



樂施會
OXFAM

無窮世界
World
Without
Poverty



跑手須知

*** 請各參加者務必細閱本須知 ***

活動日期：2025 年 10 月 19 日

活動地點：澳門旅遊塔

澳門樂施會 澳門宋玉生廣場258號建興龍廣場18樓F室

Oxfam in Macau Alameda Dr. Carlos d'Assumpção, No.258, Praça Kin Heng Long, 18 Andar F, Macau.

電話 Tel: (853) 2875 7750

傳真 Fax: (853) 2875 7667

澳門免費查詢熱線 Toll Free Hotline: 0800 809

網址 Website: www.oxfam.org.hk

感謝您參加「樂施競跑旅遊塔」，與樂施會一起，跑出無窮世界。

一. 活動前注意事項

1. 遞交所需文件

非網上報名之參加者須在活動前簽署「參加者聲明書」，並於 2025 年 10 月 13 日或之前以電郵、傳真或郵寄方式交回澳門樂施會（詳見本頁末之「查詢及聯絡方法」）。「聲明書」可於活動網站下載：[個人參賽表格及參加者聲明書](#)

2. 選手包領取安排

- 領取時間
2025 年 10 月 12 日至 14 日（星期日至星期二）
每日 10:00–19:00（午飯時間照常開放）
- 領取地點
澳門樂施會辦公室
澳門宋玉生廣場 258 號建興龍廣場 18 樓 F 室

備註

- 未能親自領取者，可授權親友代領。親友代領時必須出示授權書，授權表格請參見電郵附件。
- 非居住於澳門或無法於上述日期領取選手包的參加者，可於以下時間前往澳門旅遊塔戶外廣場「登記處」領取：
 - ◆ 10 月 18 日（星期六）下午 2:00 至 5:00
 - ◆ 10 月 19 日（星期日）上午 8:30 至 11:00

選手包領取期間會派發參加者之個人號碼布，各參加者必須於活動當日帶同號碼布到場參賽。[未能出示號碼布之參加者將不獲起跑資格。](#)



樂施會
OXFAM

無窮世界
World
Without
Poverty

二、活動當日注意事項

1. 活動流程

9:00	個人競跑 (半塔) 男子組
9:20	個人競跑 (半塔) 女子組
9:50	隊際接力競跑 (四人一隊)
10:30 – 11:00	活動典禮 1. 澳門樂施會代表致謝辭 2. 天機公關澳門有限公司代表致謝辭 3. 跑塔活動大使為參加者打氣 4. 頒發個人半塔(男/女)獎項 5. 頒發紀念品予嘉賓及贊助公司/機構 6. 鳴槍儀式
11:10	領袖挑戰賽
11:20	個人競跑 (全塔) 男子組
11:50	個人競跑 (全塔) 女子組
12:15	頒發隊際接力、領袖挑戰賽、個人全塔獎項及義工證書

2. 頒發獎項

時間	頒發獎項
10:30 – 11:00	個人半塔(男/女)
12:15 – 13:00	隊際接力、領袖挑戰賽及個人全塔獎項



樂施會
OXFAM

無窮世界
World
Without
Poverty

3. 各組集合時間

組別	跑手次序	集合時間	起步時間
個人競跑- 男子組 (半塔)	MH01 - MH30	08:45	09:00
個人競跑- 女子組 (半塔)	FH01 - FH30	09:05	09:20
隊際接力競跑	R01 - R12	09:20	09:50
	R13 - R24		
領袖挑戰賽	L01 - L10	11:10	11:10
個人競跑 - 男子組 (全塔)	EM01 - EM23	11:05	11:20
	M01 - M30	11:10	11:25
	M31 - M60	11:15	11:30
	M61 - M90	11:20	11:35
個人競跑 - 女子組 (全塔)	EF01 - EF11	11:35	11:50
	F01 - F41		

澳門樂施會 澳門宋玉生廣場258號建興龍廣場18樓F室

Oxfam in Macau Alameda Dr. Carlos d'Assumpção, No.258, Praça Kin Heng Long, 18 Andar F, Macau.

電話 Tel: (853) 2875 7750 傳真 Fax: (853) 2875 7667 澳門免費查詢熱線 Toll Free Hotline: 0800 809

網址 Website: www.oxfam.org.hk

4. 報到及集合安排

- 已領取選手包的參加者無需再在現場登記，請於所屬組別**起跑前 15 分鐘到達起步區集合**；
- 參加者必須將號碼布扣於胸前，計時晶片已附於號碼布上，請勿摺疊。號碼布無需於賽後歸還；
- 如有需要，參加者可辦理免費的行李寄存服務，請勿寄存大型行李或貴重品。
- 所有組別集合點均設於旅遊塔露天廣場地面之起步區 (見下圖 G/F 起步區)

5. 競跑路線

		
G/F 起步區 (所有賽事集合點)	T30半塔賽事起步區	T61冒險活動層終點

全塔 G/F~T61	起點設於旅遊塔廣場地面，參加者須由起點進入旅遊塔，跑往 61 樓的冒險活動層終點。 **	
半塔 T30~T61	起點設於 30 樓，參加者須於地面起步區集合，然後由工作人員帶領，乘坐升降機到達 T28 的等候區，然後朝 T30 起步區方向，依號碼布順序列隊等候起跑。參加者須由 T30 起步，跑往 61 樓的冒險活動層終點。 **	
隊際接力 G/F~T61	隊際接力競跑參加隊伍的第一至第四棒的跑手號碼布分別印有 A、B、C 及 D 字樣。四名跑手起步點 (接力層)： *由工作人員帶領，乘坐升降機到達各樓層的接力等候區	
	第一棒跑手(A)：旅遊塔廣場地面	第三棒跑手(C)：T36*
	第二棒跑手(B)：T18*	第四棒跑手(D)：T54*



樂施會
OXFAM

無窮世界
World
Without
Poverty

參加者須於指定接棒區接棒，否則整隊或會遭取消資格。
最後一棒(D)的跑手須跑往 61 樓終點。



接棒區位置



接棒區位置

**** 由於 54 樓是防火層，跑手到達樓層後必須向左轉，約跑 20 公尺的平路後，進入通往 55 樓的樓梯。**

澳門樂施會 澳門宋玉生廣場258號建興龍廣場18樓F室

Oxfam in Macau Alameda Dr. Carlos d'Assumpção, No.258, Praça Kin Heng Long, 18 Andar F, Macau.

電話 Tel: (853) 2875 7750 傳真 Fax: (853) 2875 7667

澳門免費查詢熱線 Toll Free Hotline: 0800 809

網址 Website: www.oxfam.org.hk

三、競跑注意事項

1. 每位參加者須扣上大會提供的號碼布。計時晶片附在跑手的號碼布上，請勿毀壞，賽後亦不需交還大會；
2. 場地會按權限劃分指定區域，例如：起步區只可供參加者及工作人員進入，親友、記者及觀眾只可停留於其他指定周邊區域；
3. 由於梯間狹窄，參加者進入旅遊塔後，必須沿梯級右邊跑（樓層內圈），不可跑在梯級的中間位置；比賽期間，切勿阻礙其他參加者超前；
4. 如需超前，必須在安全情況下於梯級左邊（樓層外圈）超越其他參加者。兩位參加者不可同時平排跑在梯級中間，影響賽事進行。大會設有監察活動的工作人員，嚴重違規者，其比賽資格將被取消；
5. 參加者如在賽事途中感到不適，請即通知於梯間駐守的大會工作人員。如情況危急，大會將安排不適的參賽者乘搭升降機離開。如參加者欲在比賽期間退出，切勿自行乘搭升降機離開，請停留於不妨礙其他參加者前進的位置，由工作人員安排離開；
6. 大會建議參加者/隊伍建議在以下指定時間內完成比賽，指定時間過後，超時的參加者/隊伍，須依照工作人員的指示，乘搭升降機返回旅遊塔露天廣場：

全塔：45分鐘內	半塔/ 隊際接力：30分鐘內
----------	----------------

7. 參加者須確保個人體格適宜參加是次活動，並於 2025 年 10 月 13 日或之前交回參加者聲明書。聲明書可於本會網站下載：[個人參賽表格及參加者聲明書](#)
8. 參加者必須遵從大會工作人員之指示參加比賽，如發現參加者不遵守或擾亂秩序，大會工作人員有權要求參加者立即停止比賽及離開比賽場地，並有機會取消其參賽資格；
9. 大會委任義工為是次活動之裁判，活動當日所有爭議及活動後公布之成績，均以澳門樂施會及義工裁判之決定為準；
10. 活動當日設有水站，為參加者提供樽裝水及紙包飲品；

11. 賽事進行期間參加者或需用雙手扶著梯間的欄杆往上跑，大會建議參加者自備手套，確保衛生。

四、天氣安排

當天早上 6 時正，如澳門氣象局懸掛 8 號風球或黑色暴雨信號，活動將會取消。參加者請留意大會於澳門樂施會網站及澳門樂施會 Facebook 的公佈。

如本活動因受天氣或不可抗力因素影響而取消，樂施會保留此活動補辦或取消舉辦的最終決定權，所有捐款及報名費將不予退還。

[活動網頁](#)

[澳門樂施會 Facebook](#)

五、查詢及聯絡方法

澳門
澳門宋玉生廣場 258 號建興龍廣場 18 樓 F 室 電話: (853) 2875 7750 - 活動日查詢電話 傳真: (853) 2875 7667 電郵: towerrun@oxfam.org.hk