



主辦
北區體育及文化推廣協會



合辦
北區區議會地區設施推廣活動工作小組



北區民政事務處

協辦



康樂及文化事務署



贊助
北區區議會

第五屆
(2014)

北區豐盛人生健樂長跑比賽

比賽章程

目的： 培養及提高市民對長跑之興趣及認識

比賽日期： 2014年12月7日(星期日)

終起點： 北區運動場 / 上水馬會道回歸紀念園(近北區運動場)

名額： 1,600名(先到先得，額滿即止)

賽事：

1) 組別(年齡計算方法以參加者出生年份為準)

賽程	10公里	10公里	10公里	5公里	5公里	5公里	2公里
組別(除歡樂跑外，各設男女子組)	公開組	先進組	學生甲組	學生乙組	學生丙組	體驗組	歡樂跑
出生年份	1980 -1998	1979 或以前	1995 -1998	1999 -2000	2001 -2002	1998 或以前	2008年或以前
報名費(每人)	90	90	40	40	40	90	40
起跑時間	上午8:15	上午8:15	上午8:15	上午8:00	上午8:00	上午8:00	上午8:25
獎項(以大會正式時間計算)	首10名	首10名	首10名	首10名	首10名	首10名	不設獎項(完成賽事者均獲大會紀念證書乙張)

2) 10公里邀請賽

- 另設地區團體及部門10公里邀請賽及視障組10公里邀請賽
(不設公開報名，由大會致函邀請有關團體及部門)

獎項：

- 1) 除歡樂跑組別外，每組比賽的冠、亞及季軍各得獎座乙個，第四名至第十名各得優異獎乙個
- 2) 歡樂跑組別不設獎項，完成賽事的參加者將獲紀念證書乙張

報名辦法：

- 1) 填妥報名表
- 2) 參加學生組別，請附上學生證明文件副本(例如學生證副本)；如透過學校以團體形式報名，則毋須遞交學生證明文件副本
- 3) 劃線支票禱付「北區體育及文化推廣協會」或 North District Association for Sports and Culture Development (請於支票背後寫上參加者之姓名、聯絡電話及身份證號碼)
- 4) 報名表連同劃線支票一併寄回粉嶺郵箱712號「第五屆(2014)北區豐盛人生健樂長跑比賽」秘書處收

報名日期：

由即日起至2014年11月7日止，以郵戳日期為準(名額有限，先到先得)

報名表索取處：

北區民政事務處諮詢中心、康樂及文化事務署北區康樂事務辦事處、北區運動場、龍琛路體育館、保榮路體育館、和興體育館、天平體育館、聯和墟體育館、或於網頁(<http://www.ndasc.org>)或以智能手機掃描條碼(QR Code)下載

查詢：

網址：<http://www.ndasc.org>

電郵：ndrun2014@yahoo.com.hk

電話：(852) 5642 0995

地址：粉嶺郵局郵箱712號





主辦
北區體育及文化推廣協會



合辦
北區區議會地區設施推廣活動工作小組



北區民政事務處

協辦



康樂及文化事務署



贊助
北區區議會

第五屆
(2014)

北區豐盛人生健樂長跑比賽

2014年12月7日

計時：大會將會採用晶片計時方法

紀念品：每名成功獲接納的參加者可獲大會紀念T恤乙件

接納通知書：

- 1) 「接納通知書」將於2014年11月21日或之前以郵寄方式寄給所有成功獲接納的參加者
- 2) 如於11月25日仍未收到「接納通知書」，請致電5642 0995查詢

領取號碼布及紀念T恤

參加者必須攜同大會發出之「接納通知書」正本，可於：

- 1) 2014年12月6日(星期六)下午3時至8時前，到北區運動場領取號碼布及大會紀念T恤；或
 - 2) 比賽當日上午6時30分至7時30分前，親臨北區運動場領取號碼布及大會紀念T恤
- 逾時不領取號碼布及紀念T恤者，主辦單位不會再行補發

行李擺放區：

行李擺放區設於北區運動場看台下位置，本會建議運動員不要攜帶貴重物品到場，如個人財物遺失，本會概不負責。北區運動場將提供少數儲物櫃，惟參加者須自行保管其貴重物品，如有損壞或遺失，大會恕不負責

注意事項：

- 申請過程中如有資料錯漏、報名費不足或不依照正確報名程序報名，大會保留權利拒絕接受其報名
- 申請參加者必須確保其體格適宜參加比賽，亦同意遵守並接受參賽條款及細則
- 所有參加者必須參加所屬組別的賽事，而號碼布不能轉換予他人代跑。如發現有違規者，大會有權取消其參賽及獲獎資格
- 參加者提供的資料只作報名、統計、日後聯絡及宣傳主辦機構活動之用。有關你的個人資料，除主辦機構授權職員外，將不會提供予其他人士
- 如參加者未能提供所需個人資料，大會可能無法處理你的申請。若要求更改或索取你申報的個人資料，可與「第五屆(2014)北區豐盛人生健樂長跑比賽」秘書處聯絡

比賽時限：

2公里時限為20分鐘、5公里時限為40分鐘，10公里時限為1小時30分鐘

參加者如未能於指定時限內完成賽程則不能繼續比賽，參加者必須依照大會工作人員及檢察人員指示，離開賽道

比賽賽程及賽道：

2公里 上水馬會道回歸紀念園起跑→ 馬會道→ 馬適路→ 天平路→ 北區運動場

5公里 上水馬會道回歸紀念園起跑→ 馬會道→ 馬適路(跑至接近沙頭角公路折返)→ 天平路→ 北區運動場

10公里 上水馬會道回歸紀念園起跑→ 馬會道→ 馬適路(跑至接近沙頭角公路折返)→ 天平路→ 梧桐河旁道路→ 天平路→ 北區運動場

天氣狀況：

如比賽當日上午5時天文台發出三號或以上熱帶氣旋警告信號/紅色或黑色暴雨警告信號或當天情況不宜比賽，賽事將會順延至2014年12月14日進行，大會不會另函通知，詳情請留意網頁(<http://www.ndasc.org/>)的公佈。



主辦
北區體育及文化推廣協會



合辦
北區區議會地區設施推廣活動工作小組



北區民政事務處



康樂及文化事務署



贊助
北區區議會

第五屆
(2014)

北區豐盛人生健樂長跑比賽

2014年12月7日

大會規則：

- 報名一經接納，報名費將不獲發還
- 各參賽者必須於比賽當日依時作賽（時間及起點請參閱接納通知書），遲到者作棄權論；若參賽者未有按照指定其參加組別之時間起跑，大會將取消該參賽者之成績
- 任何在賽道上的工作人員、醫務人員、賽事總監或裁判如要求參賽者退出比賽，參賽者必須遵從及離開賽道

*北區體育及文化推廣協會擁有修改及詮釋以上規則的權利

第五屆 (2014) 北區豐盛人生健樂長跑比賽 賽道





主辦
北區體育及文化推廣協會



合辦
北區區議會地區設施推廣活動工作小組



協辦
北區民政事務處



康樂及文化事務署



贊助
北區區議會

報名表格

個人資料

姓名(中文) : _____ (英文) : _____

身份證號碼 : _____ - _____ | _____ | _____ | XX(X) 出生日期 : _____ 日 _____ 月 _____ 年
(首個字母及首四個數字)

日間聯絡電話 : _____ 手提電話 : _____

傳真號碼 : _____ 電郵 : _____

通訊地址 : _____

參賽資料 (請在合適空格上加√號)

性別 : 男 女

組別 : (只可選擇其中一項)

個人

- | | |
|--|--------|
| <input type="checkbox"/> 10公里公開組 (1980-1998) | 港幣\$90 |
| <input type="checkbox"/> 10公里先進組 (1979或以前) | 港幣\$90 |
| <input type="checkbox"/> 5公里體驗組 (1998或以前) | 港幣\$90 |
| <input type="checkbox"/> 2公里歡樂跑 (2008或以前) | 港幣\$40 |

T恤尺碼*: (胸闊 - 袖底落一寸度)

加加細碼 (18.5") 加細碼 (19.5")

參賽者只可參與其中一個賽事 (個人 / 地區團體及部門10公里邀請賽)

學生 (需附上學生證明文件副本，例如學生證副本)

就讀

學校 : _____

- | | |
|---|--------|
| <input type="checkbox"/> 10公里學生甲組 (1995-1998) | 港幣\$40 |
| <input type="checkbox"/> 5公里學生乙組 (1999-2000) | 港幣\$40 |
| <input type="checkbox"/> 5公里學生丙組 (2001-2002) | 港幣\$40 |

港幣\$40
港幣\$40
港幣\$40

中碼 (21.5") 大碼 (22.5") 加大碼 (23.5")

*T恤尺碼或有相差，只供參考。大會並不保證能提供參賽者所預訂的T恤尺碼，所選擇的尺碼將視乎存貨量而作適當分配

重要資料及聲名

緊急聯絡人 :

與參賽者關係 :

緊急聯絡人電話 :

豁免法律責任及聲明 :

根據前述事項，本人、本人之繼承人、本人之遺囑執行人及本人之管理人謹此豁免北區體育及文化推廣協會、所有機構、支持是項活動之團體及任何有關之團體對於本人因參加是項長跑比賽而由於任何原因，包括疏忽，所引致之疾病、死亡、個人損失或經濟損失之任何法律責任，以及放棄任何有關之權利、索償及追究行動。本人同時亦在此聲明本人身體狀況良好及有足夠訓練完成賽事，本人亦授權了舉辦者及其贊助機構使用任何有關此項賽事之相片，錄影帶及賽事紀錄作任何合法用途。

參加者簽署 : _____ 日期: _____

18歲以下參加者必須獲

監護人/家長簽署方可參賽：監護人/家長姓名 : _____ 監護人/家長簽署 : _____ 關係 : _____

備註 (1) 你提供的資料只作報名、統計、日後聯絡及宣傳大會活動之用。有關你的個人資料，除大會授權職員外，將不會提供予其他人士。若要求更改或索取你申報的個人資料，可與「第五屆(2014)北區豐盛人生健樂長跑比賽」秘書處聯絡。

(2) 如你未能提供所需個人資料。大會可能無法處理你的申請。

(3) 未滿十八歲的參加者，必須由家長或監護人簽署。

(4) 於 2014 年 11 月 7 日或以前，將報名表及劃線支票(學生組參加者請附上學生證明文件副本)一併寄回 粉嶺郵局郵箱712號，
「第五屆(2014)北區豐盛人生健樂長跑比賽」秘書處收。劃線支票祈付『北區體育及文化推廣協會』或
North District Association for Sports and Culture Development (請於支票背後寫上參加者之姓名、聯絡電話及身份證號碼)

北區體育及文化推廣協會擬使用閣下的聯絡資料，向閣下提供有關「北區豐盛人生健樂長跑比賽」的最新資訊，請在以下空格加上「√」表示閣下同意或拒絕接受此等資訊。然後簽署。

本人希望收到有關「北區豐盛人生健樂長跑比賽」的最新資訊。

本人不欲收到有關「北區豐盛人生健樂長跑比賽」的最新資訊。

參加者簽署

日期

回郵地址 (必須填寫)

姓名 : _____

姓名 : _____

地址 : _____

地址 : _____

以下由主辦機構填寫

支票號碼 :

日期 :

比賽號碼 :

(請清楚列明，我們會以
電郵確認你的報名)