終點或賽事中心報到。
8. 使用他人之電子控制卡，將被取消參賽資格。
9. 賽員不得移動或損壞控制點或賽會設施，若有損毀，須按價賠償及被取消資格。
10. 賽區乃是公眾休憩的地方，賽員並無使用公園的優先權，賽員須尊重其他公園使用者，如有碰撞或意外，賽員可被取消資格。
11. 賽員須遵守所有比賽規則及服從賽會之指示。
12. 大會保留按實際需要更改賽制的權利。

出發程序

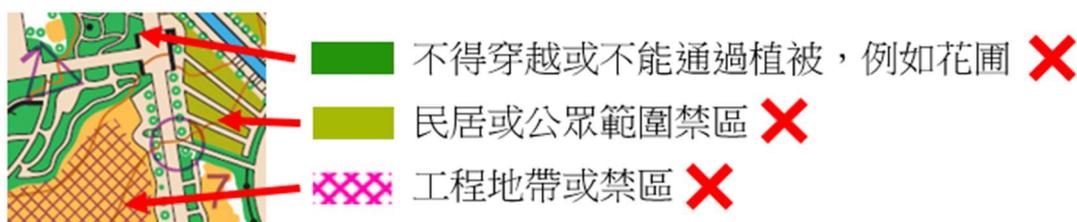
1. 「預備出發區」及「出發區」設於賽事中心旁。
2. **組別 BA / BB / BC / BD / BE / GA / GB / GC / GD / GE**，賽員請按出發時間，提早 10 分鐘進入預備出發區。
3. **組別 BF / GF** 的出發設 3 分區，賽員請按出發時間提早 3 分鐘入格。
4. 請在預備出發區入口進行電子控制卡 CLEAR 及 CHECK 步驟，以確認電子控制卡運作有效（有關如何使用電子控制卡及計時系統，請見「附件一：電子打孔及計時系統須知」）。
5. 進入預備出發區時，**賽員必須將號碼布扣於胸前，並展示電子控制卡**。只有裝備齊全的賽員始獲准進入預備出發區。
6. **強烈建議賽員帶備手錶**。
7. 進入預備出發區後，工作人員會派發地圖。賽員在聽到起點鐘發出長響後，方可看地圖及出發。
8. 賽員出發後請立即離開出發區，切勿在通道上停留。
9. 遲到賽員必須先向出發區工作人員報到，及後再經由工作人員安排出發。

奪分式比賽出發步驟：



賽區資料

1. 賽區內不設水站，賽員請按需要自備足夠食水。
2. 賽區均在天水圍公園範圍內，大部分由可跑性極高之小徑路網所覆蓋。公園其餘部分為三合土地和不同類型之植被，包括樹林、草地、雜草地、低層植被及密林。
3. 以下是賽員嚴禁穿越的區域，圖例以以下顏色顯示，賽員身體任何部份均嚴禁穿越此等區域，違者會被取消資格。



4. 地圖不會顯示電燈柱、告示牌、水龍頭及遮蔭長櫈。
5. 賽區內有小型維修工程及草地保養範圍，地圖或未能全部顯示，請賽員盡量避免穿越相關範圍，免生意外及無謂爭議。

終點及成績下載

1. 終點設於賽事中心。
2. 賽員必須按指定方向進入終點。
3. 賽員抵達終點時，須在終點「FINISH」感應器打孔，而比賽時間亦在該刻完結。
4. 請跟隨工作人員指示前往成績處理站下載成績。下載成績後電子控制卡會被收回，賽員可領取參考成績印表。
5. 賽會不會收回已完成比賽賽員的地圖，請勿展示予未出發之賽員，如有違反，雙方賽員將會被取消資格。
6. 所有賽員必需於賽事結束前到成績處理站下載成績，未能於最後成績公佈前下載成績之賽員將會被取消資格。
7. 賽員無論完成賽事與否，或遺失電子控制卡，必須於 15:55 前向終點報到。
8. 請注意，因遲到而損失的時間不會獲得賽會補回。

成績公佈

賽事成績在網絡接收良好下將即時於網上更新，成績公佈之 QR Code 會張貼在賽事中心。

上訴

比賽不設上訴，所有賽果以裁判最後判決為準。

獎項

賽事當日將舉行頒獎禮：

1. A/B/C/D/E/F 組：各組設冠、亞、季獎項(如該組參加人數超過 20 人，另設第四至六名優異獎)
2. 家庭定向體驗組：不設獎項

如得獎者缺席頒獎禮，大會有權取消其獲獎資格，有關得獎者不會獲頒發任何獎項。

惡劣天氣安排

1. 如在比賽舉行前兩小時，天文台發出黃、紅或黑色暴雨警告、一號或以上熱帶氣旋警告信號，比賽將會取消。如活動因天雨關係取消，總會將另行通知退款安排。
2. 如在比賽舉行前發出雷暴警告，參加者請先到集合地點報到，並留意當天的賽會公告。
3. 比賽舉行前兩小時，該活動地點的空氣質素健康指數已達 10+ 屬「嚴重」健康風險時，當天活動將會取消。
4. 患有心臟、呼吸系統或慢性疾病的參加者，當空氣質素健康指數達 7 級屬「高」健康風險時，參加者應盡量減少戶外體力消耗及在戶外逗留的時間，特別在交通繁忙地方，並在體能活動期間多作歇息。如當空氣質素健康指數達 8 級或以上屬「甚高」健康風險時，參加者應避免體力消耗及在戶外逗留特別在交通繁忙地方。
5. 比賽進行期間，如當區一般監察站錄得空氣質素健康指數達 10+ (屬「嚴重」健康風險級別)，所有進行中的比賽須即時停止。

備註

1. 賽事資料均上載於 Eventor World，請參加者自行瀏覽。
(網址：<https://hongkong.eventorworld.org/Events/Show/769>)
2. 申請人所提供的資料只用於本活動報名事宜及活動宣傳之用。
3. 總會已購買公眾責任保險，參加者或家長可考慮自行購買其他保險。
4. 總會有權隨時修訂比賽通知內容，恕不另行通知。如有任何爭議，總會保留最終決定權。
5. 大會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。

電子打孔及計時系統須知

《打孔方法》

1. 必須把電子控制卡前端完全放置入電子打孔器上端圓孔內，直至打孔器發出聲響或紅燈閃動的反饋訊號，才是成功打卡。



《比賽中使用說明》

1. 比賽前清除舊紀錄

- 比賽前，必須清除電子控制卡內的舊紀錄，否則計時系統可能無法紀錄及計算比賽用時及曾到訪的控制點。
- 進入預備出發區及出發區前（即入格前），把電子控制卡放入清除「CLEAR」感應器的圓孔內，等待感應器發出回饋聲響或紅燈閃動後，方可移走控制卡。以上動作可清除電子控制卡內的舊紀錄。
- 之後把電子控制卡放入檢查「CHECK」感應器的圓孔內，等待感應器發出回饋聲響或紅燈閃動後可移走控制卡。以上動作可確認電子控制卡可運作正常。



2. 比賽途中

- 確保打卡成功是賽員的責任，賽員不能以系統失效作為其成績失效的抗辯理由。
- 電子打孔器會在打卡時發出反饋訊號（如發出聲響或紅燈閃動），如電子打孔器無法運作、出現異常狀況或沒有反饋訊號，賽員必須使用後備打孔夾記錄曾到訪該控制點。



3. 到達終點

- 當賽員抵達終點時，應立即在「終點感應器」打孔，而賽員的比賽時間亦以該刻起完結。之後請跟隨工作人員指示，儘快返回賽事中心之成績處理站，將電子控制卡的記錄下載到大會之系統。

4. 成績處理

- 請按工作人員指示將電子控制卡放置入讀卡器上，之後把電子控制卡交還工作人員。
- 賽員切勿在完成賽事後，把電子控制卡放置入任何「電子感應器」或「起點啟動器」，以免影響有關的記錄；
- 遲到賽員的成績將會獨立處理，所有成績均以賽會的成績公佈為準。

短距離定向地圖國際規範(ISSprOM 2019-2)

地貌

	等高線
	指示等高線
	示坡線
	輔助等高線
	泥坡
	小土牆
	矮土坡
	沖溝
	小沖溝
	小丘
	長形小丘
	小陷地
	地洞
	劣地
	特殊地貌特徵

水系

	水塘或深水區域
	淺水區域
	水洞
	溪澗或小水道
	季節性水道
	有危險的沼澤
	淺沼澤
	狹窄的沼澤
	季節性沼澤
	井或小噴泉
	泉源
	特殊水特徵

植被

	空曠地
	有疏樹的空曠地
	有疏樹叢的空曠地
	雜草地
	有疏樹的雜草地
	有疏樹叢的雜草地
	通行容易的樹林
	慢跑植被
	視野好的慢跑底層植被
	慢行植被
	視野好的慢行底層植被
	通行困難的植被
	通行危險的植被
	耕地
	果園
	葡萄園
	明顯種植地分界
	明顯植物分界
	明顯大樹
	明顯小樹或樹叢
	特殊植物特徵

石質

	高崖壁
	崖壁
	坑洞/山洞
	石塊
	大石
	巨石或岩柱
	石堆
	石群
	碎石地
	空曠的沙地
	岩面地

人造物

	三合土地
	三合土地邊緣線
	下層三合土地邊緣線
	有疏樹或樹叢的三合土地
	沒有鋪砌的步道或車道
	小徑
	不明顯小徑
	林中空隙帶
	鐵路
	有軌電車軌道
	架空電纜
	高架空電纜
	橋樑, 隧道入口
	下層入口
	下層通道
	下層通行面
	矮牆
	矮護土牆
	高牆
	圍欄
	高圍欄
	圍欄通過口
	花園或民居
	建築物
	可通行建築物
	支柱
	高塔
	小塔
	石標、紀念碑
	飼料架
	管道
	高管道
	特殊人造特徵
	梯級
	障礙物



中國香港定向總會
Orienting Association of
Hong Kong, China

賽程

	磁北線
	取圖點
	起點
	控制點
	控制點序號
	線路連線
	終點
	指定路線
	可通過位置
	可通過區域
	換圖點

禁區

違反-取消參賽資格

	高崖壁-不准越過
	水塘或深水區-不准穿過
	有危險的沼澤-不准穿過
	通行危險的植被-不准穿過
	建築物-不准穿過
	鐵路-不准進入
	橋樑, 隧道入口-只准由隧道通過
	高牆-不准越過
	高圍欄-不准越過
	高管道-不准越過
	私人地方或花園-不准進入
	禁越線-不准越過
	禁入或危險區-不准進入
	臨時建築或隔離區-不准進入



Timetraveller 2025