

2018 關山慈濟醫院 18 週年慶系列活動

路跑賽活動簡章

- 一、為感恩社區民眾對醫院的支持，提昇路跑運動水準，推廣路跑運動風氣，及增進同仁與社區互動，落實基金會志業社區化理念，讓健康理念社區化，特於週年慶舉辦相關慶祝活動。
- 二、指導單位：台東縣政府、關山鎮公所
- 三、主辦單位：佛教慈濟醫療財團法人關山慈濟醫院
- 四、協辦單位：台灣路跑馬拉松協會、臺東縣警察局關山分局、關山鎮衛生所、關山鎮公所、台東縣城鄉生活運動協會。
- 五、競賽日期：107 年 3 月 18 日（星期日）07 時至 14 時。
- 六、競賽地點：關山自行車道路段。
- 七、競賽項目：

比賽項目	馬拉松/42.195 公里	慢跑/14 公里	健康組 5 公里
報名費	NT\$ 800 元 (學生 400 元) 自備環保杯報名費用優免 50 元 NT\$ 750 元 (學生 350 元)	NT\$ 600 元 (學生 300 元) 自備環保杯報名費用優免 50 元 NT\$ 550 元 (學生 250 元)	--
紀念品	18 週年紀念運動衫、環保杯、公共意外險、礦泉水		---
報名日期	即日起至 106 年 12 月 31 日止 (截止日後報名及當日現場報名限額 50 名，費用比照學生收費，無提供紀念品、完賽獎牌)		
限時	7 小時	3 小時	2 小時
集合時間	06:30	06:30	06:30
起跑時間	07:00	07:10	07:20
關門時間	14:00	10:10	09:20
集合地點	關山慈濟醫院一樓廣場		

- 八、(一)路跑(馬拉松、慢跑)各依性別、年齡共分成 6 組：

組別	年齡別 / 資格
男青少年組	男子 17 歲(含)以下，民國 90 年(含)後出生者
M18 歲組	男子 18~44 歲，民國 63-89 年出生者
M45 歲組	男子 45 歲以上，民國 62 年(含)以前出生者
女青少年組	女子 17 歲(含)以下，民國 90 年(含)後出生者
F18 歲組	女子 18~44 歲，民國 63-89 年出生者
F45 歲組	女子 45 歲以上，民國 62 年(含)以前出生者

註：未滿 20 歲參加競賽需請家長或監護人填同意書

(二)路跑志業體組(馬拉松、慢跑) 各依性別、年齡共分成4組

組別	年齡別 / 資格
男子社會組	男子 44 歲(含)以下，民國 63 年(含)後出生者(免報名費)
男子長青組	男子 45 歲(含)以上，民國 62 年(含)以前出生者(免報名費)
女子社會組	女子 44 歲(含)以下，民國 63 年(含)後出生者(免報名費)
女子長青組	女子 45 歲(含)以上，民國 62 年(含)以前出生者(免報名費)

註：請提供慈濟委員及慈誠證件

(三) 健康組：年齡不限。

九、報名方式：

1、網路報名：

- (1)參賽者至本院活動網址：<http://kuanshan.tzuchi.com.tw> 報名系統登錄完成後→依報名組別費用匯款→回到報名系統中登錄【匯款資料完成上傳】→待本院核對確認(需幾個工作天)→完成報名手續→擇一現場報到時間領取物品(時間請參照第十點)→參加比賽。
- (2)選手可於報名系統中【報名及匯款狀態查詢】確認是否完成報名。
- (3)系統報名入口分為個人、團體報名，視需求點選連結；團體報名需 5 人(含)以上。
- (4)匯款資訊如下：

帳戶名稱：佛教慈濟醫療財團法人關山慈濟醫院

銀行代號：622

銀行名稱：台東縣關山鎮農會(本會)

帳號：000-1122-1030310 (共 14 碼)

註 1:請選手保留匯款證明(匯款單或轉帳留存聯等)，以利帳務核對使用。

註 2:使用【郵政跨行匯款申請書】的選手在填寫時，解款行：台東縣關山鎮農會(本會)，代號：6220011，帳號：00011221030310。

2、親自報名：無電腦/網路者 可至本院繳交報名表及報名費用。

- (1)填妥報名表、參賽自願書、檢附證件正面影本、報名費至關山慈院(五樓行政辦公室) 找出納李小姐報名→完成報名手續→擇一現場報到時間領取物品(時間請參照第十點)→參加比賽。
- (2)有關證件請擇一身分證或駕照或健保卡，外國人請提供護照影本。
- (3)醫院地址：956 台東縣關山鎮和平路 125-5 號。
- (4)辦公時間：週一至週五上午 08:00~17:30。

3、有關報名費用、匯款問題時，請於上班時間來電-出納李文媛小姐。

TEL：089-814880 轉分機 506

有關報名系統操作問題時，請於上班時間來電-資訊陳正邦先生。

TEL：089-814880 轉分機 605 或 515

有關比賽規則、辦法、意見，請於上班時間來電-管理室黃坤峰主任

TEL：089-814880 轉分機 502 E-MAIL:hkf001@tzuchi.com.tw

- 4、報名截止日前，如因個人假期、身體狀況等因素要求取消報名退費，取消報名所衍生之費用將由報名者自行負擔並從報名費中扣除。
- 5、報名時請詳加評估自身路跑實力，報名手續完成者且逾報名截止日，不得以任何理由要求更換人名、參賽項目。
- 6、報名截止日期為 106 年 12 月 31 日止，以郵戳為憑，報名費繳交不足，資料不全或額滿後報名者，以退件處理，退件所衍生之費用將由報名者自行負擔並從報名費中扣除，因

退件而逾期者，本會恕不負責。

十、報到時間地點：請於報到時間內完成報到

(一) 1. 107年3月17日(星期六) 15:00~17:00及107年3月18日(星期日) 06:00~06:30。

2. 地點：台東縣關山鎮和平路125-5號(關山慈濟醫院一樓廣場)

(二) 無完成報到者，將自動喪失比賽資格，不得進入比賽路線，裁判有權終止無號碼布選手進行比賽。

(三) 因故無法報到亦無參加比賽者，請於賽後一個星期內上班時間至本單位補領，逾時視同放棄。

(四) 以團體方式報名之參賽者，請由領隊統一報到及領取物品，不接受個別領取。

(五) 活動當天恕不受理更換紀念衫尺寸。

(六) 注意事項：

(1) 為提升環保風氣，不提供紙杯及免洗用品，選手請自備環保餐具(碗、筷、杯)。

(2) 本院統一提供素食餐點，請憑號碼布領取餐點一份。

(3) 選手之完賽證明於活動結束後一週公告於本院網頁，由選手自行下載。

(4) 本會接受競賽組衣物保管，請於3月18日至會場寄物組託管；如需寄物之選手敬請盡早完成寄物，以免延誤出發時間(貴重物品請自行保管，若有遺失本會概不負責)

(5) 摸彩券請於競賽起跑前，投至大會現場摸彩箱，以免喪失摸彩權利。

十一、獎勵方式及辦法：

(一) 推廣路跑運動風氣，不分年齡組別，不設獎金。

(二) 完成賽事者提供完賽獎牌一面。

(三) 完賽證明(請選手於活動結束後一週於本院網頁自行下載完賽證明)。

(四) 所有選手皆可參與摸彩活動。

(五) 活動摸彩獎品請於活動結束後一週內自行領取，逾期視同放棄，由主辦單位自行處理。

十二、計時：

(一) 競賽組選手將於報到時領取號碼布，請確認號碼布上參加卡資料是否正確無誤，如資料有誤請於報到時提出更改。如因報名資料錯誤而造成錄取成績有誤，大會恕不負責。

(二) 號碼布別在胸前，進入終點前請勿將號碼布取下，違者取消參賽資格、不予計時及名次。

(三) 競賽組選手跑入終點時，請主動將號碼布上之名條提供入口之工作人員，並遵循著紀錄組人員指引，自行於十分鐘內於成績大表格上並確認無誤，否則不予計算成績。

(四) 經過折返點及信物領取處，請務必向工作人員拿取信物以利裁判判別名次。

(五) 主辦單位可視當日情況是否延長活動時間；仍無法於延長時限完成之選手，不發成績證明。

(六) 參賽選手請自行參閱路跑路線圖，並請遵照指示標示及交管人員指示，避免因個人因素而影響比賽成績計算，大會保有最後裁決權。

十三、安全事項：

(一) 比賽前如遇颱風或其他不可抗力之天災，由大會以選手安全為考量，有權決定是否取消或擇期比賽或改用其他替代路線，參賽選手不得有議。

(二) 參加本次活動者請注意身體健康，請慎重考量自我健康狀況，如有不適，請勿逞強，如有心臟、血管、糖尿病、癲癇等方面病歷者，請勿隱瞞病情並請勿參加，否則，後果請

自行負責。

※如您曾發生過以下病況及有以下疾病狀況，屬猝死高危險群，請諮詢醫師專業的判斷及請勿勉強參加。(1)不明原因的胸部不適(胸悶、胸痛)。(2)不明原因的呼吸困難。(3)不明原因頭暈。(4)突然失去知覺。(5)高血壓(>140/90mmHg)。(6)心臟病。(7)腎功能異常。(8)糖尿病。(9)高血脂(總膽固>240mg/Dl)。(10)家族心臟病史(一等親在60歲前發生心臟病或猝死)。(11)癲癇。

十四、本競賽辦法如有未盡事宜，得由大會修正隨時公佈之。

公共意外險注意事項：

各位親愛的跑友們：運動是保持健康身體的重要原素，請各位視自己跑步當日狀況量力而為，並請於活動前一日做充足的睡眠及當日跑步前2個鐘頭吃早餐。本會對於現場只做必要之緊急醫療救護，對於本身疾患引起之病症不在承保範圍內，而公共意外險只承保因意外所受之傷害做理賠。大會為本次活動針對參賽者投保每人新台幣100萬元之公共意外險。(所有細節依投保公司之保險契約為準)，參賽選手如另有需要，請自行辦理加保。

公共意外險承保範圍：

一、被保險人因在保險期間內發生下列意外事故所致第三人體傷、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，本公司對被保險人負賠償之責：①被保險人或其受僱人因經營業務之行為在本保險單載明之營業處所內發生之意外事故。②被保險人在經營業務之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。

二、特別不保事項：①個人疾病導致運動傷害。②因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如休克、心臟症、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。③，對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，選手如遇與跟第二項所述之疾病之病史，建議選手慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。

三、選手如遇與跟第二項所述之疾病之病史，建議選手慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。

十五、完賽證明

選手之完賽證明於活動結束後一週公告於本院網頁，由選手自行下載。

2018關山慈濟醫院週年院慶路跑賽個人報名表

選 手 姓 名		出 生 年 月 日	
報 名 組 別	<input type="checkbox"/> 42.195 公里 組別 _____ <input type="checkbox"/> 14 公里 組別 _____	身 份 證 字 號	
環 保 杯	<input type="checkbox"/> 自備(優免報名費用 50 元) <input type="checkbox"/> 大會提供		
聯 絡 地 址	□□□		
電 話	(H) (行動)		
完 賽 證 明	至活動網站 http://kuanshan.tzuchi.com.tw 自行下載		
紀 念 衫 尺 寸	<input type="checkbox"/> XS <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> L <input type="checkbox"/> XL <input type="checkbox"/> 2L <input type="checkbox"/> 3L		
選手參賽自願書			
本人保證自身身心健康，志願參加比賽，並已詳細閱讀過路跑賽之競賽規程及主辦單位於賽前所公告之比賽相關資訊，且同意亦保證遵守大會於競賽規程中所約定事項，對於選手在競賽中需自行負擔的危險性及責任已有一定的認知與了解，競賽中若發生任何意外事件，本人願負全責，一切責任與主辦單位無關，本人並同意活動畫面提供大會無償使用。			
選 手 簽 名		簽 名 日 期	年 月 日
緊 急 聯 絡 人 姓 名		與 選 手 關 係	
聯 絡 電 話 (必 填)	(H)	行 動 電 話	
家長同意書			
(年滿二十歲者免填) 本人(家長)_____同意選手_____參加比賽，並保證其身心健康，志願參加比賽，並已詳細閱讀過競賽規程及主辦單位於賽前所公告之比賽相關資訊，且同意亦保證遵守大會於競賽規程中所約定事項，對於選手在競賽中需自行負擔的危險性及責任已有一定的認知與了解，競賽中若發生任何意外事件，本人願負全責，一切責任與主辦單位無關，本人並同意活動畫面提供大會無償使用。			

注意事項：※ 個人報名每人應填一份報名表及自願書。

※ 本表可影印使用，未滿二十歲者請務必填寫家長(或監護人)同意書。

※ 本院統一提供素食餐點，請選手憑號碼布領取餐點一份，並請自備環保餐具。

※ 紀念衫尺寸請參考附件 1 說明，活動當天恕不受理更換尺寸。

※ 本賽事為提升環保風氣，不提供紙杯及免洗用品，選手可自備環保杯(報名費優免 50 元)。

報名聯絡電話:關山慈濟醫院089-814880 轉506 出納 李文媛小姐

2018關山慈濟醫院週年院慶路跑賽團體報名表

團體名稱：_____ 連絡人(領隊)：_____ EMAIL：_____

電 話：_____ 地 址：□□□ _____

編號	姓 名	類別	組別 (公里)	出 生 年月日	身分證號碼	費用	自備環保杯	紀念衫 尺寸
1							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
2							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
3							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
4							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
5							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
6							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
7							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
8							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
9							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
10							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
11							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
12							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
13							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
14							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	
15							<input type="checkbox"/> 自備 <input type="checkbox"/> 否	

注意事項： ※ 團體同填一份報名表，本表可影印使用。(團體人數請達5人(含)以上)。

※ 團體報名請統一由聯絡人(領隊)於團體報到處領取號碼布，恕不接受個別領取。

※ 本院統一提供素食餐點，請選手憑號碼布領取餐點一份，並請自備環保餐具。

※ 紀念衫尺寸請參考附件1說明，活動當天恕不受理更換尺寸。

※ 本賽事為提升環保風氣，不提供紙杯及免洗用品，選手可自備環保杯(報名費優免50元)或由大會提供環保杯。

報名聯絡電話:關山慈濟醫院 089-814880 轉 506 出納 李文媛小姐

2018 關山慈濟醫院週年院慶路跑賽團體自願書

團體選手參賽自願書

本人_____代表_____團體等_____人，保證參賽選手其身心健康，自願參加比賽，並已詳細閱讀過競賽規程及主辦單位於賽前所公告之比賽相關資訊，且同意亦保證遵守大會於競賽規程中所約定事項，對於選手在競賽中需自行負擔的危險性及責任已有一定的認知與了解，競賽中若發生任何意外事件，本人願負全責，一切責任與主辦單位無關，本人並同意活動畫面提供大會無償使用。

團 體 負 責 人		簽 名 日 期	年 月 日
緊 急 聯 絡 人 姓 名			
聯 絡 電 話	(H)	行 動 電 話	

家長同意書

(年滿二十歲者免填)

本人(家長)_____同意選手_____參加比賽，並保證其身心健康，志願參加比賽，並已詳細閱讀過競賽規程及主辦單位於賽前所公告之比賽相關資訊，且同意亦保證遵守大會於競賽規程中所約定事項，對於選手在競賽中需自行負擔的危險性及責任已有一定的認知與了解，競賽中若發生任何意外事件，本人願負全責，一切責任與主辦單位無關，本人並同意活動畫面提供大會無償使用。

注意事項：※未滿二十歲者請加填家長(或監護人)同意書。

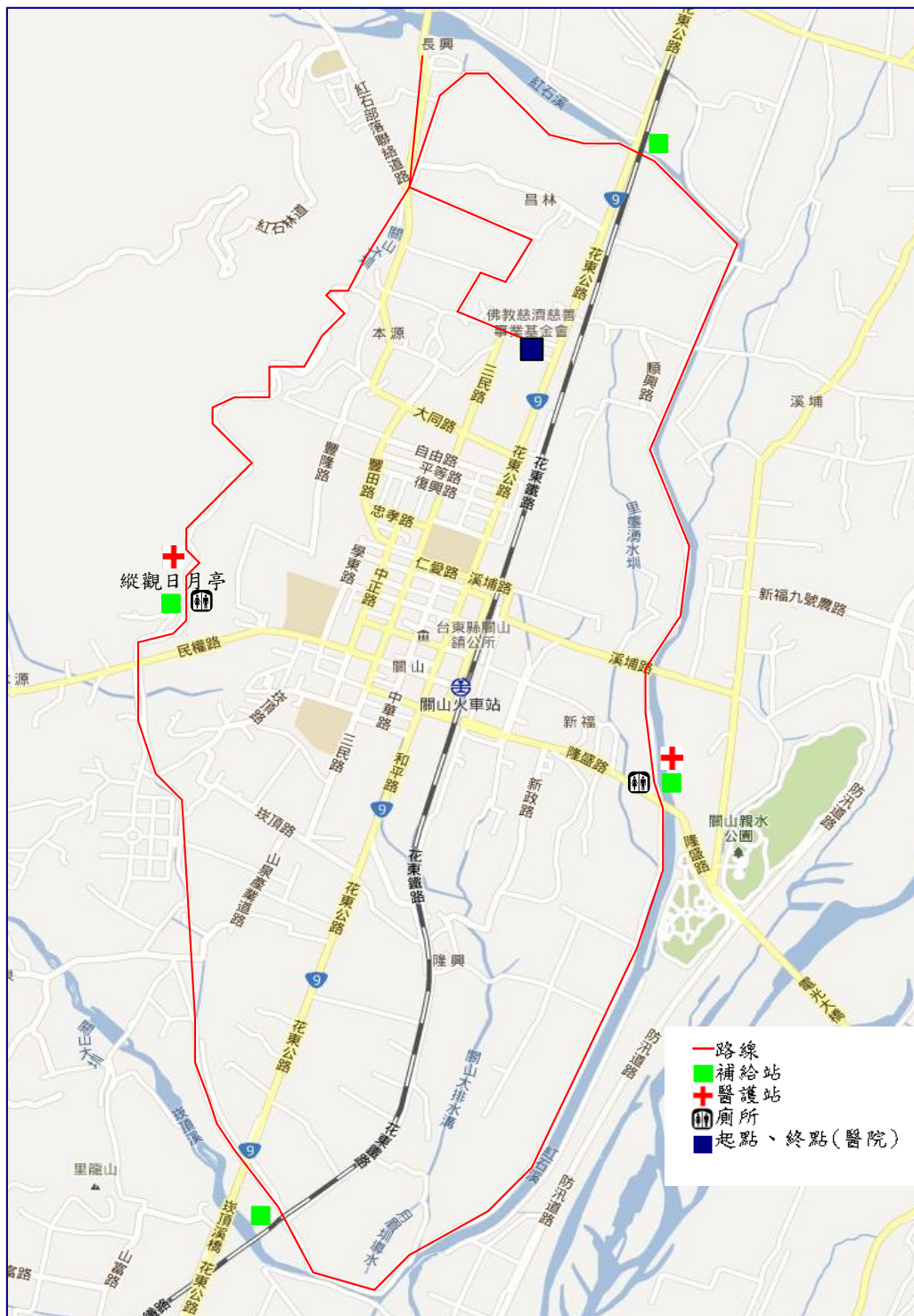
2018 關山慈濟醫院週年慶活動計畫

活動流程

日期：107 年 3 月 18 日(星期日)

時 間	項 目	備 註
05：30	工作人員集合	0630 交管
06：00	選手人員集合 (工作人員就位完畢)	
06：00-06：30	檢錄選手集合、熱身	公衛室
06：30-06：50	大會開幕、主席致詞、貴賓致詞	
06：50	選手集合、熱身	
07：00	馬拉松組(42.195)鳴笛開跑	
07：10	14 公里慢跑鳴笛開跑	
07：20	5 公里健康組鳴笛開跑	
09：00	健康休閒小站闖關	
10：00	頒獎、摸彩	院長頒獎
14：00	院慶活動馬拉松賽—大會結束	

路線圖一



※42 公里路跑

關山慈濟醫院→昌林路→右轉田間道路→紅石(香丁觀光果園)→折返點→左轉關山自行車(三圈)→右轉回關山慈濟醫院(終點)

※14 公里路跑

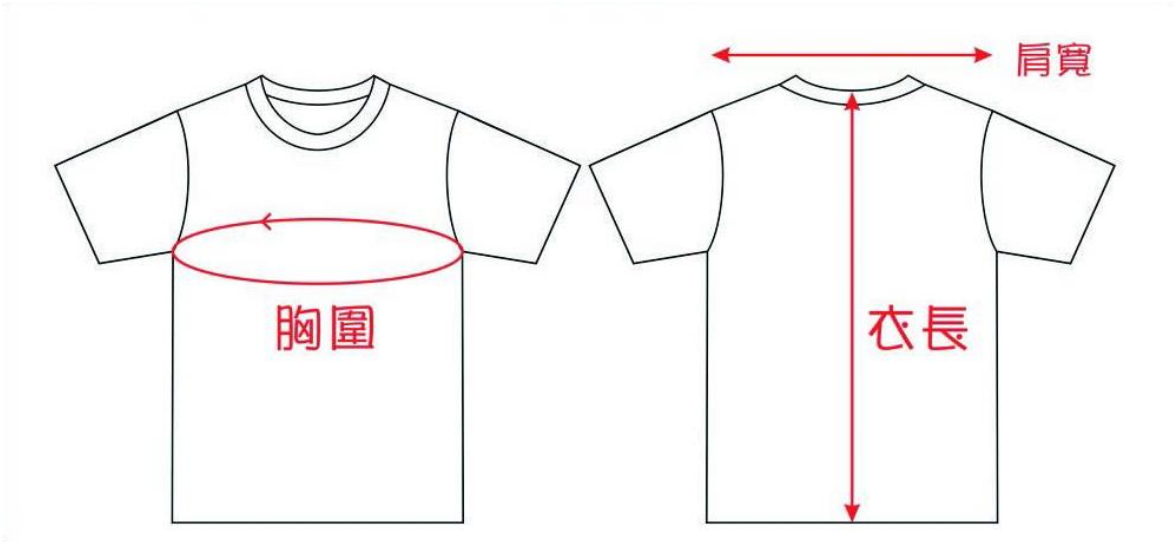
關山慈濟醫院→昌林路→右轉田間道路→右轉關山自行車(一圈)→右轉回關山慈濟醫院(終點)

※健康組

關山慈濟醫院→日月亭→領取摸彩卷→沿關山工商後產業道路回醫院

附件 1

運動衫尺寸(統一尺寸，無分男女)



單位：公分	XS	S	M	L	XL	2L	3L
胸圍	91	97	102	107	112	117	122
衣長	62	65	68	71	73	75	77

±1~3cm為正常現象