

# 「105 年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽」

## 活動計畫書

一、計畫依據：臺北市民間體育團體辦理體育活動經費補助辦法

二、主旨：推廣國民體育運動，提倡運動風氣及正當育樂活動，促使民眾發揮團隊精神，營造運動生活化之氛圍，養成積極進取的生活態度，並促進人際互動，提高社會和諧氣氛。

三、指導單位：臺北市政府體育局

四、主辦單位：臺北市體育總會鐵人三項協會

五、協辦單位：國立中正紀念堂管理處

六、辦理期程：105 年 11 月 13 日（星期日）

七、計畫內容：

(一)活動名稱：105 年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽

(二)參賽對象：臺北市暨新北市國民小學四年級至六年級學童、學校師長、家長及一般社會人士。

(三)參與人數：參賽人數約 360 人，總參與人數約 450~550 人。

(四)活動時間：民國 105 年 11 月 13 日（星期日）6：00 至 13：00

(五)競賽場地：國立中正紀念堂民主大道

(六)競賽方法：

1.競賽組依年級、性別分組，共分為 6 組，每隊 6 人，一人限報名一隊，每校每組不限參賽隊數。可個人組隊報名。

2.社會組每隊 6 人，30 組。大會有權增減社會組參賽隊數。

3.大隊接力跑步 1 人 300 公尺×6 人，每隊共計 1,800 公尺。

4.大會提供活動 T 恤，以及競賽組之完賽證書。

5.競賽組優勝者頒發獎盃一座，獎學金冠軍 3,000 元、亞軍 1,500 元、季軍 800 元，獎狀一紙。

6.社會組優勝者頒發獎盃一座，獎金冠軍 3,000 元、亞軍 1,500 元、季軍 800 元。

7.大會有權依報名隊數決定優勝名額。

8.大會提供 10 至 15 部國際知名品牌自行車，市價約 3,500 元，辦理摸彩活動，推廣民眾落實三鐵運動，以維護身心健康。

(七)活動流程

- 06：00 裁判及工作人員、志工報到
- 07：30 參賽選手報到
- 08：00 開幕式及貴賓致詞
- 08：10 競賽規則說明及暖身操
- 08：30 競賽開賽
- 12：00 頒獎及摸彩活動
- 12：30 結束並清理現場

八、報名手續：

- (一)報名日期：於 105 年 10 月 28 日（含）前完成報名手續。
- (二)參加方式：接受學校組隊報名或個人組隊報名，不限隊數，額滿為止。一人限參加一組一隊，不得跨組、跨隊。
- (三)競賽組：四年男子、四年女子、五年男子、五年女子、六年男子、六年女子，6 人一隊。
- (四)社會組：6 人一隊(不分性別)共 30 隊。大會有權增減參賽隊數。
- (五)報名表填寫：競賽組請詳載參賽組別、姓名。
- (六)報名表下載：可至本會 Facebook 網頁下載。

(<https://www.facebook.com/groups/triathlete.tpe/>)

- (七)報名費用：參賽者每人新臺幣 150 元，每隊 900 元。
- (八)親自報名及繳費：填妥報名資料，至本會報名繳費。
- (九)通訊報名及繳費：

- 1.先行匯款至本會銀行帳戶。

銀行：臺灣新光商業銀行中正分行

帳號：0019101008603

帳戶：臺北市體育總會鐵人三項協會

- 2.將報名表及匯款收據影本，以傳真或郵寄送達本會。

(十)聯絡本會：

- 1.會址：10056 臺北市中正區金山南路一段 121 號 3 樓
- 2.電話：(02) 2392-7123
- 3.手機：0921-119-576 陳小姐／或 0910-238-838 陳先生
- 4.傳真：(02) 2393-4687／或 (02) 2322-4170
- 5.電子郵件：liling8204@gmail.com

## 九、大會人員

(一)活動大會會長：鄭芳梵

(二)主任委員：李家雄

(三)執行秘書：陳和德、陳麗玲

(四)檢錄及場地安全組代表兼裁判長：李維修

(五)工作人員代表：

仲裁小組組長：游世瑛

秩序維護兼連絡小組組長：陳和德

醫療兼清潔維護小組組長：劉國彰

十、活動宣傳：透過政府教育單位官網、學校區域網路、本會臉書網頁(<https://www.facebook.com/groups/triathlete.tpe/>)

等，鼓勵學童、師長家長及社會人士踴躍參賽。

## 十一、預期效益

(一)新增市民運動人口：預估新增運動參加人口 450 人，含括觀賽民眾，預估可新增參與人口 600~700 人，對增進親子互動，提高家庭和諧及改善社會人際關係，有一定成效。

(二)養成民眾運動風氣：藉由實地競賽活動，宣導學童及民眾培養優良運動習慣，走出戶外接觸正當育樂活動，進而強化體能、強健體魄。

(三)激發自我挑戰精神：藉由運動比賽之競爭，暨訓練體能之餘，又激發自我挑戰潛能，並學習運動家精神。

(四)培養團隊互助精神：藉由大隊接力，培養參賽者認知分工合作，發揮群力團隊精神，始能完成競賽之教育意義。

(五)促進人際互動交流：藉由運動之激發，培養積極進取的學習精神及生活態度，期許促進親子互動，提高家庭和諧氣氛，以及朋友或工作夥伴之間彼此互助及關懷，進而發展良好的人際關係。

# 「105 年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽」

## 競賽規則

### 一、通則

1. 選手請注意安全及個人身體狀況，如有不適，應立即休息或停止比賽。
2. 選手參賽時穿著大會提供之活動 T 恤，亦得穿著各校競賽制服，並穿著號碼背心、跑鞋，惟不得裸露上身及赤腳競賽，違者取消比賽資格。
3. 選手於活動期間，須確實遵守大會規定與安排。
4. 選手不得服用藥物、興奮劑及酒類參賽，經大會發現得取消其資格。
5. 選手不得有妨礙他人之行為，違者取消比賽資格。
6. 大會提供之辨識接力彩帶或標誌，選手須按規定配戴，不得變造。
7. 競賽活動當天如因天氣或環境不良，有安全顧慮時，大會得變更賽程或終止比賽。
8. 棄權或喪失參賽資格的選手不得再進行比賽。
9. 未盡事宜以大會仲裁委員會之決議增補之。

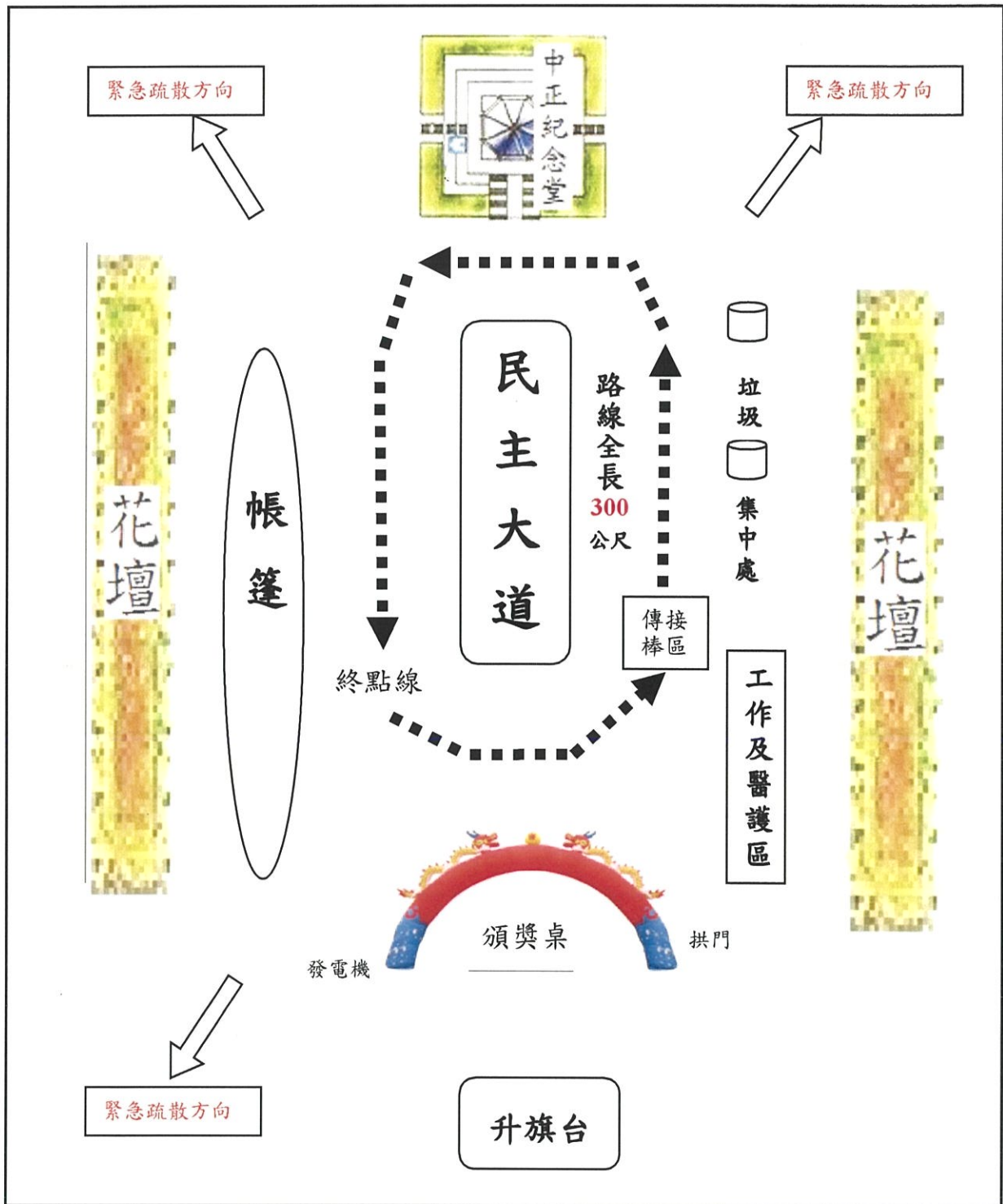
### 二、接力賽

1. 選手須遵守大會競賽規則，違規者取消參賽資格。
2. 選手不得借助其他動力進行比賽，違規者取消參賽資格。
3. 比賽中，不得衝撞或阻擋其他選手，違規者取消參賽資格。
4. 選手身體不適或體力不支，可向裁判示意，並由裁判取下競賽號碼背心或標誌停止比賽。

### 三、申訴

1. 競賽爭議：規則上有明文規定或同等意義註明者，以裁判之判定為準。
2. 申訴程序：選手得以書面提出並簽名後，向大會正式提出書面申訴，且以仲裁小組之決議為終結。
3. 競賽中如發生糾紛，選手得以口頭立即向裁判申訴，並依本規程之規定，在口頭申訴後 30 分鐘內補提申訴書，由仲裁小組處理，各項競賽進行中，選手、教練、親友皆不得當場質問裁判或妨礙比賽進行，否則取消選手之參賽資格。

## 競賽場地示意圖



# 105 年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽 競賽組報名表

編號：

|          |                                                                 |                         |                   |       |
|----------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------|-------|
| 學校       |                                                                 | 序號                      | 姓名                | 運動服型號 |
| 隊名       |                                                                 | 1                       |                   |       |
| 領隊       |                                                                 | 2                       |                   |       |
| 教練       |                                                                 | 3                       |                   |       |
| 參賽組別     | (請勾選)                                                           | 4                       |                   |       |
|          | <input type="checkbox"/> 4 年男子組 <input type="checkbox"/> 4 年女子組 |                         |                   |       |
|          | <input type="checkbox"/> 5 年男子組 <input type="checkbox"/> 5 年女子組 | 5                       |                   |       |
|          | <input type="checkbox"/> 6 年男子組 <input type="checkbox"/> 6 年女子組 |                         |                   |       |
| 電話<br>手機 | (請填聯絡人電話、手機、Email)                                              | 6                       |                   |       |
| email    |                                                                 | 教練                      | 含教練，<br>每隊可領取 7 件 |       |
| 聯絡<br>地址 |                                                                 | ※請依下列對照表<br>註明運動服型號(大小) |                   |       |

## 運動服尺寸對照表

|        |         |         |         |         |         |
|--------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 身高(公分) | 130~140 | 140~150 | 150~160 | 160~170 | 170~180 |
| 體重(公斤) | 34~40   | 41~47   | 48~56   | 57~65   | 66~74   |
| 型號(大小) | 135     | 145     | 155     | 165     | 175     |

※一般體型者請參考身高間距登記適穿型號。

※體重超過標準者，請參考體重間距登記適穿型號。

※女生想要合身短版，可適度減少登記一個型號。

# 105 年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽

## 社會組報名表

**編號：**

|         |       |                         |                     |  |
|---------|-------|-------------------------|---------------------|--|
| 參賽組別    | 社 會 組 | 電話                      | (請填聯絡人之電話、手機、email) |  |
| 隊名      |       | 手機                      |                     |  |
| 聯絡人     |       | email                   |                     |  |
| 1 姓名    |       | 運動服型號                   |                     |  |
| 2 姓名    |       | 運動服型號                   |                     |  |
| 3 姓名    |       | 運動服型號                   |                     |  |
| 4 姓名    |       | 運動服型號                   |                     |  |
| 5 姓名    |       | 運動服型號                   |                     |  |
| 6 姓名    |       | 運動服型號                   |                     |  |
| 總件數：6 件 |       | ※請依下列對照表<br>註明運動服型號(大小) |                     |  |

### 運動服尺寸對照表

|         |         |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 身高 (公分) | 140~150 | 150~160 | 160~170 | 170~180 | 180~190 |
| 體重 (公斤) | 41~47   | 48~56   | 57~65   | 66~74   | 75~83   |
| 型號 (大小) | 145     | 155     | 165     | 175     | 185     |

※一般體型者請參考身高間距登記適穿型號。

※體重超過標準者，請參考體重間距登記適穿型號。

※女生想要合身短版，可適度減少登記一個型號。

