

學校體育推廣計劃-水陸兩項鐵人邀請賽

比賽須知

比賽時間表

分組	組別	學校	比賽時間	賽程
1	男子 (14歲或以上)	中學組	早上9時	B
2	女子 (14歲或以上) 女子 (11-13歲)	中學組	早上9時10分	B
3	男子 (11-13歲)	中學組	早上9時20分	B
4	女子 (11歲或以上)	小學組	早上9時30分	A
5	男子 (11歲或以上)	小學組	早上9時40分	A
4	女子 (8歲-10歲)	小學組	早上9時50分	A
3	男子 (8歲-10歲)	小學組	早上10時	A

安全

- 細閱及理解比賽規則
- 急救站設於游泳起點及終點

健康提示

- 由於此活動舉行時正值炎夏,預計活動當日將會非常炎熱及潮濕。大會建意參賽者當日須留意自己的身體狀況是否適合參加。如比賽途中如有任何不適,請立即向附近的工作人員求助。
- 為防止人類豬型流感 (H1N1 甲型流感)擴散,建議參加者自備酒精搓手液及口罩,以維持手部衛生以及咳嗽禮儀。
- 參賽者如出現流感病徵,請勿前往比賽場地及留在家中休息。
- 工作人員在北潭涌上車位置幫各運動員測量體溫,如有發燒徵狀,工作人員會再為運動員測量體溫。如體溫仍高於 37C/98.6F 運動員將不可參與賽事。並須立即離開比賽場地。

到達及賽事登記

- 比賽號碼及泳帽於比賽當天在報到處派發
- 到達比賽場地後,請往報到處報到及向工作人員出示運動員參賽証,以確定參賽者身份
- 工作人員會為各參加者的手臂及大腿寫上號碼

賽事講解

- 賽事講解在召集處進行
- 講解前,準備好一切個人比賽用品
- 運動員必須出席賽事講解
- 賽事講解會以中文進行,如有問題,請立即發問

組別	時間
中學組	早上8時45分
小學組	早上9時10分

- 請各組運動員於聽完賽事講解前,不要離開召集處。
- 工作人員會帶領運動員到轉項區擺放比賽用品,然後到游區開始比賽

行李寄存

- 大會設有行李寄存,每間學校派一位代表在比賽前後,擺放及取回行李

更衣室服務

由於比賽場地更衣室有限，大會鼓勵運動員在到達比賽場地前必須更換好比賽服裝

游泳賽程

賽程A: 150m:

由創興碼頭以深水出發開始，游出海面以逆時針方繞過位於近岸處之浮波外圍，然後返回出發點之下水道上水

賽程B: 250m:

由創興碼頭以深水出發開始，游出海面以逆時針方繞過位於最遠處之浮波外圍，然後返回出發點之下水道上水

- 上水道有工作人員作提示，運動員須格外留意，免生意外
- 游泳時間以上水時間作計算
- 如參賽者未能準時出發，再不會獲准在下一組再出發。

轉項區

- 在轉項區，運動員必須將比賽用品放在指定籃子裏
- 工作人員會為運動員盡量收拾比賽用品，完賽後請往報到處憑號碼布領回比賽用品
- 運動員必須看清楚籃子號碼，方可取比賽用品，如被發現取了別的運動員用品，即時取消比賽資格及不得上訴
- 運動員必須穿著好背心及跑鞋，才可進行跑步賽程

跑步賽段

賽程A: 800m 轉項區 → 終點

賽程A: 1600m 轉項區 → 轉折點B 1 → 轉折點B 2 → 終點

- 參賽號碼布必須扣在背心前面，違規者被取消比賽資格
- 跑步賽段設有一個水站。

比賽完成後

- 請勿向終點人員查詢你的完成時間
- 每位完成賽事的運動員可到賽事中心領取紀念品

比賽成績

- 如有運動員之個人成績或學校之校際成績相同，有關運動員或學校將並列該獎項名次

惡劣天氣警告

- 如於比賽前一天中午十二時懸掛八號颱風訊號或以上，賽事將改期進行
- 如在比賽日早上七時或以後天文台仍然發出一號或以上熱帶氣旋警告信號、黃雨/紅雨/黑雨/雷暴及山泥傾瀉警告、強烈季候風信號或教育局宣佈停課，賽事將改期進行。
- 如比賽進行中天氣惡劣或懸掛上述任何警告，賽事總監有權將比賽賽程改變或取消正在進行的比賽
- 請在比賽早上致電香港天台查詢有關天氣情況 (電話: 1878200)

其他事項

- 參賽者有責任依照正確賽道比賽，如有錯失，則由參自行負責
- 必須遵從大會工作人員之指示，否則可能被取消資格
- 如因任何理由臨時退出比賽，必需向報到處登記
- 大會有權因應需要更改賽事安排及時間表
- 賽會不設上訴，以大會判決為最終裁決
- 賽事成績以大會時計為準
- 男子運動員於跑步賽段必須穿著上衫作賽。違者將被取消資格

家長及觀眾人士注意

- 家長及觀眾人士均禁止進入轉項及在跑步中陪跑，否則參賽者會被取消比賽資格