

輔仁大學 109 學年度聖誕星光路跑競賽規程

壹、活動宗旨：為提升本校校園之運動風氣，強化健康體魄，舉辦校園路跑活動，推廣全校教職員工生健康運動概念，並藉此活動增進全校教職員工生之間的交流，且提升校園的運動風氣，創造「健康輔仁」之校園文化，發揚輔大熱情活力之精神；本次活動結合公益，將進行募集發票活動，發票將捐贈社福團體。

貳、指導單位：體育署、優久大學聯盟

參、主辦單位：輔仁大學體育室

肆、承辦單位：輔仁大學體育學系

伍、協辦單位：輔仁大學體育學系、公共事務室、總務處、學務處（衛生保健組、軍訓室、生活輔導組）、輔仁大學附設醫院。

陸、活動日期：109 年 12 月 18 日（星期五），晚上 17:30~21:00

柒、活動地點：本校校園（路線請參照附件二）

捌、參加對象：本校教職員工生、附設醫院、優久大學聯盟、社區民眾

玖、人數限制：名額上限總計 2800 人

壹拾、參賽組別：

組別	比賽時間	參與對象	人數限制
教職員工組	18:30 ~ 20:00	本校教職員工生及附設醫院	150
優久大學聯盟	18:30 ~ 20:00	優久大學聯盟師生	220
學生甲組	18:30 ~ 20:00	體育系學生	330
學生乙組	18:30 ~ 20:00	非體育系學生報名	2000
社區民眾組	18:30 ~ 20:00	社區民眾	100

壹拾壹、組別說明

一、教職員工組：

報名資格：本校教職員工附設醫院（限 150 名，錄取名額依報名順序先後錄取），一同響應健康運動，養成良好運動習慣。

二、優久大學聯盟：東吳大學、中國文化大學、世新大學、淡江大學、銘傳大學、

實踐大學、大同大學、台北醫學大學、中原大學、逢甲大學、靜宜大學。

三、學生甲組：報名資格：本校體育系學生（限 330 名，錄取名額依報名順序先後錄取）。

四、學生乙組：報名資格：本校非體育系學生（2000 名，錄取名額依報名順序先後

錄取)。

五、社區民眾組(100名)。

壹拾貳、報名流程

流程	詳細內容																		
1 上網閱讀 競賽規程	<ol style="list-style-type: none"> 請至輔仁大學體育室網頁→最新消息。 詳細閱讀競賽規程。 歡迎一同找志同道合的朋友。 大家一起幫活動宣傳。 																		
2-1 請點選右邊欄位 先輸入 ID:28899 依組別報名活動 (限本校師生)	<ol style="list-style-type: none"> 請直接點選報名連結 (請依照組別報名, 名額有限, 請把握)。 <table border="1"> <thead> <tr> <th>組別</th> <th>對象</th> <th>人數限制</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>教職員工組及附設醫院 (男子組)</td> <td>本校教職員工生</td> <td>75</td> </tr> <tr> <td>教職員工組及附設醫院 (女子組)</td> <td>本校教職員工生</td> <td>75</td> </tr> <tr> <td>學生甲組</td> <td>本校體育系學生</td> <td>330</td> </tr> <tr> <td>學生乙組</td> <td>本校非體育系學生</td> <td>2000</td> </tr> <tr> <td>社區民眾組</td> <td>社區民眾</td> <td>100</td> </tr> </tbody> </table> 報名時間：即日起至 12 月 04 日 16:00 止。 	組別	對象	人數限制	教職員工組及附設醫院 (男子組)	本校教職員工生	75	教職員工組及附設醫院 (女子組)	本校教職員工生	75	學生甲組	本校體育系學生	330	學生乙組	本校非體育系學生	2000	社區民眾組	社區民眾	100
組別	對象	人數限制																	
教職員工組及附設醫院 (男子組)	本校教職員工生	75																	
教職員工組及附設醫院 (女子組)	本校教職員工生	75																	
學生甲組	本校體育系學生	330																	
學生乙組	本校非體育系學生	2000																	
社區民眾組	社區民眾	100																	
2-2 優久大學聯盟 請點選右邊欄 位下載報名表	<ol style="list-style-type: none"> 請直接點選報名連結 (請依照組別報名, 名額有限, 請把握)。 <table border="1"> <thead> <tr> <th>優久大學聯盟</th> <th>優久大學聯盟師生</th> <th>220</th> </tr> </thead> </table> 報名時間：即日起至 12 月 04 日 16:00 止。 優久大學聯盟：請自行點擊下載報名表, 填妥後請回傳 MAIL 至負責人賴思彤 sitong0324@yahoo.com.tw。 	優久大學聯盟	優久大學聯盟師生	220															
優久大學聯盟	優久大學聯盟師生	220																	
3 公益活動	<ol style="list-style-type: none"> 本校師生報名參與本活動者請捐獻 5 張(11、12 月)愛心發票 (於領晶片時收取)。 優久大學聯盟師生採自由捐贈方式。 																		
4 領取晶片	<ol style="list-style-type: none"> 領取通知及配戴方式, 另行公布於體育室網站, 請密切注意。 本校師生領取晶片時請攜帶學生證或教職員證及五張 11-12 月發票。 																		

壹拾參、報名時間：即日起至 12 月 04 日 16:00 止。

壹拾肆、報名方式：

- 一、教職員工組及附設醫院：請自行上網路填寫報名資料。
- 二、優久大學聯盟：請自行點擊下載報名表, 填妥後請回傳 MAIL 至負責人賴思彤 sitong0324@yahoo.com.tw。
- 三、學生甲組：報名方式請洽體育學系體碩班。
- 四、學生乙組：請自行上網路填寫報名資料。
- 五、社區民眾組：請自行上網路填寫報名資料。

- (一)、點選上方各組的報名連結，或是上學務處活動登錄系統點選報名組別。
- (二)、登入帳號密碼。(為個人 LDAP 帳號)
- (三)、填妥報名資料後，即完成報名手續。
- (四)、報名如有任何問題請 MAIL 至負責人賴思彤 sitong0324@yahoo.com.tw
- (五)、賴思彤 0981641903、王建峻老師 分機:3058、郭銘勻 0921989038、黃伯芳老師 分機:3249。
- (六)、報名完成後，請至體育室憑發票換取感應晶片，時間另行通知。壹拾

伍、活動流程：

時間	內容	備註
17:30 - 18:00	報到	請參賽選手務必 18:00 至比賽場地集合
18:00 - 18:10	師長致詞	各級長官致詞
18:10 - 18:15	路線解說	組別介紹
18:15 - 18:30	暖身操	專業團隊帶領暖身運動
18:30 - 20:00	校園路跑開跑	統一開跑
20:00 - 20:20	成績公佈暨頒獎	活動當天頒獎，請獲獎者留下來領獎
20:20 - 21:00	活動結束	場地復原

壹拾陸、比賽資訊：

一、路線、距離及檢錄：

- (一)、全部組別皆 5.1km。(一圈為 1.7km，需要跑三圈)。
- (二)、路線如附件一，起點為中美堂前廣場，終點為風華再現廣場方向。
- (三)、本次路跑活動限時 90 分鐘，如未在時限內完成，大會有權沒收比賽。
- (四)、各組依參賽組別於活動當天 18:00 以前至中美堂前集合。
- (五)、請務必攜帶學生證/職員證及發票五張，進行檢錄並換取感應晶片。
- (六)、詳細路線圖請參考附件二。

二、本次活動將為弱勢團體募集發票，請各位同學踴躍募集發票。

壹拾柒、競賽規則：採用中華民國路跑協會審定之規則。

壹拾捌、計分方式：

(RFID)本次活動將採電子計時系統進行比賽。請各位選手在比賽前確實領取號碼布以及計時晶片，以保障各位選手在比賽結束後可以得之確切的成績，相關

使用辦法會於當場說明。選手進入終點後成績將會隨時公布在電視牆上。(使用方式如後所示)

壹拾玖、獎勵：(獎品內容另行於體育室網站公佈，本室有變更的權利)

一、實物獎勵部分：(如下表)

組別	名額
教職員工組	男女各取 1-10 名，總計 8 組，各頒發優勝獎牌及紀念品。
優久大學聯盟	
學生甲組	
學生乙組	
社區民眾組	頒發紀念品。

一、參與本活動，登記本學期體育活動參與記錄乙次及一份屬於你/妳的完跑證明。

附件一：活動注意事項

◆ 注意事項：活動當天我該注意什麼？每一個細項都是重點，請詳細閱讀

流程	詳細內容
1 攜帶晶片 變裝造型	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請攜帶感應晶片及號碼布，並確實依照規定配戴。 2. 穿著適合運動的服裝。 3. 請將個人物品放置大會規定之寄放區(中美堂)。 4. 18:00 前至中美堂集合。
2 活動進行中	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確實做好個人熱身運動。 2. 出發務必通過感應墊。(5分鐘內需出發完畢) 3. 經過中間檢查點，也務必通過感應墊。 4. 結束後也請務必通過出發的感應墊。(90分鐘內需完賽) 5. 總計需要通過，起/終點感應墊4次，中間檢查點3次。 6. 起點/終點為中美堂前廣場感應墊，中間檢查點於真善美聖前廣場感應墊。
3 活動結束後	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請確時通過感應墊後，小心勿影響選手的比賽路線，前往成績處。 2. 比賽結束後，晶片及號碼布可留作紀念(不必歸還)。 3. 20:00 - 20:30，公布成績及頒獎。 4. 完賽證明將於活動結束後發放，務必領取。

◆ 注意事項：

- (一) 請將個人物品放置大會規定之寄放區(積健樓 303、302 教室)。
- (二) 路線如圖，請詳閱，起點/終點為中美堂前廣場感應門，中間檢查點於真善美聖前廣場。
- (三) 請務必正確配戴感應晶片並通過感應門(需通過起點/終點感應門4次)
- (四) 起跑限時5分鐘內通過起點感應門，逾時將影響紀錄成績時間。
- (五) 本次路跑活動限時90分鐘，如未在時限內完成，大會將沒收比賽，成績不予計錄。
- (六) 各組依參賽組別於活動當天18:00以前至中美堂前集合。
- (七) 路跑完成後，請前往水站(中美堂前)，大會將提供一瓶水。
- (八) 完賽證明將於活動結束後發放，請務必領取。

附件二：路跑路線

