



2020 蘇花馬拉松嘉年華路跑賽 活動簡章草案

主辦單位保有修改競賽辦法之權利，未來任何修改之項目，將條列公布於此欄。

- 一、指導單位:宜蘭縣政府、交通部公路局第四區養護工程處南澳工務段、蘇澳鎮公所、南澳鄉公所。
- 二、主辦單位:蘇澳鎮體育會。
- 三、承辦單位:蘇澳鎮慢跑委員會。
- 四、協辦單位:宜蘭縣警察局蘇澳分局、蘇澳港港務局、蘇澳區漁會、國立蘇澳高級海事水產職業學校、羅東鎮體育會慢跑委員會、宜蘭四季健跑會、蘇澳鎮青工會、蘇澳鎮婦女會、鴻毅志願服務協會、南山人壽保險股份有限公司、蘇澳國民中學。
- 五、贊助單位: 上淳餐廳、永豐餐廳、安永心食館、台灣水泥公司
- 六、活動日期:109 年 3 月 22 日(星期日)
- 七、活動地點: 蘇澳港旅客服務中心(國光客運南方澳站)
- 八、活動流程:

時間	活動項目
05:00-06:00	選手集合、選手寄物
05:20-05:30	暖身操
05:30-05:45	開幕式 介紹來賓暨主辦單位致詞
05:45-05:50	比賽路線暨規則說明
06:00	馬拉松組/半程馬拉松組 鳴槍起跑
06:10	10K 鯖魚組/5K 飛魚組 鳴槍起跑
07:20	10K 鯖魚組 頒獎典禮
08:00	半程馬組 頒獎典禮
08:40	10K 鯖魚組/5K 飛魚組 比賽結束 (限時 2.5 小時)
10:00	半程馬拉松組 比賽結束 (限時 4 小時)
10:00	馬拉松組 頒獎典禮
13:00	馬拉松組 比賽結束 (限時 7 小時)
13:20	全部活動結束，珍重再見

- 九. 競賽路線:蘇花公路台 9 丁蘇澳-東澳段(詳如競賽路線圖)

2020蘇花公路馬拉松嘉年華路跑賽

3/22(日)



(1) 馬拉松/鮪魚組—南方澳金龍寺(蘇南公路) → 蘇花公路(台9丁) → 下新東澳橋右轉 → 東澳灣海防道路 → 粉鳥

2020蘇花公路馬拉松嘉年華路跑賽 交維計畫管制圖 01

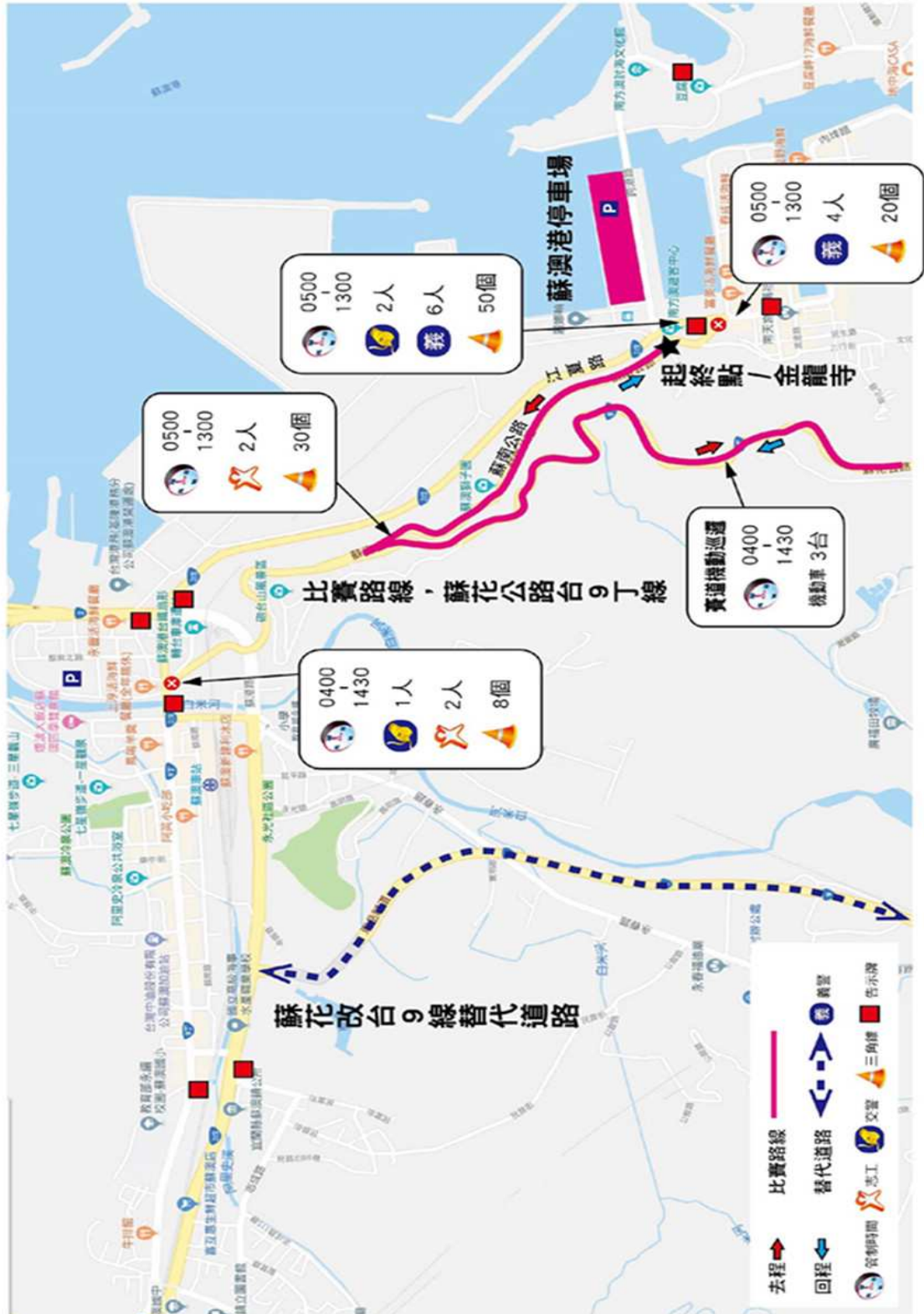
林漁港馬拉松第一折返點折返 → 東岳部落聯絡道 → 東岳湧泉馬拉松第二折返點折返 → 蘇花公路(台9丁) → 終點南方澳金龍寺(42.195K)。

(2) 半馬/鯊魚組—南方澳金龍寺(蘇南公路) → 蘇花公路(台9丁) → 蘇花公路安魂碑 → 半馬折返點折返點折返 → 蘇花公路(台9丁) → 終點南方澳金龍寺(21K)。

(3) 10K/鯖魚組—南方澳金龍寺(蘇南公路) → 蘇花公路(台9丁) → 10K折返點折返 → 蘇花公路(台9丁) → 終點南方澳金龍寺(10K)。

(4) 5K/飛魚組—南方澳金龍寺(蘇南公路) → 蘇花公路(台9丁) → 5K折返點折返 → 蘇花公路(台9丁) → 終點南方澳金龍寺(5K)。

十、停車地點：蘇澳港



十一. 競賽項目：

項目	全馬馬拉松/鯨魚組	半馬/鯊魚組	10K/鯖魚組	5K/飛魚組
報名費	NT\$1100	NT\$1000	NT\$800	NT\$500
	報名費用含短袖紀念衫、成績證明、號碼布、礦泉水、完賽禮(獎牌及運動毛巾)、賽道補給、活動公共意外險、冷飲、伴手禮。			
完路時間	7 小時	4 小時	2.5 小時	
報名限額	1500 人	3500 人	1000 人	1000 人
起跑時間	3/22(日)06:00	3/22(日)06:00	3/22(日)06:10	3/22(日)06:10
集合地點	蘇澳港停車場			

十二、短袖紀念衫樣式示意、尺寸



	2XS	XS	S	M	L	XL	2XL
肩寬(英吋)	15	16	17	19	20	21 ½	23 ¼
袖長(英吋)	7 ½	7 ¾	8	8 ¼	8 ½	8 ¾	9
胸寬(英吋)	16 ¾	17 ¼	18 ¾	20 ¼	21 ¾	22 ¼	24 ½
衣長(英吋)	22	23	25	27	28	29	30

十三、補給說明：每 2.5~3 公里設置水站或補給站；水站（水、運動飲料）；補給站（水、運動飲料、香蕉、巧克力、鹽、梅片、餅乾、水果、、、等）補給內容將視實際情況調整。

十四、參加對象：凡身心健康對路跑有興趣、並遵守大會規定者皆可報名參加（馬拉松/鯨魚組、半馬/鯊魚組須年滿 18 歲才可參加；10K/鯖魚組、5 公里/飛魚組未滿 13 歲，請附家長同意書）。

十五、報名方式：一律採取網路報名（茂德科技報名網站）

1. 報名日期：9 月 25 日至 12 月 31 日止。（為維護比賽品質，如報名人數額滿，即不接受報名，敬請見諒）

（一）一律採網路報名：網路報名可選擇個人報名/團體報名(2 人以上)。

報名網址：<http://sport.promos.com.tw>

（二）繳費方式：

注意事項：

1. 報名官方網站 <http://sport.promos.com.tw> 登錄報名完成後，取得一個 i-bon 繳費代碼（訂單編號）→憑此代碼三天內至全省 7-11 超商門市→i-bon 機器螢幕點選首頁的左上角【代碼輸入】-->輸入 CCAT 加繳費代碼【CCAT + i-bon code】（共 16 碼）-->確認及列印【繳費單】-->到超商櫃檯繳費。
2. 報名額滿 7 日後將公告參賽選手名單，請選手自行查閱。
3. 大會設定轉讓選手資格之機會，請於報名截止日前提供變更資料，選手權益不變，號碼布及晶片資料更改；未於報名截止日前提供變更資料之選手，無保險保障，活動現場不提供證書更名服務、成績不列入敘獎。資料變更事宜，繳費後可使用"查詢報名表"功能，在系統開放修改期限內自行更換選手名單。請來信 sport@promos.com.tw 告知。
4. 任何有關賽事問題，可來電洽詢會長:林忠信 0953-062770、副會長:林永木 0919-982985、總幹事:邱彥凱 0915-851837。
5. 家長同意書：填寫完畢請 E-mail 至 sport@promos.com.tw 或傳真至 03-579-8309 活動小組（可掃描或拍照將圖檔寄至信箱）。

(1)未滿 18 歲的參賽者，需有其監護人同意之相關資料才可進行保險單位的投保作業。為加速作業流程，一律採用線上電子認證，報名系統針對未滿 18 歲之報名者，於報名資料送出時，畫面會跳出家長同意書欄位，請依照欄位提示，確實填寫監護人姓名及身分證字號，完成認證程序。

(2)請報名負責人於報名前先獲得未成年參賽者之監護人同意，並取得該未成年參賽者之監護人資料，避免未填寫此欄位而導致報名失敗；若資料填寫不齊則無法報名成功，切勿

未經監護人同意而自行填寫家長同意書，以免構成偽造文書之情事，其後續法律責任將由報名者與參賽者自行負擔，請報名者特別注意。

6. 賽前一週將公告參賽選手名單，請選手自行查閱。

7. 團體報名每滿 30 人提供一頂休息帳篷。

十六、報到方式：

一律郵寄報到：

A、本會將於賽前一週將所有物資包裹寄達；請於報名時依線上報名務必填寫正確的郵寄地址，以免包裹無法寄達，亦不寄發回執單；郵寄費用請於報名同時繳交。

B、郵寄報到費用（限台灣境內）

人數	1~2 人	3~5 人	6~10 人	11~30 人	31~80 人	81 人以上
費用（新台幣）	100 元	200 元	300 元	500 元	800 元	1000 元

C、郵寄完成後，號碼布及晶片請妥善保管，遺失不再補發。

D、比賽當天恕不受理報到手續。

十七、晶片計時：

（一）本次賽事採用茂德科技晶片計時系統服務，若選手於賽事後有任何成績相關的問題請撥打電話至茂德科技股份有限公司，客服專線 03-579-8308 洽詢。

（二）本賽事將發送一枚計時晶片帶（晶片請務必牢固繫於鞋帶上，請勿將晶片置於腰帶或肩袋中，以免感應不良）。

（三）完賽的選手們請於現場成績列印區領取完賽成績證明，賽後恕不補發紙本證書。

十八、獎勵辦法：

（一）領取總名次獎盃、獎金之選手不再列入分組名次計算，領取獎金之參賽選手請攜帶身分證件（外籍人士請攜帶護照）至獎典組登記填寫資料。

（二）馬拉松、半程馬拉松，男、女年齡分組如下：

男、女甲組 60 歲以上、男、女乙組 50 歲至 59 歲、男、女丙組 40 歲至 49 歲、男、女丁組 30 歲至 39 歲、男、女戊組 18 歲至 29 歲。

馬拉松 42.195KM

總名次男子組(取五名)

(總名次不再計入分組名次)

第一名 獎金 NT \$ 5,000 元、獎盃乙座
第二名 獎金 NT \$ 4,000 元、獎盃乙座
第三名 獎金 NT \$ 3,000 元、獎盃乙座
第四名 獎金 NT \$ 2,000 元、獎盃乙座
第五名 獎金 NT \$ 1,500 元、獎盃乙座

總名次女子組(取三名)

(總名次不再計入分組名次)

第一名 獎金 NT \$ 5,000 元、獎盃乙座
第二名 獎金 NT \$ 4,000 元、獎盃乙座
第三名 獎金 NT \$ 3,000 元、獎盃乙座

男女各分組名次：(頒發獎盃乙座)

各組依報名人數：1-10 人，錄取一名

11-30 人，錄取二名

31-50 人，錄取三名

51-80 人，錄取五名

81-150 人，錄取八名

151-200 人，錄取十名

201 以上，每 100 人，增加一名，

(上限至十五名)

半程馬拉松 21 公里

總名次男子組(取三名)

(總名次不再計入分組名次)

第一名 獎金 NT \$ 3,000 元、獎盃乙座

第二名 獎金 NT \$ 2,000 元、獎盃乙座

第三名 獎金 NT \$ 1,500 元、獎盃乙座

總名次女子組(取三名)

(總名次不再計入分組名次)

第一名 獎金 NT \$ 3,000 元、獎盃乙座

第二名 獎金 NT \$ 2,000 元、獎盃乙座

第三名 獎金 NT \$ 1,500 元、獎盃乙座

男女各分組名次:(頒發獎盃乙座)

各組依報名人數:1-10 人,錄取一名

11-30 人,錄取二名

31-50 人,錄取三名

51-80 人,錄取五名

81-150 人,錄取八名

151-200 人,錄取十名

201 以上,每 100 人,增加一名,

(上限至十五名)

鯖魚組 10 公里

總名次男子組(取三名)

(總名次不再計入分組名次)

第一名 獎盃乙座

第二名 獎盃乙座

第三名 獎盃乙座

總名次女子組(取三名)

(總名次不再計入分組名次)

第一名 獎盃乙座

第二名 獎盃乙座

第三名 獎盃乙座

男女各分組名次:(頒發獎盃乙座)

各組依報名人數:1-10 人,錄取一名

11-30 人,錄取二名

31-50 人,錄取三名

51-80 人,錄取五名

81-150 人,錄取八名

151-200 人,錄取十名

201 以上,每 100 人,增加一名,

(上限至十五名)

(三) 完賽獎:

1. 馬拉松組—於規定時間內完成比賽者,頒發成績證明乙紙、完成獎牌乙面、運動大毛巾乙條、便當乙個、伴手禮乙份。
2. 半馬組—於規定時間內完成比賽者,頒發成績證明乙紙、完成獎牌乙面、運動大毛巾乙條、餐點、伴手禮乙份。
3. 鯖魚組—於規定時間內完成比賽者,頒發成績證明乙紙、完成獎牌乙面、運動小毛巾乙條、餐點、伴手禮乙份。
4. 飛魚組—於規定時間內完成比賽者,頒發成績證明乙紙、完成獎牌乙面、運動小毛巾乙條、餐盒乙盒、伴手禮乙份。

※成績證明完跑立即發給,請務必現場領取,如未領取恕不補寄,如因現場成績證明列印機器發生故障,則改採賽後一個月內寄發,成績賽後一週後公佈於網站。

※本競賽活動使用專業運動晶片記時系統處理選手成績,使用方法請參考網站說明,取獎以大會時間為準,晶片時間僅供個人參考。

※為避免完賽選手過於久候,當各組錄取成績確定時,將立即頒獎。得獎者限比賽當日活動結束前領取,逾時視同棄權。

十九、衣物保管：

大會將於 3/22(日)5:00 時起，接受衣物保管，賽後憑號碼布領取，並請於當日 13:20 時前領回。(貴重物品請自行保管，若有遺失，本會恕不負責)。

二十、申訴：

1. 比賽爭議：競賽中各跑者不得當場質詢裁判，若與田徑規則同等意義之註明者，均以裁判為準，不得提出申訴。
2. 申訴程序：有關競賽所發生的問題，須於各組成績公佈 10 分鐘內，向大會提出，同時繳保證金新台幣 1,000 元整，簽收收執聯；所有申訴以大會判決為終決，若無理申訴得沒收其保證金。
3. 喪失資格：
 - A、跑者無論在任何情況下絕不能借助他人之幫助競賽。跑者應循比賽路徑競賽，不可超越捷徑，或以其他交通工具為之，違者喪失資格。
 - B、所有參賽跑者必須佩帶大會發給之號碼布，號碼布別於胸前以利裁判辨識，跑者跑抵終點時，若無大會號碼布、無起點檢錄標記、無折返點信物、或於大會規定時間內無法完成全程者，均不予計算名次及成績。另為維持賽會秩序及品質，大會有權將未佩戴大會號碼布下場參賽之跑者隔離，請各位跑者配合。
 - C、巡迴裁判會收取中途棄賽跑者晶片，跑者不得異議。

二十二、公共意外險：

- (一)報名表內各欄請務必詳實填寫，如有錯漏導致喪失保險效力，應自行負責。
- (二)本次活動提供每人新台幣貳佰萬元之公共意外險。(所有細節依投保公司之保險契約為準)公共意外險承保範圍：被保險人因在保險期間內發生下列意外事故所致第三人體傷、死亡或第三人財物損害，依法應負賠償責任，而受賠償請求時，本公司對被保險人負賠償之責：(1)被保險人或工作人員；本次比賽保險單載明之比賽場地及活動期間內發生之意外事故。
- (三)被保險人在競賽路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。
- (四)特別不保事項：(1)個人疾病導致運動傷害。(2)因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如休克、心臟症、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外險只承擔因外來意外所受之傷害理賠。
- (五)選手如遇與跟第二項所述之疾病之病史，建議選手慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。
- (六)如您曾發生過以下病況及有以下疾病狀況，屬猝死高危險群，請諮詢醫師專業的判斷及請勿勉強參加：
 - ◎不明原因的胸部不適(胸悶、胸痛) ◎不明原因的呼吸困難 ◎不明原因頭暈 ◎突然失去知覺 ◎高血壓(>140/90mmHg) ◎心臟病 ◎腎功能異常 ◎糖尿病 ◎高血脂(總膽固醇>240mg/Dl) ◎家族心臟病史(一等親在 60 歲前發生心臟病或猝死) ◎癲癇。

二十三、注意事項：

1. 賽事兩天照常舉行，如遇海陸上颱風警報或不可抗力之天然災害，為考量選手及參與者安全，賽會有權宣布取消、延期或調整賽事路線，相關變更通知請密切注意。
2. 跑者報名時請詳加評估自身實力，是否具有能力在限時內完成比賽。已完成報名手續者，不得以任何理由要求換人名、參賽項目、衣服尺寸或退費，亦不得因無法參賽轉讓報名資格。無完成報名者不具參賽資格，嚴禁代跑。若發生代跑情事，大會得公布代跑者及被代跑者姓名等相

關資料。

3. 跑者出場競賽前，若身體不適，請勿出場競賽；競賽期間身體不適，應即停止競賽。若勉強參賽，而發生任何事故，主辦單位概不負責。
4. 晶片使用之操作方式請跑者於賽前詳閱晶片使用說明，或是依現場服務人員的協助操作。
5. 跑者禁止互換晶片、禁止佩帶他人晶片、禁止 1 人佩帶 2 個或 2 個以上晶片，違者將取消參賽資格，成績不予計算，大會得公布違者姓名等相關資料。
6. 晶片為計時的依據，請確實通過各感應點，並確認佩帶晶片之腳有踩踏過感應地墊，沒有按照大會規定使用晶片，導致無成績者，大會一概不負責。
7. 請跑者衡量自身實力，切勿爭先恐後，發揮運動家精神，禮讓實力較佳跑者優先出發。
8. 請跑者準時出發，且務必經過起點晶片感應區，完成起點檢錄標記；超過起跑時間 10 分鐘後出發者，大會有權禁止其出發及不予計算成績。
9. 請參賽跑者務必衡量自身狀況，量力而為，並做好必要之防熱保護措施；若身體不適，或有中暑癥兆，應立即停止繼續參賽，並向沿線志工或裁判請求協助；為保護選手安全，若經大會醫護人員現場判定不宜繼續參賽者，大會得強制收容。
10. 大會於現場僅做必要緊急醫療救護，並為參賽跑者投保公共意外險，對於跑者本身疾患引起之病症不在承保範圍內，而公共意外險只因意外所受之傷害做理賠。（所有細節依投保公司保險契約為準）
11. 連絡資料：本活動官網網址
12. 本活動簡章內容如有未盡事宜，將陸續於本活動網站補充公告。
13. 全馬選手在比賽期間達 5 小時 30 分，未達 30 公里處，請選手搭乘接駁車回到會場。