# 2015好朋友趣味障礙路跑盃報名簡章

指導單位：台南應用科技大學

主辦單位：台南應用科技大學

承辦單位：台南應用科技大學-運動休閒與健康管理系

## 活動資訊

|  |  |
| --- | --- |
| 活動 | 趣味路跑（5公里） |
| 活動日期 | 104年12月12日星期六 |
| 報名日期 | 即日起至2015年10月31日23:59截止 |
| 限額 | 3000名 |
| 活動地點 | 台南應用科技大學  台南市永康區中正路529號 |
| 報到地點 | 台南應用科技大學-操場 |
| 報到時間 | 06:00-07:30 |
| 起跑時間 | A組07:50(號碼布黑底白字)  B組08:00(號碼布白底黑字) |
| 活動時間 | 06:00-10:00 |
| 報名費用 | NT$400 |
| 備註 | * 台南應用科大周遭道路5公里路跑須於70分鐘內完成，並給予完賽證明。 * 活動當天務必全程穿著大會排汗背心、號碼布進行活動。 * 活動路線：中正路→新中街→正南五街→鹽平街→正南三路→尚頂路→鹽信街→鹽和街→中正南路→中正六街592巷→第二校區籃球場→第二校門→終點。 |

## 活動流程表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 內容 | 備註 |
| 06:00-07:00 | 報到 |  |
| 07:00-07:15 | 開幕典禮、致詞 |  |
| 07:15-07:25 | 活動規則說明 |  |
| 07:25-07:30 | 活動大合照 |  |
| 07:30-07:40 | 大會暖身操 |  |
| 07:40-07:50 | 準備開跑、位置移動 |  |
| 07:50-09:00 | 5K開跑(第一批-A組) | 號碼布黑底白字(號碼1-1500) |
| 08:00-09:10 | 5K開跑(第二批-B組) | 號碼布白底黑字(號碼1500-3000) |
| 08:10-10:00 | 完賽禮領取 |  |
| 08:20-08:35 | 表演活動 |  |
| 08:35-08:45 | 第一階段摸彩 |  |
| 08:50-09:05 | 表演活動 |  |
| 09:05-09:15 | 第二階段摸彩 |  |
| 09:15-09:30 | 表演活動 |  |
| 09:30-09:50 | 閉幕 |  |
| 10:00 | 活動結束 |  |
| 10:00-12:00 | 場地復原 |  |

## 活動規則

### 違反下列規定者將取消比賽之成績

* 非法接受他人飲料或食物。
* 不遵從工作人員引導者。
* 未將號碼布貼胸前。
* 比賽中影響其他選手之行為者。

### 違反下列規定者取消參賽證明並禁止參加大會舉辦之活動

* 比賽中藉由他人之幫助而獲利者，例如：搭車。
* 報名組別與身分證名不符者。
* 違反運動精神與道德者。例如：打架、口出惡言辱罵大會人員等。
* 代跑與被代跑者，請勿以任何理由轉讓號碼。

## 獎勵方式

### 報名參加2015好朋友路跑盃之跑者，均可獲得大會排汗背心一件。

* 貼心提醒：活動當日請穿大會排汗背心，以及合適運動褲、運動鞋。
* 報名時請依下列尺寸表選擇最適合之衣服尺寸，所勾選之尺寸將做為分發參考。
* 報名完成後，將不受理尺寸更改之要求。
* 無勾選衣服尺寸者，主辦單位將以 M 尺寸發給。
* 主辦單位有權更換尺寸或以等值產品作為替代。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 尺寸  (CM) | 8# | 10# | 12# | XS | S | M | L | XL | 2XL | 3XL | 5XL |
| 胸寬 | 36 | 38 | 42 | 45 | 48 | 51 | 53 | 56 | 61 | 64 | 68 |
| 肩寬 | 31 | 33 | 37 | 40 | 43 | 46 | 48 | 51 | 55 | 58 | 62 |
| 衣長 | 46 | 52 | 58 | 62 | 65 | 69 | 72 | 74 | 77 | 80 | 80 |

### 2015好朋友路跑盃之完跑獎勵：

* 大會排汗衣x1
* 大會束口袋x1
* 摺疊水壺x1
* 完跑證明x1
* 運動飲料x1

## 報名方式

### 駐點報名：週一至週五，國定假日除外（繳交報名表、費用）

* 台南應用科技大學第二校區多功能展演中心一樓運休系辦MF101

(中午12:00-下午19:00)

* 台南應用科技大學操場司令台(下午19:00-下午21:00)
* 台南應用科技大學學生活動中心一樓鏡子前廣場(中午12:00-下午13:00)
* 台南應用科技大學教育大樓(E)提款機隔壁前(中午12:00-下午13:00)
* 樹谷活力館櫃台(早上09:00-下午16:30)

### 網路報名：<http://www.beclass.com/rid=1837960558a731ab713a>

### 繳費方式：

* 駐點繳交：請參考上述【1.駐點報名】
* 匯款轉帳

銀行名稱及代號：中國信託，代號822

帳號：245-54009679-5

戶名：王翊臻

聯絡電話：0985-022-610梁先生、0903-392-669陳小姐

匯款金額：報名費400元整。

※轉帳明細需拍下並私訊至臉書粉絲團，經工作人員確認並回覆才算完成報名，造成您的不便，深感抱歉。

※如是臨櫃轉帳者，請於匯款單備註書寫大名及聯絡方式。

### 報名時請詳加評估自身狀況，報名手續完成者，不得以任何理由要求更換人名、參賽項目、衣服尺寸或退費；亦不得因無法參賽轉讓報名資格。無完成報名者將不具參賽資格，嚴禁陪跑。

### 附註：報名截止日期為2015年10月31日23:59止，如於報名截止日前限額已滿，亦不再接受報名。因網路報名失敗問題而逾期者，主辦單位恕不負責。若有任何問題可於上班時間詢問台南應用科技大學運休系，洽詢電話：06-2532106轉349。（時間：週一至週五10:00-12:00；14:00-16:30）

## 活動物品及報到處領取手續

### 領取時間：

報到物品領取日期：2015年12月12日

報到物品領取時間：6:00-07:30

完賽禮領取時間：08:10-10:00

### 領取地點：

台南應用科技大學操場(同完賽禮領取處)

### 報到領取物品：

大會排汗衣x1、TUTech號碼布x1(含摸彩券/寄物單)

### 報到物品及完賽禮品領取方式：

* 親自領取：本活動當日無提供代領服務，由本人出示身分證件，即可領取，並現場確認物品有無缺少。
* 因故無法於賽前領取亦無法參加比賽者，請於2015年12月14日(一)至12月18日(五)至台南應用科技大學第二校區多功能展演中心一樓運休系辦補領，逾期將視同放棄領取，恕不再受理補領事宜。(台南應用科技大學地址：台南市永康區中正路529號；時間：週一至週五10:00-12:00；14:00-20:00)。
* 宅配領取(限國內並自行負擔運費)：無法在上述領取時間者，請於電話聯繫主辦單位，選擇宅配方式為貨到付款，以方便作業。凡宅配領取者，主辦單位採宅配方式於2015年12月19日(六)至2015年12月21日(一)，將所需領取之參加物品配送至報名表上所填寫之地址。請務必確實填寫正確收件地址，以利包裹順利送達。請於配送期間注意包裹配送情況，2015年12月23日(三)前未收到參加物品者，請與主辦單位聯絡，如因郵寄地址不全或無人簽收造成包裹無法順利送達，主辦單位將不再另行補寄。

## 寄物保管

### 寄物時間：2015年12月12日(六)06:00至2015年12月12日(六)10:30。

### 寄物地點：台南應用科技大學操場(於報到處報到時一併寄物)。

### 寄物方式：

#### 憑號碼布上寄物單到報到處附設寄物區置物，請連同物品一併繳交於工作人員即可。

1. 貴重物品請自行保管，若有遺失，主辦單位概不負責。

## 保險事宜

### 本次活動投保台灣產物保險-公共意外責任險。

### 主辦單位對於現場僅提供必要緊急醫療救護，對於本身疾患引起之病症不在承保範圍內。

### 投保公共意外險只承保因意外所受之傷害做理賠。主辦單位為本次活動針對參加者投保每人新台幣臺佰萬元之公共意外險。（所有細節依投保公司之保險契約為主）。

### 公共意外險承保範圍：被保險人因在保險期間內發生下列意外事故導致第三人體傷、死亡或第三人財物損害，依法應負賠償責任，而受賠償請求時，投保公司對被保險人負賠償之責。被保險人或受僱人因跑步在本保險單載明之活動路線上發生之意外事故。被保險人在活動路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。

### 特別不保事項：

* 個人疾病導致運動傷害。
* 因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如猝死、休克、心臟症、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外險只承擔因外來意外所受之傷害理賠。
* 參加者如遇與前述之疾病之病史，建議參加者慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險或壽險以保障個人權益。

### 如您曾發生過以下疾病，屬猝死高危險群，請咨詢醫師專業的判斷及請勿勉強參加。

* 不明原因的胸部不適(胸悶、胸痛)不明原因的呼吸困難
* 不明原因頭暈
* 突然失去知覺
* 高血壓（>140/90mmHg）
* 心臟病
* 腎功能異常
* 糖尿病
* 高血脂(總膽固醇>240mg/Dl)
* 家族心臟病史(一等親在 60歲前發生心臟病或猝死)
* 癲癇

## 注意事項

### 請務必穿著散熱、排汗之運動服裝及運動鞋，並補充水分避免中暑、熱衰竭等症狀發生。

### 參加本活動之跑者應遵守大會活動規定，如有違反公平規則，例如：搭車、未將號碼布貼於胸前等等，大會有權取消其活動資格。

### 路跑活動全程70分鐘結束，所有跑者必須於時間內到達終點，否則均以棄權論。

### 活動過程中，以安全為最優先考量，身體狀況不佳者請勿參與路跑，以免發生意外。故主辦單位或醫師有權視參加者體能狀況，中止參加本活動資格，不得異議。

### 活動中僅提供外敷藥物，不提供內服藥物，如有需要請自行準備。

### 請隨身攜帶學生證、身分證或健保卡以備查。

### 活動中請共同維護環境整體清潔，勿隨意丟棄垃圾。

### 凡完成報名因故無法領取者，可憑報名收據及本人身分證件，於2015年12月14日(一)至12月18日(五)至台南應用科技大學第二校區多功能展演中心一樓運休系辦補領，逾時逾期視同放棄。(時間：週一至週五10:00-12:00；14:00-20:00)

### 主辦單位有權將此活動之錄影、相片及成績於世界各地播放、展出、登錄於主辦單位網站與主辦單位刊物上暨參加者必須同意肖像與成績，用於相關活動之宣傳與播放。

### 活動如遇颱風等人力不可抗力之天災，由主辦單位以參加者生命財產安全為考量，並以地方政府公佈之停止上班訊息為活動是否取消之依據，於公佈訊息後同時以E-mail通知是否取消或延期；若因故取消活動，報名費退費將扣除成本及代辦事項成本後之金額。

### 續上述，因賽事取消之退費流程：

將以E-mail通知退費流程，若因地址或信箱不全或退件將不再另行通知及寄送，請於2015年12月14日（一）至2015年12月18日（五）至台南應用科技大學第二校區多功能展演中心一樓運休系辦領取退費，逾時逾期視同放棄。(時間：週一至週五10:00-12:00；14:00-20:00)

### 2015好朋友路跑盃5K賽事路線上之路口，將視交通流量彈性開放，請參賽者依規劃活動路線靠右行進以免發生危險，經過路口時停、看、聽，務必聽從工作人員與交通警員的指引，過程中務必注意自身安全，路線圖請參閱簡章或Facebook粉絲專頁。

### 主辦單位保留對活動內容、場地及相關事宜變更、修改或終止之權力。

### 本活動如有未盡事宜得隨時修正公布之。

第一聯收執聯 　　　　　　　　　　 　　　　　　　編 號： (由承辦單位填寫)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2015好朋友路跑盃活動(報名表)繳費收據 | | |
| 參賽者姓名 |  | 繳費證明章蓋章處 |
| 參賽者聯絡電話 |  |
| (承辦人員簽章) | |

中華民國　　　年　　　月　　　日

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第二聯主辦單位存根聯 編 號： (由承辦單位填寫)  **『2015好朋友路跑盃』個人報名表**  姓 名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_身份證字號：□□□□□□□□□□ 性 別：□男　□女  出生日期：民國\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日 有無疾病史：□無 □有，疾病為：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  聯絡電話：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_手 機：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  聯絡地址：□□□\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  e-mail：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  緊急聯絡人(監護人)：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_電話：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_其關係：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  ※報名費每人400元，請連同報名表一起繳交。  路跑組別： 每組名額1500名，以A組為報名優先分配，組別額滿系統則自動選定B組，敬請見諒!  **T恤尺寸：\_\_\_\_\_\_\_\_\_** **(請自行填上您的尺碼，選定後恕不更換!)**   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **尺寸**  **(CM)** | **8#** | **10#** | **12#** | **XS** | **S** | **M** | **L** | **XL** | **2XL** | **3XL** | **5XL** | | 胸寬 | 36 | 38 | 42 | 45 | 48 | 51 | 53 | 56 | 61 | 64 | 68 | | 肩寬 | 31 | 33 | 37 | 40 | 43 | 46 | 48 | 51 | 55 | 58 | 62 | | 衣長 | 46 | 52 | 58 | 62 | 65 | 69 | 72 | 74 | 77 | 80 | 80 |   **『2015好朋友路跑盃』免責同意書**  **我已同意簡章及報名表內容之活動相關規定，並了解該活動內容同時向工作人員提出疑慮處且已確認自身身心狀態良好。**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 立書人簽章(簽章表示同意) | 聯絡地址 | | | | (簽章) |  | | | | 緊急聯絡人(或未滿18歲選手監護人) | 與立志願書人關係 | 參賽者聯絡電話 |  | | (簽章) |  | 參賽者手機號碼 |  | | 緊急聯絡人電話 |  | | 緊急聯絡人手機 |  |   中華民國　　　年　　　月　　　日 |