

長庚紀念醫院 2024 永慶盃路跑(高雄會場)活動簡章

一、活動緣起：

今年是第十五屆永慶盃路跑活動，也是高雄在地第十次舉辦。長庚紀念醫院長期致力國人健康促進及預防保健，深諳養成健康飲食及規律運動習慣，才是健康促進根本之道。因此積極推動社區健康促進，並配合國健署及衛生局社區健康促進政策，針對社區民眾健康相關議題進行推廣，進而養成民眾健康行為。推動社區健康促進多年，各院區屢獲國健署及衛生局相關獎項，深受政府及民眾肯定。

為能將健康促進之觀念藉由有趣之活動形式，並假媒體之手推廣至全國，長庚醫療財團法人以台塑關係企業王創辦人永慶先生畢生堅持運動的精神作為楷模，自民國99年起開始舉辦「長庚紀念醫院永慶盃路跑活動」，邀請國家元首、縣市政府首長、衛生主管機關首長於路跑活動中以行動及公開言論表達對健康促進理念之支持，同時呼籲全國民眾養成良好之健康習慣；活動現場規劃各式攤位宣導健康觀念。多年來，舉辦地點已由台北市拓展到嘉義縣、高雄市，各地參與人數合計也由7千餘人增加至4萬人。

二、指導單位：高雄市政府

三、主辦單位：長庚醫療財團法人高雄長庚紀念醫院

四、承辦單位：高雄市澄清湖友緣慢跑協會

五、協辦單位：高雄市政府運動發展局、高雄市體育總會、衛生福利部中央健康保險署高屏業務組、高雄市政府衛生局、高雄市政府警察局仁武分局…（暫定，持續邀請中）

六、活動日期：2024年09月22日（日）

七、活動地點：高雄市澄清湖棒球場水舞廣場

八、活動流程：

時間	流程	說明
05:30	報到	1. 競賽組(12K)05:30-05:50 報到自行暖身 2. 休閒組 (6K)05:30-06:10 報到
05:50	競賽組集合起跑	12K 競賽組集合，預計 06:00 鳴槍起跑
06:10-06:40	開場/來賓致詞/暖身操	院內外貴賓致詞、開場、吉祥物阿波
06:40-06:50	休閒組集合起跑	休閒組集合，預計 06:50 起跑
06:50-08:30	各組路跑活動、收身操暨競賽組成績統計	
08:30-09:30	頒獎/表演及摸彩	設立救護站及補給站；現場提供各式健康促進、社福公益宣導攤位
09:30	賦歸	

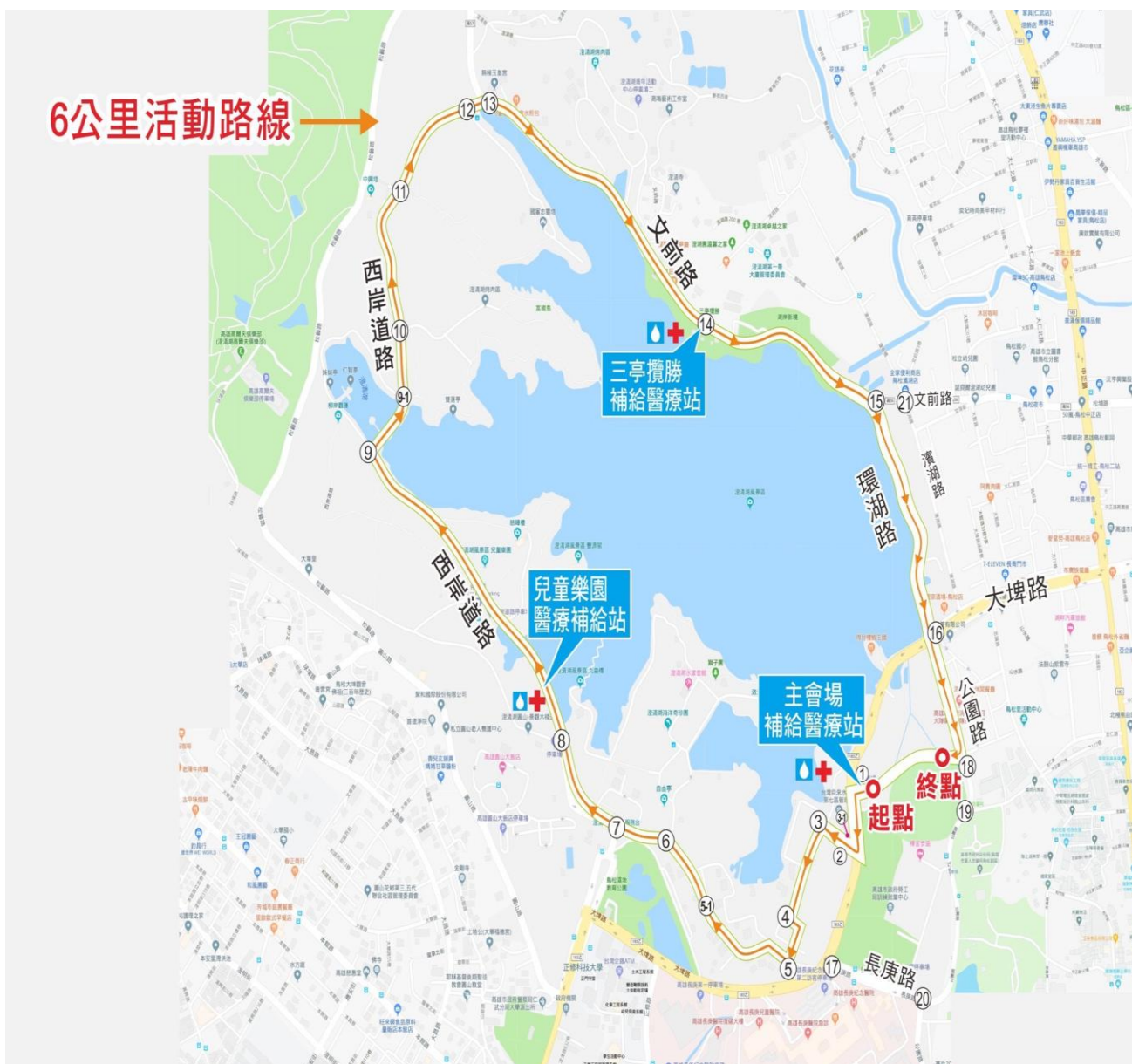
九、活動項目：

組別	競賽組/12KM	休閒組/6KM
參加資格	限制出生年為 2008 年(含)前出生者方可報名	凡身心健康對路跑有興趣者，皆可報名參加
人數限制	限額 1,000 人	限額 8,000 人

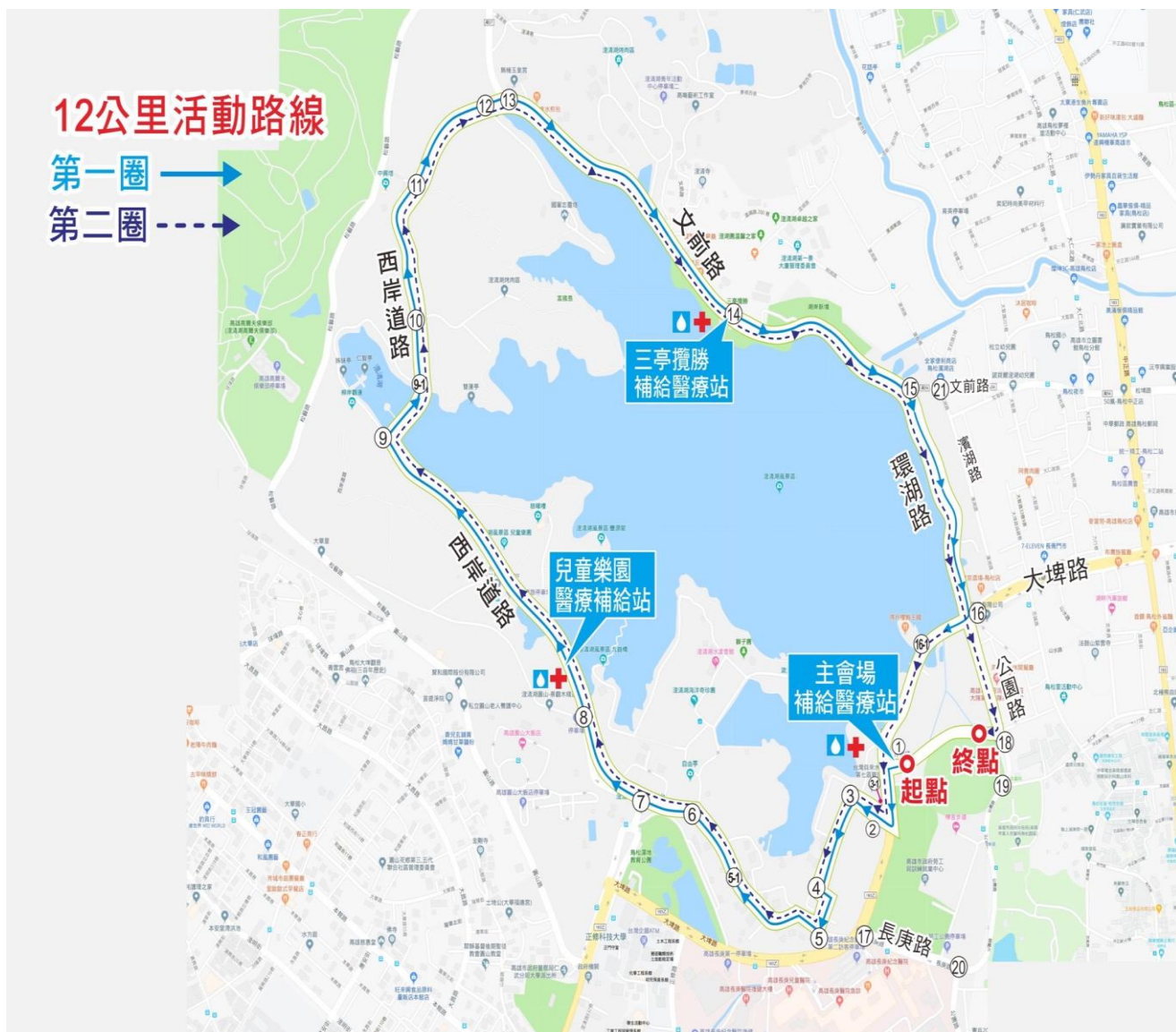
限時	2 小時	1.5 小時
報名費	每位報名費新台幣 200 元	
報名日期	2024 年 6 月(暫定)	
活動時間	05:30 集合 06:00 開跑	05:30 集合 06:50 開跑

十、活動路線：

休閒組-6 公里:澄清湖棒球場大埤路出口道路→左轉大埤路→右轉進入第七管理處大門→水廠內道路→澄清湖西岸道路→澄清湖後門→右轉文前路→環湖路→直行公園路→終點。



競賽組-12 公里:澄清湖棒球場大埤路出口道路→左轉大埤路→右轉進入第七管理處大門→水廠內道路→澄清湖西岸道路→澄清湖後門→右轉文前路→文前路/環湖路口(靠右環湖路)→右轉大埤路進入自來水廠、澄清湖園區(即繞澄清湖第二圈)→澄清湖後門→右轉文前路→環湖路→直行公園路→終點。



十一、活動T恤尺寸一覽表：(暫定)

休閒組-活動T恤尺寸對照表(Size)										
尺寸	10號 (身高130cm)	12號 (身高150cm)	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	4XL
胸圍(cm)	76	86	91	97	102	107	112	117	122	127
衣長(cm)	55	60	62.5	65	67.5	70	72.5	75	77.5	80

*精美活動紀念T恤數量有限，遇尺寸短缺，大會有權以其他尺寸代替。

競賽組-背心尺寸對照表(Size)						
尺寸	XS	S	M	L	XL	2XL
胸圍(cm)	91	97	102	107	112	117
衣長(cm)	62.5	65	67.5	70	72.5	75

*精美活動競賽組背心數量有限，遇尺寸短缺，大會有權以其他尺寸代替。

十二、報名地點：

◎ 網路報名：伊貝特報名網<http://bao-ming.com/>(報名區分競賽組及休閒組每人限擇一組報名)

- (一) 報名日期2024年6月(暫定)，請上伊貝特報名網線上報名，報名後3天內至全省7-ELEVEN超商利用i-bon系統列印繳費單繳交報名費。(手續費由報名者負擔)
- (二) 網路報名一律採郵寄領取物品，除報名費外需另付郵寄費用，請在報名同時勾選，郵寄代理報到費用需連同報名費一併繳交。郵寄限臺灣本島境內，將參賽物品(含號碼布、活動T恤...等)配送至報名所填寫地址。請務必填寫正確收件地址，以免包裹無法順利送達。
- (三) 請確認報名事項無誤，一經報名後即不接受報名事項更改，如遇人數額滿，無法再進行報名。
- (四) 網路報名時請詳填相關基本資料，以免誤發各項相關報名資訊，報名截止後不得以任何理由要求退費或更名取代，請慎重考慮！
- (五) 繳費完成後，系統將自動發送報名成功之e-mail給選手，如無收到e-mail亦可至網站「報名查詢」確認報名成功資料。
- (六) 收到包裹代表已完成領取參賽物品手續，請於活動當天09月22日逕自前往會場集合即可。無號碼布者不得參賽及領取禮品。

◎ 現場報名(僅限休閒組)：2024年8月以後(暫定)，於營業時間親至長庚紀念醫院各院區社會服務課(組)報名及領取活動T恤及號碼布，現場數量有限，依現場現有尺寸為準。

- (一) 高雄長庚紀念醫院社會服務課：07-7317123*2023 高雄市鳥松區大埤路123號醫學大樓B1。

十三、 競賽組獎勵方式及方法：

(一)頒發獎金：按男、女總名次成績頒發獎牌及獎金，外籍人士須依稅法負擔20%之所得稅。請於領獎時附身分證/護照影本，依中華民國稅法規定扣抵所得稅。

總成績	男子組	總成績	女子組
第一名	獎金新台幣 10,000 元	第一名	獎金新台幣 10,000 元
第二名	獎金新台幣 8,000 元	第二名	獎金新台幣 8,000 元
第三名	獎金新台幣 6,000 元	第三名	獎金新台幣 6,000 元
第四名	獎金新台幣 4,000 元	第四名	獎金新台幣 4,000 元
第五名	獎金新台幣 2,000 元	第五名	獎金新台幣 2,000 元

(二)得獎者限比賽當日 8:30 前領取獎牌及獎金，逾時視同棄權。

十四、 計時統計：

(一)本賽事競賽組，將發送一枚計時晶片(晶片已黏貼號碼布，請務必攜帶號碼布，另請勿將晶片折損，以免感應不良)。

(二)本賽會競賽組 12 公里將採晶片計時，成績一律採大會時間(鳴槍)計算，大會依選手抵達終點時之時間作為成績統計之依據(選手自通過起點至終點的晶片時間會在完跑證書上註明)。沿途設有檢查點，選手必須從晶片感應地墊上方通過，若無起、終點與各檢查點感應時間紀錄之選手將被取消資格，不予計時，不發給成績證明。

(三)請依出發時間出發，超過起跑時間 15 分鐘後出發者，因安全因素大會有權限制其出發及不予計算成績。

十五、 完跑證明：競賽組於規定時內完賽者，請於時間內至完跑證明發放處領取，如未領取者將不再另行寄發。(若因特殊情況現場無法印發，將於事後補寄)。

十六、 違規罰則：

(一)不遵從裁判引導者。

(二)未將號碼布以別針別在胸前或背後。

(三)嚴禁於比賽行進路線中攜帶寵物、推行娃娃車、滑行直排輪、滑板及滑板車。

(四)競賽組 12 公里參賽者使用晶片計時，未依規定將晶片配帶於身上，不經檢查站之選手將被取消資格，不予計時，不發給成績證明。

(五)報名組別與身分證明資格不符者。

(六)違反運動精神和道德者(如打架、辱罵裁判及大會工作人員...等)。

(七)未報名者取代報名者參加比賽。

(八)佩帶 2 個或 2 個以上晶片，經查明屬實。

十七、活動內容：

- (一) 現場設有各式健康促進及社福公益攤位，並安排表演節目及豐富摸彩，歡迎踴躍參加。
- (二) 活動當天免費提供參加者早餐一份，數量有限，送完為止。
- (三) 搭配活動舉辦「跑出健康攝影比賽」，相關訊息請至活動網站查詢。
(<https://www1.cgmh.org.tw/intr/intr2/c0910/department/index.html>)

十八、注意事項：

- (一) 活動當天請務必攜帶號碼布進入會場，憑號碼布使用寄物服務、領取早餐、運動毛巾及參加摸彩抽獎。
 1. 自報到開始投遞摸彩券，至路跑結束時間(預定8:00)進行封箱，封箱後即無法投遞摸彩券。
 2. 現場獲獎者經廣播後盡速出示號碼布供大會工作人員核對領取獎項，未於活動結束時間(預定9:00)前領取或無法出示號碼布，則恕視同放棄領獎權益，大會不再重覆抽獎。
 3. 贈品型號及外形依現場實物為主，主辦單位有修改與更正的權利；依中華民國稅法規定，獎品價值超過NT\$19,999，需繳交10%所得稅；外籍人士需依稅法負擔20%所得稅。
- (二) 衣物保管：
 1. 時間：09月22日上午5:20起，接受衣物保管，並請於09月22日上午9:00前領取保管物品。
 2. 貴重物品請自行保管，若有貴重物品遺失，一概不負責。
- (三) 本活動為休閒性質，活動中請友善、耐心配合交管人員引導。
- (四) 請各位跑友們視自己跑步當日狀況量力而為，並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。
- (五) 安全事項：
 1. 參加者請注意身體健康，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、糖尿病等方面病史者，請勿隱瞞病情並請勿參加，否則，路跑中若發生任何意外事件應自行負責，主辦單位不負任何責任。
 2. 參加者須注意過往車輛與行人，經過路口務必聽從交警員及交管人員的指引，以確保自身安全。大會醫護人員或交通安全管制人員有權視參與者體能狀況及道路安全，中止或暫停參與者繼續比賽，參與者不得有異議。
 3. 活動前若有出現身體不適如：發燒、感冒…等，請落實自主健康管理，應在家休養，避免出席活動。
 4. 為妥善維護會場安全及落實防疫措施，請務必配合工作人員指揮進入活動場地。

(六) 比賽前如遇集會遊行或其他不可抗力之天災，由大會以安全為考量，有權決定是否取消或擇期比賽或改用其他替代路線；若遇颱風，長庚紀念醫院將依高雄市政府宣布停止上課為依據，宣佈活動取消，參賽選手不得有議。

(七) 退費說明：

1. 參與者於繳費日之次日起，至主辦單位所定繳費截止日後七日以前之期間內，申請退費者，主辦單位得於酌收手續費及行政費後，退還報名費全額之餘款。
2. 參與者於前款終日後，至活動相關物資寄送前申請退費者，主辦單位應退還報名費全額百分之八十。

(八) 參與者一旦報名，視為同意大會將此項比賽之錄影、相片及成果，於世界各地播放、展出或刊載於主辦和協辦單位刊物與網站上，參與者必須同意肖像與成果，用於相關比賽之宣傳活動上。若參與者不同意，請勿報名。

(九) 大會保險說明：

1. 大會為本次活動**針對參賽者投保每人新台幣參佰萬元之公共意外險。**

承保項目	保險金額(新臺幣)
每一個人體傷責任	三百萬元
每一意外事故體傷責任	三千萬元
每一意外事故財務損失責任	三百萬元
保險契約之最高賠償金額	六千六百萬元

2. 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，保險公司對被保險人負賠償之責。（所有細節依投保公司之保險契約為準）
3. 承保範圍不包含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，例如休克、心臟症、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等非主辦單位依法應負賠償責任之事故。
 - (1) 被保險人或其受僱人因跑步在本保險單載明之競賽路線上發生之意外事故。
 - (2) 被保險人在競賽路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。
4. 對於現場只做必要緊急醫療救護，有關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。

十九、活動會場鄰近停車資訊：

名稱	地址	車位數
烏松區觀湖停車場	高雄市烏松區公園路 43 號	200
烏松區勞工公園停車場	高雄市烏松區公園路 43 號	211
勞工公園第二停車場	烏松區公園路和長庚路口	161

公園路路邊停車格	高雄市烏松區公園路	219
長庚路路邊停車格	高雄市烏松區長庚路	38
高雄長庚醫院停車場	高雄市烏松區大埤路 123 號	1,084

長庚紀念醫院 2024 永慶盃路跑活動參加活動聲明

本人(本團體參加者)已詳細閱讀過本活動下列說明,且同意亦保證遵守大會於活動中所約定之事項,保證本人(本團體參加者)身心健康,亦了解本次路跑所需承受之風險,志願參加活動方開始報名,活動中若發生任何意外事件,本人(本團體參加者)及家屬願意承擔活動期間所發生之個人意外風險責任,亦同意放棄對於非主辦方造成的傷害、死亡或其他任何形式的損失提出任何形式的賠償及索求,一切責任與主辦單位無關。

本人(本團體參加者)明白此項活動的錄影、相片及成果於世界各地播放、展出或於網頁上登出,亦同意主辦或被主辦單位授權之單位寄送相關路跑活動訊息或使用本人(本團體參加者)肖像及成果於宣傳活動上。

報名者視同已詳閱本參加活動聲明、同意以上所述事項並願意承擔相應的法律責任。一經報名後將不得以任何理由質疑活動內容所列之事項。若您未滿 18 歲,應由您的法定代理人閱讀、瞭解並同意本聲明書所有內容後,方得報名。若您繼續進行報名,將視為您已取得法定代理人之同意。

大會保險說明：

(一) 大會為本次活動針對參加民眾投保每人新台幣叁佰萬元之公共意外責任險。

(二) 公共意外責任險承保範圍

1. 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,保險公司對被保險人負賠償之責。公共意外責任險只理賠因大會疏失造成之意外傷害。(所有細節依投保公司之保險契約為準)。
2. 被保險人或其受僱人因跑步在本保險單載明之競賽路線上發生之意外事故。
3. 被保險人在競賽路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。

(三) 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。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內,而公共意外責任險只承擔因大會疏失造成之外來意外所受之傷害理賠。
3. 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。
4. 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。本會對於現場只做必要之緊急醫療救護,參加民眾若有以下所述之疾病史,建議慎重考慮自身安全。

(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(總膽固醇>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
 - (12) 其他不宜從事路跑運動之相關疾病症狀。
- (四) 本會對於現場只做必要之緊急醫療救護，參加民眾若有前項所述之疾病史，建議慎重考慮自身安全。
- (五) 選手於賽事期間因參與賽事所造成財物損失或體傷，大會將協助處理公共意外險理賠事宜，惟選手已獲得理賠項目、或因特別不保事項、或非屬理賠範圍等事由，不得再向指導單位、主辦單位、承辦單位及贊助單位等要求任何形式之賠償。

貼心小叮嚀：

- (一) 活動中請友善、耐心配合交管人員引導。
- (二) 運動是保持健康身體的重要元素，請各位重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。
- (三) 參加本活動請注意身體健康，慎重考慮自我健康狀況，身體如有不適(例如：不明原因的胸部不適、胸痛、胸悶、呼吸困難)，請勿逞強。
- (四) 當天活動若遇颱風取消，不再延期辦理，長庚紀念醫院將依高雄市政府宣布停止上課為依據，宣佈活動取消。
- (五) 為妥善維護會場安全及落實防疫措施，請務必配合工作人員指揮進入活動場地。
- (六) 活動當天請務必攜帶號碼布，憑號碼布入場、使用寄物服務、領取早餐、運動毛巾及參加摸彩抽獎。