

國立澎湖科技大學 112 學年度校慶暨全校運動大會

校園迷你馬拉松暨親子健走活動辦法

一、活動宗旨：為慶祝本校第 33 週年校慶，透過辦理健康運動系列慶祝活動，以推展本校運動風氣、促進澎科人身心健康、凝聚向心力及增進情誼；同時透過體育活動敦親睦鄰，與鄰近社區居民進行交流促進社區和諧。

二、主辦單位：國立澎湖科技大學

三、承辦單位：國立澎湖科技大學學務處體育組、田徑校代表隊

四、報名日期：自 112-1 學期第 17 週 113 年 1 月 01 日(一)起至 112-2 學期第 2 週 3 月 08 日(五)下午 17:00 截止。

五、活動日期：113 年 3 月 23 日(六)上午 07:00~09:30。

六、參加對象及資格：全校學生、教職員工及學校周邊社區居民，凡體能自我評估妥適無礙者，均歡迎報名參加，不限名額。

七、報名方式：自行填寫 google 表單。網址：<https://forms.gle/Eqkikh9dB8gcVWmc6>

八、路跑路線：

(一)休閒組 5km：澎科大大門前廣場（起終點）→六合路→西衛社區農漁民活動中心→西衛社區海堤步道→重光里辦公處前廣場（折返點）。

(二)挑戰組 7km：澎科大大門前廣場（起終點）→六合路→西衛社區農漁民活動中心→西衛社區海堤步道→重光里辦公處前廣場→重光社區海堤步道→重光媽祖銅像（折返點）。

(三)路跑路線影片網址：<https://www.youtube.com/watch?v=GsjmmHgfsmA>

報名 QR Code



影片 QR Code



九、活動方式：

(一)活動報到：請於 113 年 3 月 23 日(星期六)07:00 前至本校大門前廣場，領取號碼布（每人以一張為限），預定於 07:30 開場後鳴槍後起跑，未領取號碼布而自行路跑者亦不發給獎勵。

(二)定點停靠蓋章：起終點及沿途設置共三個(休閒組)；四個(挑戰組)休息補給站，除提供補給品外，抵達補給站後，由現場工作人員於號碼布蓋章作為通過證明。

1.起終點（第一站）：澎科大大門口前廣場報到並領取號碼布。

2.通關第二站：西衛社區農漁民活動中心，由站點工作人員蓋章以茲證明。

3.通關第三站：重光里辦公處前廣場，由站點工作人員蓋章以茲證明。

4.通關第四站：媽祖銅像前廣場，由站點工作人員蓋章以茲證明（挑戰組）。

5.終點（第五站）：回到澎科大大門口前廣場前：跑完全程者，由工作人員檢視號碼布集章數量。

十、獎勵：每位選手皆有參加禮品，各組完賽前 10 名者頒發精美禮品一份。

十一、注意事項：

(一)報名前選手請自行進行身體健康評估，身體不適者（心臟病、氣喘、糖尿病、及各種不適於激烈運動之疾病）請勿報名參加。參加者應先自行長距離慢跑練習，對本身是否適合參與比賽之

健康情形負全責。

- (二) 運動是保持健康身體的重要因素，請參賽選手視自己跑步當日狀況量力而為，並請於活動前一日做充足的睡眠及當日跑步前 2 個小時用餐完畢。
- (三) 比賽選手一律穿著運動服裝及運動鞋，未穿著運動服裝者取消資格。
- (四) 比賽期間不得搭乘交通工具或抄近路，違者以棄權論。
- (五) 須在規定時間內按照大會路線完賽，並於補給站內完成蓋章，完賽時間依照大會時間為主，未按大會路線進行者、未蓋中途點印章者取消領取獎勵資格。
- (六) 主辦單位對於現場只做必要緊急醫療救護，大會裁判或醫護工作人員有權視選手體能狀況，中止選手繼續比賽資格，選手不得有異議。比賽當天途中皆有醫護站，若選手有各種不適症狀請立刻至醫護站。
- (七) 活動當天如有閃電、雷擊、豪大雨等情形，主辦單位將於當天 7 點公告是否延期。
- (八) 本辦法若有未盡事宜，得由體育運動組公告為準。

十二、如有相關問題請詢問體育運動組 陳茗瑜書記(06)926-4115 #1239。

十三、活動流程表：

時間	活動內容
06：40~07：00	報到集合
07：00~07：15	暖身（毛巾操）
07：15~07：20	校長致詞
07：20~07：25	全體大合照
07：25	挑戰組鳴槍出發
07：30	休閒組鳴槍出發
07：30~09：00	路跑開始
09：00~09：30	回收號碼布（關門時間點）

（依照當日現場狀況為主）