

# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

## 接力賽選手包領取

日期：2025年1月17, 20, 21及22日 12:00 至 19:00  
2025年1月18日 12:00 至 16:00

地點：Run2gather - 九龍灣宏開道17號順發工業大廈1008室

安排：參賽隊伍的其中一位參加者需出示確認電郵當中的QR Code 領取(電子或列印版本)及身份證明文件領取**整隊選手包**。

\*\*如參加者本人未能親身前往，參加者可安排他人代領選手包；代領人需出示選手包領取通知書(電子或列印版本)、及代領授權信件。

\*\*請自攜環保袋，大會不會提供任何膠袋

## 活動紀念T恤 - 每人一件



## 行李寄存袋 - 每人一個



# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

鞋袋 - 每人一個



限量版毛巾 - 每人一條



限量版水杯 - 每人一個



# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

號碼布 - 每人一塊



或

## 活動當天接力安排

組別		報到時間	上線時間	起步時間	時限
競賽組	紀律部隊組、體育團體組、 競賽公開組	07:15-07:50	07:50	08:00	120分鐘
愛心組	小學組、中學組、親子組、 愛心公開組	10:00-10:50	10:50	11:00	60分鐘
傷健共融組				10:59	60分鐘

### 建議到達時間

建議於上線時間前不少於30分鐘到達

### 接力棒 (當天於藝術公園大草坪報到處領取)

請每隊派一位代表出示號碼布於報到處及領取接力棒一枝

計時晶片裱在接力棒內，請留意路線上的距離感應點指示牌，參加者必須手持接力棒跑過感應點才可計算各點總距離。

**\*請妥善保管接力棒，每枝接力棒代表不同隊伍的成績計算，請留意棒上編號是否與號碼布相同。**

**\*完成接力賽請將接力棒交到報到處並領取獎牌**

# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南



## 行李寄存區

時間：活動當天上午7時15分至中午12時30分

安排：參加者的個人物件可存放於大會提供之行李寄存區

- 參加者於賽事當天**必須**出示號碼布以寄存及認領行李
- 參加者需自行將行李牌(可於號碼布右邊撕下行李牌)扣於其行李袋上方
- 大會將不會提供行李膠袋，參加者需自行預備其行李袋
- 每個行李牌只限寄存一件行李
- 由於寄存空間有限，不接受寄存任何尺寸之行李箱及嬰兒車
- 切勿攜帶貴重物品，如有損毀或遺失，大會將不會負任何責任及作出任何賠償。參加者一旦使用此安排，已被假定接受此條款。

# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

## 行李牌



行李牌  
沿虛線撕下，並綁於行李上方

## 號碼布



請將行李牌綁於行李上方

## 號碼布

### 號碼布放置的位置

比賽期間，參賽者之號碼布必須置於胸前易見位置，切勿被外套遮擋，以便工作人員辨認，否則大會將保留取消其參賽資格之權利。參賽者請利用扣針，把號碼布的四角緊扣於胸前，號碼向外。請善用選手包內已備有的扣針，賽事當天大會將不會於起點提供扣針。

### 比賽須知及成績計算

每隊由 4 -12 名隊員組成，隊員必須手持附有計時晶片之接力棒進行比賽，以接力形式於限時內跑出最遠距離，每一棒距離約600米(愛心組別)，400米 (傷健共融組) 及 1KM (競賽組別)；

第一位(即負責起步)之隊員必須完成一圈，方可交棒；

其後之隊員須完成一圈，方可交棒；

每位隊員必須手持接力棒跑過電子距離感應設置之位置，以便計算距離；

每隊各自設有一個接力區，隊員接力必須在指定接力區內進行(義工協助)；

每隊只可派一位即將接力跑的隊員在接力區內等候，其他隊員一概不可逗留在接力區；

每隊接力時需要在內圈接力，外圈給參加者繼續跑步，以免相撞；

# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

每隊均會獲發接力棒一枝作接力用，每次接力須將接力棒交到下一位隊員手上；

隊員接力次數及出場次序均不限。

## 距離感應點位置



競賽組：由起點起步後，CP 1 > CP 2 > CP 3 > CP 4 > CP1 為一圈

愛心組（傷健共融組除外）：由起點起步後，CP 1 > CP 2 > CP 1 為一圈

傷健共融組：由起點起步後，CP 3 > CP 4 > CP 3 為一圈

\*\*拱門位置只在起步時會經過，第一圈之後不需跑回起點，各組只需按以上CP繼續接力便可。現場亦有指示牌指示，同時留意工作人員之指示。

## 最有創意服裝隊伍

歡迎各參加者穿著賦有新春特色的服裝角逐最有創意服裝隊伍，如欲參加創意服裝獎，請於上午7時20分至11時到報到處旁的「創意服裝隊伍登記處」登記，並由工作人員拍照記錄。

## 賽道及會場之設施及服務

### 自助水站

大會於接力場地設置一個自助水站，自助水站不會安排任何水杯，請自攜水樽/水杯，為環保出一分力！

### 急救站

大會於接力場地東西面各設置一個急救站，如有任何需要請立即與在場工作人員聯繫。

# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

## 比賽成績及完成證書

各隊伍可於活動後一天中午12時後 Run2gather 活動頁面下載完成證書  
詳情請留意活動網站

## 獎項

好動長距離:	每分組設冠、亞、季軍 *在限時內跑最遠距離之隊伍
籌款最多隊伍:	全場設冠、亞、季軍 *不包括報名費, 只計算截至2025年1月25日 中午12時或之前的捐款
最勇敢隊伍:	全場總冠軍 *平均年齡最小之出席隊伍
最先進隊伍:	全場總冠軍 *平均年齡最大之出席隊伍
最有創意服裝隊伍:	全場設冠、亞、季軍共3隊 *主題: 穿著賦有新春特色的服裝
接力賽頒獎儀式:	中午12時30分

## 頒獎典禮

頒獎典禮將於當日約**上午12時30分**舉行, 得獎者請於大會公佈成績後立即到典禮台報到並等候頒獎。如得獎者未能上台領獎, 請立即到典禮台通知工作人員另作安排。得獎者須出示身份證或護照正本, 以核實個人資料。

## 賽果上訴

大會將於比賽當日於現場公佈各組別之得獎名單, 參賽者如欲就賽果上訴, 必須於成績公佈後 15 分鐘內向大會 (藝術公園報到處) 提出上訴, 過後將不受理。

## 嘉年華

時間: 上午8時至晚上6時

嘉年華包括運動挑戰、運動表演及同樂、音樂表演、主題音樂表演、特色打卡位及新春工作坊等費用全免, 歡迎各參加者與親友一同參與。

\* 預先透過好動城市網站或手機流動程式報名參與 運動嘉年華, 於活動當天到位於西九文化區大草坪的詢問處使用手機流動程式簽到, 將獲得神秘禮物一份。(獎品數量有限, 派完即止)

網址: <https://jcfitycity.hk/zh-Hant/event/Run-With-Your-Heart-EACT-20250125>

# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

## 主舞台活動時間表(藝術公園- 大草坪)

活動時間	活動內容
09:15 - 10:15	Fit Square體驗
10:15 - 11:00	「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑」開幕典禮
11:00 - 11:50	Strong Nations 體驗
11:50 - 12:00	花式跳繩表演
12:00 - 12:30	Play Now Dance表演-楊文蔚及精英運動員 音樂表演- 陳健安先生
12:30 - 13:00	賽馬會好動城市計劃- 毅力十二愛心跑頒獎典禮
13:00 - 14:00	劍球體驗
14:00 - 15:00	功夫扇體驗, 雙節棍體驗
15:00 - 16:00	CHILL級肌力及體能體驗
16:00 - 17:00	動態熱身體驗, 靜態伸展體驗
17:00 - 18:00	躲避盤體驗

### 星級表演嘉賓

陳健安先生及楊文蔚小姐



# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

## 如何前往起點

港鐵九龍站(經機場快綫或東涌綫)

C1或D1出口:出站後,使用扶手電梯往1樓,跟從路標指示前往ELEMENTS圓方金區2樓的藝術廣場天橋出口。橫過行人天橋後,即可抵達西九文化區。路程需時約5至15分鐘。

港鐵柯士甸站(經屯馬綫)

B4或B5出口:經圓方步行前往西九文化區。路程需時約15至20分鐘。

私家車

由雅翔道和柯士甸道的迴旋處進入博物館道。M+停車場、藝術公園停車場、香港故宮文化博物館停車場、西閘露天停車場設有時租車位。

西區海底隧道巴士站

下車後步行約5分鐘,便可到達西九文化區

900、904、905、914、930、930X、934、936、948、952、960、961、962X、967、968、968X、969、970、970X、971、978、A10、A12、A17、E11、E11A、E11B、P960、P968

專線小巴

文化專線CX1(港鐵柯士甸站D2出口至西九文化區)

26(港鐵九龍站至土瓜灣)

74(港鐵九龍站至旺角)

74S(港鐵九龍站至何文田山)

77M(港鐵九龍站至港鐵尖東站)

## 健康與安全提示

- 參加者必須確保其身體狀況適宜參加比賽。如有疑問,請先諮詢醫生的意見。
- 參加者須清楚明白活動內容及活動性質,並知道此活動需要消耗體力,同時確定健康情況適宜參與是次活動。主辦機構建議所有參賽者於活動時自行留意個人的身體狀況是否良好及是否適合參與活動。於活動期間如有不適,請立即停止活動及向現場工作人員求助。
- 參加者請自行進行防曬措施,例如自備防曬用品、配戴帽子及多喝水。
- 任何懷孕或患有慢性疾病如心臟病及高血壓的人士,皆不應參加是次活動。
- 大會在得悉或懷疑的情況下,將保留權利取消任何不適宜參加是次活動之參加者的資格。
- 參賽者個人意外保險需自行負責。

## 惡劣天氣

- 如賽事當日上午6時後懸掛三號或以上颱風信號、紅色或黑色暴雨信號或惡劣天氣影響,賽事將會取消。
- 如賽事進行中而天氣轉壞,大會會根據情況而決定賽事是否需要中止。
- 大會擁有修改及解釋以上規則的權利。任何有關活動的臨時改動或取消,將以大會網站公報為準。
- 有關賽事安排請於比賽當日早上6時開始留意 [www.jcfitcity-runwithyourheart.com](http://www.jcfitcity-runwithyourheart.com)

# 「賽馬會好動城市計劃-毅力十二愛心跑 2025」跑手指南

/ Run2Gather Facebook 專頁之宣布。

活動當天緊急聯絡電話/whatsapp: +852 9783 1901

以上緊急聯絡只在**1月25日當天**才會運作, 其餘時間請電郵 [info@run2gather.com](mailto:info@run2gather.com)

或WhatsApp +852 90152140 Run2gather 客戶服務熱線聯絡。