



章程

主辦單位：體育局

活動日期：2020 年 11 月 1 日（星期日）

活動地點：澳門東亞運動會體育館及周邊路段

- 活動簡介：活動結合路跑及闖關的戶外競技障礙挑戰元素，考驗參加者的心肺耐力、肌力和體力。參加者在挑戰自我的同時享受運動的樂趣，更可展示平日鍛煉的成果。參加者可按自身情況選擇參加挑戰組賽事或同樂組體驗活動，所有障礙關卡通關方法以主辦單位最新公佈為準：

組別	內容	參加方式
挑戰組	<ul style="list-style-type: none"> 以晶片計時方式進行，參加者須跨越約 4 公里賽事中多個不同類型的戶外障礙關卡到達終點。未能成功挑戰相應關卡者，必須額外完成指定的體能任務，方能繼續闖關。 分初賽及決賽兩回合進行，初賽成績最快的前 20 名個人參賽者及前 6 名隊際參賽者可進入相關決賽。 	<ul style="list-style-type: none"> 個人賽：分男、女子組。 隊際賽：每隊 3 人作賽，隊伍中至少 1 名為女性，3 人必須同時起步及同時到達終點。
同樂組	不計算任何時間成績，參加者須跨越約 3.2 公里賽事中多個不同類型的戶外障礙關卡到達終點。	個人（不分組）

- 報名詳情：

2.1 報名日期：9 月 24 日（星期四）上午 9 時至 10 月 23 日（星期五）中午 12 時；

2.2 報名資格：持有由澳門有權限實體發出的有效身份證明文件的下列人士：

組別	出生年份
挑戰組	2004 年或之前出生
同樂組	2007 年或之前出生

- 報名方式：

網上報名	<p>www.sport.gov.mo/zh/obstacleracingchallenge</p> 
親臨報名	<ul style="list-style-type: none"> 索取報名表：體育局總部（羅理基博士大馬路 818 號）或於上述網頁連結下載； 填妥報名表，並簽署報名表內的健康聲明（可由澳門註冊醫生簽署的聲明書取代，證明參加者的健康狀況）； 將上述報名文件於截止報名日或之前於辦公時間內親臨體育局總部提交。

2.4 報名費：免費；

2.5 報名上限為 800 人，額滿即止；

2.6 為確保安全，參加者必須在良好健康情況下參加本活動。若有高血壓、心臟病、脊背或頸部不適、容易暈眩、懷孕或其他必須避免刺激的健康情況，請勿參加；

2.7 報名一經遞交，即代表參加者確認及同意接受主辦單位決定的一切賽事規則、條款及安排。



3. 重要日程：

日期	時間	內容
10月31日 (星期六)	14:30-17:30	障礙關卡體驗練習
11月1日 (星期日)	08:00-09:00	檢錄及儲物
	09:30	活動正式開始(分時段起步)

4. 獎勵：

組別	獎勵名次	獎品
個人賽各組別	冠軍	獎盃一座，澳門元 1000 元體育用品禮券
	亞軍	獎盃一座，澳門元 800 元體育用品禮券
	季軍	獎盃一座，澳門元 500 元體育用品禮券
	第 4 至 10 名	獎盃一座
隊際賽	冠軍	獎盃一座，澳門元 3000 元體育用品禮券
	亞軍	獎盃一座，澳門元 2000 元體育用品禮券
	季軍	獎盃一座，澳門元 1000 元體育用品禮券
同樂組	成績最佳的 10 名參加者	獎盃一座

5. 紀念品：凡完成全程者，可獲贈紀念證書及毛巾。

6. 服飾及裝備：

- 6.1 參加者可自行選定活動服裝，但不可穿著任何與社會輿論訊息有關或含有不雅用語的服裝作賽；
- 6.2 參加者必須穿著平底運動鞋進行活動（嚴禁穿著釘鞋或其他尖硬的鞋子）；
- 6.3 除了鞋履，手套和保護裝置外（例如：護肘或護膝），嚴禁利用任何衣物或個人物件協助完成活動；
- 6.4 違反上述規定者，可被取消資格。

7. 其他事項：

- 7.1 參加者在進場時須佩戴口罩、進行體溫測量、以及提交當天的“澳門健康碼；除進行熱身運動及正式活動期間，參加者在活動場地內應佩戴口罩，並與他人保持適當距離；
- 7.2 主辦單位設有水站及寄存站，請預留充足時間前往寄存站存放物品及進入起跑區，主辦單位不建議參加者攜帶貴重物品。如有遺失，主辦單位恕不負責；
- 7.3 參加者必須按照及服從主辦單位指示和安排，否則主辦單位有權取消其資格；
- 7.4 每個關卡都有一定的負載人數，如未能搶佔關卡上的位置，就需要在關卡旁邊輪候；
- 7.5 參加者請妥善佩戴及保管好晶片腳環，如有遺失或損毀則無法計算有關成績；
- 7.6 主辦單位保留更改賽事路程及調整障礙賽難度的權利；
- 7.7 參加者如對賽果有任何爭議，則以當日賽事裁判為最後決定；
- 7.8 主辦單位將在賽道上設立檢查站(檢查站之位置將視活動時之道路情況而定，並於活動前公佈)，參加者必須於指定時限前經過檢查站，否則須依從主辦單位指定的安排離開跑道，且主辦單位有權終止該參加者繼續比賽。

8. 查詢可致電體育局熱線 2823 6363，或瀏覽上述體育局網頁。

附則：主辦單位保留修改及解釋活動規則的權利，如本章程如有不足之處，以主辦單位最後決定作實。