



2009 至 2010 年度樂行童軍錦標賽 迷你鐵人比賽—賽事須知

比賽目標

2009 至 2010 年度樂行童軍錦標賽—迷你鐵人比賽是其中一個選擇項目，是因應樂行童軍支部特色而設計，旨在透過賽事讓參加者體驗團隊合作之道，發揮領導才能及享受體育活動的樂趣。

比賽性質

以鐵人比賽為藍本，選擇一些受歡迎的體育活動及童軍技能作為比賽項目，並加入團隊合作及領導才等元素，以串連起整個賽事。

比賽日期

2010 年 6 月 13 日（星期日）

賽事項目及舉行地點

船灣淡水湖主壩區 — 越野競跑、單車
香港青年協會大美督戶外活動中心 — 划艇、游泳
香港童軍總會大美督海上活動中心 — 先鋒工程

程序

時間	項目	地點
0800	參賽隊伍報到	船灣淡水湖主壩區直昇機坪（賽事中心）
0830-1445	進行比賽	船灣淡水湖主壩區、香港青年協會大美督戶外活動中心及香港童軍總會大美督海上活動中心
1445-1530	休息及評分時間	香港童軍總會大美督海上活動中心
1530-1600	頒獎典禮	香港童軍總會大美督海上活動中心

項目評分比重

越野競跑	20%
單車	20%
划艇	20%
游泳	20%
先鋒工程	20%
總分（計算以小數後兩位為準）	100%

賽事內容

（1）越野競跑

舉行地點：船灣淡水湖主壩區

所需賽員：5 人

報到時間：0800

比賽時間：0830-0930

關閉時間：0945

比賽形式：所有參賽者同時起步，並按大會指定路線進行賽事。

路 線：起點設於主壩區直昇機坪，經主壩至東頭洲近碼頭處折返，終點亦同樣設於主壩區直昇機坪，全程約 7 公里。（見附件）

服 裝：參賽隊伍必須穿著劃一或同一顏色的運動服裝，各參賽者須把大會提供之號碼布掛於胸前及背後腰間位置。

評 分： 參賽隊伍的成績是以該隊最後 1 名成員到達終點計算，按名次排序得分，第 1 名得 100 分、第 2 名得 96 分、第 3 名得 92 分、第 4 名得 88 分，如此類推。所有隊伍須於比賽時間內完成賽事，逾時 5 分鐘或以內扣減 20 分，之後每 5 分鐘扣減 10 分，於賽事關閉後仍未能完成之隊伍，則當作未能完成該項賽事，不會得到任何分數。

(2) 單車

舉行地點： 船灣淡水湖主壩區

所需賽員： 2 人

報到時間： 0945

比賽時間： 1000-1045

關閉時間： 1100

比賽形式： 各隊伍先派出 1 名賽員，按大會指定路線，以接力賽形式進行。



路 線： 起點設於主壩區直昇機坪，經主壩至東頭洲近碼頭處折返，交接點及終點亦同樣設於主壩區直昇機坪，每程約 7 公里。(見附件)

服 裝： 參賽隊伍必須穿著劃一或同一顏色的運動服裝，各參賽者須把大會提供之號碼布掛於胸前及背後腰間位置。

評 分： 參賽隊伍的成績是以該隊最後 1 名成員到達終點計算，按名次排序得分，第 1 名得 100 分、第 2 名得 96 分、第 3 名得 92 分、第 4 名得 88 分，如此類推。所有隊伍須於比賽時間內完成賽事，逾時 5 分鐘或以內扣減 20 分，之後每 5 分鐘扣減 10 分，於賽事關閉後仍未能完成之隊伍，則當作未能完成該項賽事，不會得到任何分數。

參賽物資： 大會將為各參賽隊伍提供單車 1 部及硬殼安全帽 1 個。單車款式將統一為 26 吋車呔之單車(與上圖款式相約)，並將於報到時以抽籤方式分配給各參賽隊伍。

(3) 划艇

舉行地點： 香港青年協會大美督戶外活動中心

所需賽員： 2 人或 4 人

報到時間： 1100

比賽時間： 1115-1200

關閉時間： 1215

比賽形式： 各隊伍先派出 2 名賽員，按大會指定路線，以接力賽形式進行。划艇形式必須由 1 名參賽者負責划槳，而另 1 人則負責指揮工作，賽事進行期間艇上賽員不得互換位置。

路 線： 起點設於中心對出海面約 50 公呎浮台，划行約 100 公呎後繞過浮波折返，交接點及終點亦同樣設於浮台，每程約 200 公呎。

服 裝： 各參賽者須把大會提供之號碼布掛於胸前及背後腰間位置。

男參賽者—上衣、泳褲、包跟及包趾布或膠鞋；或防曬帽

女參賽者—上衣、泳衣、包跟及包趾布或膠鞋；或防曬帽

評 分： 參賽隊伍的成績是以該隊最後 1 組成員到達終點計算，按名次排序得分，第 1 名得 100 分、第 2 名得 96 分、第 3 名得 92 分、第 4 名得 88 分，如此類推。所有隊伍須於比賽時間內完成賽事，逾時 5 分鐘或以內扣減 20 分，之後每 5 分鐘扣減 10 分，於賽事關閉後仍未能完成之隊伍，則當作未能完成該項賽事，不會得到任何分數。

參賽物資： 大會將為各參賽者提供救生衣、小艇連槳。所有小艇將於報到時以抽籤方式分配給各參賽隊伍。

其 他： 各參賽者必須持有有效《海上活動紀錄冊》或通過大會安排之游泳能力測試才可獲准參賽。

(4) 游泳

舉行地點：香港青年協會大美督戶外活動中心

所需賽員：2人

報到時間：1215

比賽時間：1230-1315

關閉時間：1330

比賽形式：各隊伍先派出1名賽員，按大會指定路線，以接力賽形式進行。

路線：起點設於中心對出海面約50公呎浮台，游約100公呎後繞過浮波折返，交接點及終點亦同樣設於浮台，每程約200公呎。

服裝：各參賽者必須於手臂上寫上參賽編號。

男參賽者 – 泳褲、泳帽、包跟及包趾布或膠鞋；或泳鏡

女參賽者 – 泳衣、泳帽、包跟及包趾布或膠鞋；或泳鏡

評分：參賽隊伍的成績是以該隊最後1名成員到達終點計算，按名次排序得分，第1名得100分、第2名得96分、第3名得92分、第4名得88分，如此類推。所有隊伍須於比賽時間內完成賽事，逾時5分鐘或以內扣減20分，之後每5分鐘扣減10分，於賽事關閉後仍未能完成之隊伍，則當作未能完成該項賽事，不會得到任何分數。

參賽物資：大會將會為各參賽者提供游泳用之泳帽。

其他：各參賽者必須持有有效《海上活動紀錄冊》或通過大會安排之游泳能力測試才可獲准參賽。

(5) 先鋒工程

舉行地點：香港童軍總會大美督海上活動中心

所需賽員：5人

報到時間：1400

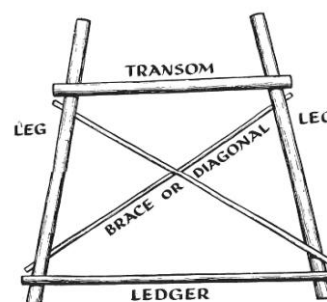
比賽時間：1415-1445

比賽形式：各隊伍需在指定時間內完成右圖之先鋒工程製作。

服裝：參賽隊伍必須穿著劃一或同一顏色的運動服裝，各參賽者須把大會提供之號碼布掛於胸前及背後腰間位置。

評分：所有隊伍須在大會指定時間內完成賽事，大會評判會以使用正確繩結及團隊合作精神作評分準則，於大會指定時間內仍未能完成之隊伍，則當作未能完成該項賽事，不會得到任何分數。

所需物資：參賽隊伍必須自行準備童軍棍 6枝【直徑約3.5cm(約1½吋)及長度約52.5cm(約5呎)】及童軍繩或相類同的長繩 9條【直徑約1cm(約½吋)及長度不短於83cm(約6呎)】。



賽事規則

1. 所有參賽者必須是已宣誓並持有有效樂行童軍紀錄冊之樂行童軍支部成員。各參賽者必須於比賽當日帶備其《樂行童軍紀錄冊》(所有紀錄冊之「會員資格」必須附有旅印及領袖簽署以作更新)，如參與划艇或游泳項目者，必須同時帶備其《海上活動紀錄冊》，以便大會查閱。
2. 參賽隊伍如有需要以後備賽員取代正選賽員出賽，則必須於比賽當日報到或之前向大會提出換人請求，後備賽員必須與報名表格上的後備名單相符，如參與划艇及游泳項目之後備賽員亦必須持有有效《海上活動紀錄冊》。於賽事開始後，除非有正選參賽者因受傷而經大會救護人員證明不能繼續比賽，否則不得更換參賽者直至比賽完畢為止。

3. 所有參賽隊伍的打氣及支援人員，必須事先於賽事中心登記及領取名牌，以茲識別。任何人士未能出示由大會提供之名牌，會被拒絕進入比賽場地及與任何參賽者交談及接觸。如任何人士不遵守此安排，屬違反大會賽事規則。
4. 如參賽隊員在中途因傷或其他原因而無法繼續比賽，其分數計算如下：

$$\frac{\text{該項目得分}}{\text{項目指定人數}} \times \text{實際參與人數}$$

5. 本賽事佔整個樂行童軍錦標賽總分之 25%。
6. 本賽事內容是根據賽前講解會已公佈內容為基礎，大會可隨時作出修訂，並毋須於賽前通知各參賽隊伍，但會在比賽當日公佈。所有參賽者必須遵守大會所訂定之各項比賽規則。

其他事項

1. 大會已邀請香港聖約翰救傷隊在當日負責執行救護服務。
2. 獎項將設全場冠亞季軍獎及各單項最佳表現獎。
3. 大會將於賽區內設置水站，以方便參賽者補充水份；此外，大會亦會設立檢查點，以確保參賽者之安全及紀律，並記錄及跟進參賽者分段之比賽時間。
4. 為確保賽事能在較安全的環境下進行，如參賽隊伍過多，單車項目將會考慮分兩組進行比賽，為公平起見，分組安排將以抽籤形式決定。
5. 本賽事內容所列之賽事時間只供參考之用，大會有權按實際需要更改或調動各項比賽時間。
6. 由於是次賽事包括多項體育活動，各參賽者需要具備強健體魄及配合適當的體能訓練，大會建議及鼓勵各參賽者於賽前進行體能測試及作實地視察。
7. 由於越野競跑及單車項目的賽區屬戶外公眾地方，將有遊人在場地進出，各參賽者必須顧及他人安全，在競賽期間務請提高警覺及忍讓，防止任何意外之發生。
8. 比賽當日如遇惡劣天氣，大會將以當天早上 6 時 30 分之天氣報告作出適當決定，並盡快以電郵或電話短訊通知參賽隊伍負責領袖或聯絡人。
9. 各參賽隊伍須自行安排交通往返比賽場地及不設泊車安排。
10. 於賽事進行期間，大會將不設午膳休息時間，請各參賽隊伍自行安排。
11. 大會將於賽事完結後舉行頒獎典禮，請各參賽隊伍預留時間出席。
12. 大會所提供的任何比賽物資，請各參賽者小心使用；如有損毀，將按價賠償。
13. 參賽者請保持賽區範圍地方之清潔，切勿污染海水或郊野。
14. 為避免感染登革熱及日本腦炎等病症，請各參賽者使用防蚊用品。
15. 大會不設行李存放區，不設保安，各參賽者攜來的物件如有遺失，大會概不負責。
16. 如賽事當日有任何問題，可致電 9196 0196 與賽事負責人黃承志先生聯絡。