

2016 第二屆 “點亮星光、愛心永傳”

關懷自閉症公益路跑運動大集合活動計畫

- 一、活動宗旨：喚起社會大眾對自閉症（簡稱星兒）有更多認識、瞭解，並給予最大包容、關懷、支持與協助。
- 二、指導單位：教育部體育署、新北市政府體育處
- 三、主辦單位：新北市自閉症適應體育推廣協會
- 四、協辦單位：新北市路跑協會
- 五、活動日期：105 年 10 月 30 日(星期日)，上午 07：00 報到（本次活動不設寄物攤位）。
- 六、集合地點：大台北都會公園(幸福水漾公園→起、終點)
- 七、路線說明：5K〈樂活挑戰組〉、3K〈樂活健跑組〉及 3K〈星兒家族組〉大台北都會公園（幸福水漾公園）跑公園內環狀自行車道。
- 八、樂活路跑項目：

比賽項目	樂活健跑組 健跑組〈3K〉	樂活挑戰組 健跑組(5K)	星兒親子組 〈3 公里〉
報名費用	450 元	450 元	免費
人數限制	300 人	300 人	300 人
報名資格	肢體健全 身體健康	肢體健全 身體健康	肢體健全 身體健康
報名時間	0915-1001	0915-1001	0915-1001
報名方式	網路報名	網路報名	網路報名
報到	0700	0730	0800
限時	1 小時	1 小時	1 小時
集合時間	07：10	07：30	07：50
起跑時間	07：20	07：40	08：00
報到提供	大會紀念衫、號碼布		
限時完成 大會提供	完賽證明書、運動毛巾、餐點		

九、報名方法：

- (一) 網路報名：伊貝特報名網站
- (二) 報名時間：自 2016 年 9 月 15 日起至 2016 年 10 月 1 日 24 時止。(若報名額滿，

則提前截止。比賽當天不接受現場報名)

(三) 繳費方式：

7-ELEVEN 超商 ibon 繳費流程(須自付兩萬元以下每筆 20 元手續費) 線上報名網站登錄，完成報名後，取得 1 個 i-bon 的繳費代碼(訂單編號) → 憑此代碼 72 小時內至全省 7-ELEVEN 超商門市 → ibon 機器螢幕點選『繳費』 → 選擇『虛擬帳號』 → 輸入廠商碼『EB』 → 輸入您的繳費代碼(訂單編號)『AA000000123456』(共計 14 碼) → 輸入您的『聯絡電話』(即網站報名所留的手機號碼) → 選取及確認您的『繳費項目及資訊』 → 『確認，列印繳費單』 → 三小時內持繳費單至櫃檯繳費。

(四)報名注意事項：

- 1.選手應考量自己身體狀況及長跑實力報名不同距離組別，每人報名僅限一項目一組別，不得重覆報名。
- 2.請審慎填寫報名資料，若因性別或年齡填寫錯誤導致分組錯誤不計成績者，不得要求退費。
- 3.凡完成報名手續者不得要求更改比賽項目及要求退費。
- 4.手續不全、報名費繳交不足均以未完成報名手續處理。
- 5.請參考尺寸表建議慎選衣服尺寸，未選填衣服尺寸者，大會一律以 L 尺寸發給，事後不得要求更換衣服尺寸。若有不便之處請多包涵。
- 6.本活動將以完成網路報名手續之繳費順序為依據、額滿截止。屆時活動官網將同步公告"報名截止"。

(五)星兒家族報名注意事項：

- 1.星兒家族組一律採團體報名，每位星兒均至少有 1 位家長或成年親屬陪同，以維護星兒活動期間之安全。
- 2.凡自閉症機構、團體或學校代為進行統一報名時，除必須符合上列規範原則外，若報名人員全部到齊，報名費將以保證金方式全額退還，若否則不予退費。

(六)其餘報名細節，請詳閱報名網站。

十、報到方式：一律採郵寄報到

〈一〉本賽事統一採用"宅急便"方式寄送所有路跑物資，預計於比賽前 20 日開始寄出，不提供親自或現場報到，請務必填寫之可收件地址，以免包裹無法送達，報名時應同時繳交郵寄費用。

〈二〉郵寄費用：

人數	1-2 人	3-5 人	6-10 人	11-20 人	21 人以上
額外費用	100 元	200 元	300 元	400 元	500 元

(三)寄送之物品僅限台灣境內；不接受郵政信箱。

(四)路跑物資帶內包含：紀念衣、號碼布、別針、衣保卡及晶片〈競賽組〉等物品。

(五)未攜帶號碼布，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。

十一、獎勵說明：完賽獎：

5K 自閉症成人組選手於規定時間 (限 1 小時) 及 **3K 自閉症青少年組選手**〈限 1 小時〉完成比賽者，頒發成績證明及餐盒。(成績證明完跑立即發給，請務必現場領取，如未領取恕不補寄)。

十二、犯規罰則〈違反下列規定者，取消比賽成績〉：

- (一)不遵守裁判引導者。
- (二)違反運動精神和道德(如打架辱罵裁判及大會工作人員等)。
- (三)嚴禁於比賽行進路線攜帶寵物，推行娃娃車，滑行直排輪、滑板、滑板車。
- (四)比賽進行中選手借助他人之幫忙而獲利者(如搭車、扶持)。
- (五)報名組別與身分證資格不符合者。

十三、申訴：比賽爭議時，競賽中各選手不得當場質詢裁判，若以田徑比賽規則有同等異議者，均以裁判為準不得提出申訴。

十四、注意事項：

(一) 安全維護事項：

- 1.請考量自身體能，可於限制時間內完成者，再報名不同距離組別，安全第一，大會裁判或醫護人員有權視選手體能狀況，中止選手繼續比賽資格。
- 2.參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、糖尿病等方面病歷者，請勿隱瞞病情,並請勿參加，否則後果自行負責。
- 3.參賽選手應隨時注意自身安全，比賽沿途若發生身體不適情形，請切勿勉強，並就近向大會志工請求協助支援。
- 4.參賽選手無法於規定時間內跑完全程者，中途必須自行設法返回終點或與大會聯絡人聯繫(活動現場及 DM 上會公告)。

(二)賽後程序：領取礦泉水及毛巾、領取完賽證明書、領取餐盒

(三)活動延期、取消或變更地點：

比賽前如遇他人力不可抗力之天災〈如颱風或地震等〉或政府部門假該處辦理相關活動，由大會以選手安全為考量，有權取消或擇期或改用其他替代路線，參賽選手不得有議；若因延期而無法參加者，報名費恕不退還，若因此取消活動，報名費將以五折退還。

(四)活動實錄使用權：

大會有權將此項比賽之錄影、相片及成績於世界各地播放、展出，並登錄於本賽會網站與主管機關刊物上；另參賽者必須同意肖像與成績，用於相關比賽之宣傳與播放活動上。

十五、公共意外險

(一)注意事項：

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。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。大會為本次活動投保新台幣伍百萬元之公共意外險。(所有細節依投保公司之保險契約為準)。

(二)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：

(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。

2.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，而公共意外險只承擔因外來意外所受之傷害理賠。

(三)特別提醒：

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，如您曾發生過以下病況或有以下疾病狀況，屬猝死高危險群，請諮詢醫師專業的判斷及切勿勉強參加，如下：

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.其他導致疾病意外情形發生之可能疾病

〈四〉投保項目及金額：

1.每人體傷責任新台幣三百萬元以上。

2.每一意外事故體傷責任新台幣一千五百萬元以上。

3.每一意外事故財物損失責任新台幣二百萬元以上。

4.保險期間最高賠償金額新台幣三千四百萬元以上。

十六、交通疏導及指揮：〈全路段無須進行管制〉

〈一〉派遣單位：

將由新北市三重分局〈三重交通分隊〉協助派遣 2-4 位義交，協助交通指揮及疏導

事宜。

〈二〉派駐地點：新北市三重區重新市集〈水漾花園及二重疏洪道公園中間〉馬路。

〈三〉執行期間：活動期間預定於當日上午 6 時 30 分起至活動結束中午 12 時止。

〈四〉執行內容：交通指揮、號誌管制、人車疏導及違規取締等事宜。

十七：緊急醫療及救護：均設置幸福水漾花園

本次活動將依據新北市政府衛生局所屬醫療院所大型活動醫護支援申請表及申請醫療救護支援單位配合事項一覽表辦理，預定規劃如下：

〈一〉醫療及救護站：

1、醫療站：醫護人員二位及醫療器材。

2、救護站：救護技術員 2 位、救護車乙輛、AED 乙台及必要醫療器材。

〈二〉緊急醫療護送：凡有緊急救難情事發生時，將立即通知附近醫院進行救護協助，分別如下

1. 新北市立聯合醫院：

地址：新北市三重區新北大道一段 3 號、電話：29829111，車程 4-6 分鐘。

2. 三重祐民醫院：

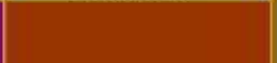
地址：新北市三重區重新路二段 2 號、電話：29783456，車程 6-8 分鐘。

3. 行政院衛生署台北醫院

地址：新北市新莊區思源路 127 號、電話：2276-556，車程 8-10 分鐘。

〈三〉空氣汙染因應作為：

PSI 值與健康影響如下：

空氣污染指標 (PSI)	0~50	51~100	101~199	200~299	≥300
對健康的影響	良好 Good	普通 Moderate	不良 Unhealthful	非常不良 Very Unhealthful	有害 Hazardous
狀態色塊					
人體健康影響	對一般民眾身體健康無影響。	對敏感族群健康無立即影響。	對敏感族群會有輕微症狀惡化的現象，如臭氧濃度在此範圍，眼鼻會略有刺激感。	對敏感族群會有明顯惡化的現象，降低其運動能力；一般大眾則視身體狀況，可能產生各種不同的症狀。	對敏感族群除了不適症狀顯著惡化並造成某些疾病提早開始；減低正常人的運動能力。

- 1.若空氣汙染以達到“不良”等級時，將要求跑者自行依體質配掛口罩，降低不適程度。
- 2.若達到“非常不良”等級時，將要求有敏感體質的跑者除配戴口罩外，視情況調整為健走或休息。
- 3.若達到“有害”等級時，將建議敏感族群的跑者停止跑步進行，休息為主，避免衍生安全問題！

十八、活動服務專區：均設置幸福水漾花園

〈一〉補給站：起跑〈終點〉有設置服務區，分別提供跑者飲水、營養品〈香蕉及巧克力〉、降溫用品〈海綿〉。

〈二〉流動廁所：起跑〈終點〉有設置流動廁所各 6 座。

〈三〉舞台背板搭建：

1.規格：專業舞台〈寬 630CM*深 360 CM 及高 H60 CM〉

2.背板：truss 背板〈寬 630 CM *高 400 CM〉

十九、重要宣導方式：

本次活動除既定宣傳外，另針對附近里民、社會大眾及活動場地可能運動者進行告知及提醒方式如下：

〈一〉將請三重區公所轉知活動實施場地或路徑經過區域的里長，請公告此項活動，以利社會大眾及里民知悉此活動辦理狀況；另將運用適當時機透過廣播方式始居民知曉配合。

〈二〉本此活動前二周將於活動場地堤外部分〈重要必經路橋〉張貼公告，先行告知運動民眾此活動時間及方式。

〈三〉本次活動將透過新北市地區公共頻道、台北市公共頻道協會、中華電視公司及民視電視公司、官方網站、臉書社團等媒體宣導周知。

二十、活動流程：

時 間	活 動 項 目
06：30	參賽者集合、衣物寄放
06：50	開幕式(來賓致詞、路線及規則說明)
07：10	大會暖身操
07：20	3K 樂活健跑組→鳴槍起跑〈限 1 小時〉
07：40	5K 樂活挑戰組→鳴槍起跑〈限 1 小時〉
08：00	3K 星兒親子組→鳴槍起跑〈限 1 小時〉
08：40	第二屆「點亮星光、愛心永傳」大會開幕儀式 〈主席、貴賓及各界代表致詞、捐贈儀式、致贈感謝狀〉
09：00	各社福單位精彩表演活動開始
10：00	各項體育休閒活動體驗〈獨輪車、直排輪、
10：00-11：00	宣導活動-認識自閉症(星兒)： 自閉症團體宣導專區、自閉症文創展示及各社福團體簡介
11：00-12：00	自由交流及參觀
12：00	第二屆「點亮星光、愛心永傳」公益路跑活動結束

二十一、本次活動之各項聯繫窗口〈聯合辦公中心〉：

〈一〉地址：新北市三重區三和路四段 125 巷 65 號 1 樓

〈二〉電話傳真：0922252512〈李召集人〉，02-82876643、02-29893759

〈三〉本會官網：<http://www.starsports.org.tw/>

〈四〉活動官網：<http://bao-ming.com/starsports2nd>

〈五〉FB 粉絲團：自閉症適應體育推廣協會

〈六〉FB 社團：新北市自閉症適應體育推廣協會

〈七〉電子信箱：unitedoffice12565@gmail.com

二十二、以上內容若有任何調整或補充，將儘速進行公告轉知所有參與者及相關單位。