

# 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"> <li>請至輔仁大學體育室網頁→最新消息。</li> <li>詳細閱讀競賽規程。</li> <li>歡迎一同找志同道合的朋友。</li> <li>大家一起幫活動宣傳。</li> </ol>																		
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"> <li>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><a href="#">教職員工組及附設醫院 (男子組)</a></td> <td>本校教職員工生</td> <td>75</td> </tr> <tr> <td><a href="#">教職員工組及附設醫院 (女子組)</a></td> <td>本校教職員工生</td> <td>75</td> </tr> <tr> <td><a href="#">學生甲組</a></td> <td>本校體育系學生</td> <td>330</td> </tr> <tr> <td><a href="#">學生乙組</a></td> <td>本校非體育系學生</td> <td>2000</td> </tr> <tr> <td><a href="#">社區民眾組</a></td> <td>社區民眾</td> <td>100</td> </tr> </tbody> </table> </li> <li>報名時間：即日起至 12 月 04 日 16:00 止。</li> </ol>	組別	對象	人數限制	<a href="#">教職員工組及附設醫院 (男子組)</a>	本校教職員工生	75	<a href="#">教職員工組及附設醫院 (女子組)</a>	本校教職員工生	75	<a href="#">學生甲組</a>	本校體育系學生	330	<a href="#">學生乙組</a>	本校非體育系學生	2000	<a href="#">社區民眾組</a>	社區民眾	100
組別	對象	人數限制																	
<a href="#">教職員工組及附設醫院 (男子組)</a>	本校教職員工生	75																	
<a href="#">教職員工組及附設醫院 (女子組)</a>	本校教職員工生	75																	
<a href="#">學生甲組</a>	本校體育系學生	330																	
<a href="#">學生乙組</a>	本校非體育系學生	2000																	
<a href="#">社區民眾組</a>	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"> <li>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><a href="#">優久大學聯盟</a></th> <th>優久大學聯盟師生</th> <th>220</th> </tr> </thead> </table> </li> <li>報名時間：即日起至 12 月 04 日 16:00 止。</li> <li>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 <a href="mailto:sitong0324@yahoo.com.tw">sitong0324@yahoo.com.tw</a>。</li> </ol>	<a href="#">優久大學聯盟</a>	優久大學聯盟師生	220															
<a href="#">優久大學聯盟</a>	優久大學聯盟師生	220																	
3 公益活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>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)。</li> <li>優久大學聯盟師生採自由捐贈方式。</li> </ol>																		
4 領取晶片	<ol style="list-style-type: none"> <li>領取通知及配戴方式, 另行公布於體育室網站, 請密切注意。</li> <li>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。</li> </ol>																		

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](mailto: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"> <li>1. 請攜帶感應晶片及號碼布，並確實依照規定配戴。</li> <li>2. 穿著適合運動的服裝。</li> <li>3. 請將個人物品放置大會規定之寄放區(中美堂)。</li> <li>4. 18:00 前至中美堂集合。</li> </ol>
2 活動進行中	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 確實做好個人熱身運動。</li> <li>2. 出發務必通過感應墊。(5 分鐘內需出發完畢)</li> <li>3. 經過中間檢查點，也務必通過感應墊。</li> <li>4. 結束後也請務必通過出發的感應墊。(90 分鐘內需完賽)</li> <li>5. 總計需要通過，起/終點感應墊 4 次，中間檢查點 3 次。</li> <li>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。</li> </ol>
3 活動結束後	<ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>2. 比賽結束後，晶片及號碼布可留作紀念(不必歸還)。</li> <li>3. 20:00 - 20:30，公布成績及頒獎。</li> <li>4. 完賽證明將於活動結束後發放，務必領取。</li> </ol>

◆ 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

