

# 中華民國中醫師公會全國聯合會

## 『國醫盃』健康路跑競賽

### 報到&賽事資訊

選手編號如附件[國醫盃健康路跑公會選手名單]

競賽相關用品(晶片、號碼布、紀念衣等)預計於 3/3 前寄達各協會。

僅 11&22KM 參賽選手有晶片。

◎步驟 A、憑身分證明文件至各中醫協會報到

◎步驟 B、領取競賽用品

競賽用品：

-號碼布(含別針，請依選手編號表確實核對)

-紀念衣

-晶片(請確實核對姓名)

※領取後，請清點上述物品，並確認選手編號及競賽物品數量是否有誤

◎步驟 C、完成報到程序

賽前準備：請參賽選手依大會規定穿戴晶片及號碼布。

(詳如選手賽前注意事項)

#### 壹、 活動流程：

時間	活動項目	活動內容
05:30—06:30	參加者寄物與集合	參加者進行寄物
06:30 - 06:45	活動介紹	活動開場、貴賓致詞及活動說明
06:45 - 06:50	活力健康操	有氧熱身操
06:50 - 07:00	參加者集結	依工作人員指示往起點移動
07:00 - 10:00	國醫盃健康路跑賽	參加者依指定路線前進
07:40 - 10:00	頒獎典禮	
08:00 - 09:10	中央健保 18 週年活動	
10:30	活動圓滿結束	

## 貳、 選手賽前注意事項：

- 1、 務必攜帶物品：**健保卡**(以備不時之需)
- 2、 **參賽者須依規定領取折返信物，未領取或遺失者將取消參賽資格。**
- 3、 本次賽事赛道上下坡度差異甚鉅，為確保參賽者安全，**請慎重考量自身體能負荷，並於賽前有充份飲食及睡眠，過程中若感不適應立即停止。**
- 4、 **選手須穿戴晶片(腳上)及號碼布(胸前)，未依規定配戴或赤裸上身者將取消資格。**
- 5、 號碼布、晶片等配戴位置和使用說明詳見下圖所示：



號碼布：選手於比賽時需全程配戴

晶片安裝說明：請參賽選手務必依照以下步驟配戴晶片，若未依規定而造成無法感應之情事，請參賽者自行負擔責任。

## 晶片配戴注意事項：

採用晶片計時，晶片須全程配戴，配戴位置分別如下圖：



## 參、 賽事說明：

- 1、 競賽項目：11&22km，全線賽道採彈性交管，請參賽者注意自身安全，並靠右側行進。比賽路線如下：



- 2、 為維護參賽選手安全，設有關站時間，請各位參賽選手務必遵守!時間如下：

11km 組關站時間—09:00 (限時 2 小時)

22km 組關站時間—10:00 (限時 3 小時)

未能依時限通過折返點者(11&22 公里組-08:00 前，)，請遵守裁判人員指示折返，選手不得異議。

會場配置示意圖：



#### 肆、 其他注意事項：

- 1、 本次賽事於冬季舉行且上下坡度起伏甚大，請選手務必評估自身狀況，如有**心血管或慢性病史者尤請特別注意**。
- 2、 成績僅是一時，生命最是可貴，與同好競技是一大樂事，勿為求好心切而超過自身負荷，反生遺憾！過程中若感不適應立即停止參賽。
- 3、 因石門水庫為觀光盛地，無法於比賽期間完全淨空賽道，故請各位選手務必注意交通號誌、標線，以及各項賽事標示、方向指引和旗號等，並靠右跑行，以確保安全！
- 4、 競賽成績：大會統一於活動後公佈於活動官網，參賽選手可自行上網查閱。
- 5、 本活動已投保公共意外險，若有任何意外發生(所有細節依投保公司之保險契約為準)，與主辦單位及活動相關單位無關，若參賽者有自身顧慮以及其他考量，建議可再自行投保個人意外險，感謝配合！
- 6、 主辦單位保有對本活動相關之規則更動、贈品、證書發放與否…等之權利與各名詞之最終解釋權，請各位活動參加者務必遵守大會相關規定。

#### 伍、 活動交通資訊：

活動主會場位於石門水庫南苑停車場。

自行開車，請停至「南苑停車場」以及「坪林收費站」旁道路：

- 走國道3號，自「大溪交流道」下，循3乙省道經員樹林、中科院，由中正路三坑段**左轉**石門路，走到底右轉進入石門水庫「坪林收費站」以及會場(南苑停車場)。
- 走國道1號，接66號東西向快速公路，往「大溪方向」下，循3乙省道經員樹林、中科院，由中正路三坑段**左轉**石門路，走到底右轉進入石門水庫「坪林收費站」以及會場(南苑停車場)。

為保持賽道暢通，請開車前往的參賽選手將車輛停放於**南苑停車場**，或**坪林收費站**、**溪洲公園**、**石管中心立體停車場**等處(如下圖)，選手可於停車後，步行至活動會場。



若有任何問題，歡迎致電名衍行銷 02-5591-5658#16 或來信洽詢  
Email：Peter@body-marketing.com.tw

敬祝

勇奪佳績&挑戰成功

【國醫盃健康路跑賽】 活動小組敬上