



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：10月16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](http://www.oxfam.org.hk)



樂施會  
OXFAM

無窮世界  
World  
Without  
Poverty

感謝你參加「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 2022 年 10 月 10 日或之前以電郵、傳真或郵寄方式交回澳門樂施會（詳見本末頁之「查詢及聯絡方法」）。「聲明書」可於活動網站下載：

<https://www.oxfam.org.hk/tc/join-our-events/oxfam-towerrun/DI-tab>

### 2. 參加者須於活動前繳付最低籌款額

組別	參加者最低籌款額
個人競跑 (全塔 61 層)	MOP/HKD 500
個人競跑 (半塔體驗賽 31 層)	MOP/HKD 500
隊際接力競跑 (全塔 61 層四人一隊)	MOP/HKD 5,000

我們亦鼓勵參加者於活動後繼續向身邊親友募捐，以支持本會的扶貧工作。捐款收據將於活動完結後的兩個月內，以電郵或郵寄分發給跑手或聯絡人。

挑戰全塔的健兒，只要完成整個競跑活動，跑畢 1,299 級樓梯到冒險活動層終點，活動首席贊助友邦保險（國際）有限公司將為每位完成者向樂施會額外捐出港幣 100 元。

### 3. 選手包領取

領取時間	2022 年 10 月 9 及 10 日（星期日及一） 10:00-19:00（午飯時間照常開放）
領取地點	澳門樂施會辦公室（皇朝宋玉生廣場 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。親友到場代領時必須出示領取授權書，有關之授權表格可於大會網頁下載。 <a href="https://www.oxfam.org.hk/tc/join-our-events/oxfam-towerrun/DI-tab">https://www.oxfam.org.hk/tc/join-our-events/oxfam-towerrun/DI-tab</a> - 非居住澳門的參加者可於活動當日（10月16日）早上8時30分至9時在活動場地之「登記處」領取。

選手包領取日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。**

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](http://www.oxfam.org.hk)



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
9:45	個人競跑 (半塔) 女子組
10:30-11:00	活動典禮 - 頒發籌款獎項
10:45	隊際接力競跑 (四人一隊)
11:30	個人競跑 (全塔)男子組
12:00	個人競跑 (全塔)女子組

\*大會將於11:00, 12:30 及13:15 分別頒發個人半塔、隊際接力及個人全塔競跑獎項

### 2. 各組集合時間：

組別	跑手次序	集合時間
個人競跑 - 男子組 (半塔)	MH001 - MH030	09:00
	MH031 - MH060	09:15
	MH061 - MH079	09:30
個人競跑 - 女子組 (半塔)	WH001 - WH030	09:45
	WH031 - WH060	10:00
	WH061 - WH90	10:15
	WH091 - WH104	10:30
隊際接力競跑	R01 - R10	10:45
	R11 - R19	11:00
個人競跑 - 男子組 (全塔)	M001 - M040	11:30
	M041 - M080	11:40
	M081 - M110	11:50
個人競跑 - 女子組 (全塔)	W001 - W030	12:00
	W030 - W069	12:10



樂施會  
OXFAM

無窮世界  
World  
Without  
Poverty

### 3. 登記

- 已領取選手包的參加者無需再登記，請於所屬組別之集隊時間內直接到**起步區 - 旅遊塔塔底\*** (即下圖**G/F起步區**) 報到；
- 未有在**10月9-10日**領取選手包的參加者，請於**10月16日**早上**8時30分**至**9時**到「登記處」出示**身份證**報到，並領取號碼布；
- 參加者領取號碼布後，必須將號碼布扣於胸前；
- 如有需要，參加者可辦理免費之行李寄存服務，請勿寄存大型或貴重物品。



### 4. 集隊

- 完成登記手續後，請留意自己參加組別的起步時間，**所有跑手必須於該組別起跑前15分鐘，到達起步區集合**；
- 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)；
- 大會將於 **11:00** 為參加者提供拉筋示範，歡迎參與！

### 5. 競跑路線





<b>全塔 G/F~T61</b>	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。 **	
<b>半塔 T30~T61</b>	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 的接力等候區，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。 **	
<b>隊際接力 G/F~T61</b>	隊際接力競跑參加隊伍的第一至四棒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*
	參加者須於接棒區接棒，否則整隊或會遭取消資格。 最後一棒(D)的跑手須跑往 61 樓的冒險活動層終點。	
	 <p style="text-align: right;">接棒區位置</p>  <p style="text-align: right;">接棒區位置</p>	

\*\* 由於 54 樓是隔火層，跑手到達樓梯的門口後須向左轉，約跑 20 公尺的平路後，進入通往 55 樓的樓梯。



樂施會  
OXFAM

無窮世界  
World  
Without  
Poverty

### 三、防疫措施

今年活動亦作出多項防疫措施，大會亦繼續密切留意疫情的最新發展，適時作出相關應對措施，以保障所有參加者的安全：

1. 參加者於活動當日進場時，必須向大會工作人員出示由澳門或內地認可機構發出的**有效 72 小時核酸檢測陰性報告，以及提前至少 14 天完成接種兩劑新型冠狀病毒疫苗的有效證明**，相關報告及證明需由參加者自行預備及提供。措施或按疫情發展有所變動，參加者請密切留意本活動網站：  
[www.oxfam.org.hk/towerrun](http://www.oxfam.org.hk/towerrun)
2. 大會將實施分段時間集合，各組別需按照指定時段到場集合。參加者如在非指定時段集合，將不獲安排進場；
3. 每位進場人士必須經體溫測量門檢測體溫，並提交「澳門健康碼」；如有需要，工作人員亦會以手持測溫槍等儀器作複檢；
4. 大會如發現參加者出現發燒等徵狀，有權要求該參加者離開，並取消其參加資格而恕不退回捐款；
5. 每位已經測溫之所有參加者及工作人員，均會獲蓋上樂施會印章識別；
6. 建議參加者先進入會場內，到空曠且空氣流通地方才開始熱身運動，避免因體溫過高而不能進場；
7. 大會在入口處、各攤位及其他適當的位置放置酒精搓手液，供在場人士使用；
8. 所有參加者及工作人員將全程配戴口罩，只有在必要時才可除下口罩，例如：熱身、進行比賽、進食等，除下口罩時應盡量與他人保持至少一米的距離；
9. 建議參加者應盡量使用吸汗手腕巾，避免用手接觸欄杆等物品後，再手執毛巾擦汗；
10. 賽事進行期間參加者或需用雙手扶著梯間的欄杆往上跑，大會建議參加者使用大會派發之手套，確保衛生；
11. 場地將劃分為不同的指定區域，例如：起步區只可供參加者及工作人員進入，親友、記者及觀眾應逗留於其他指定周邊區域，避免人群聚集；
12. 大會將管制進入活動場地的人流，將入場人數控制在場地一般可容納人數的 50% 或以下。人流過多時會暫停進入，讓參加者在空曠地方排隊；排隊時，人與人之間應保持至少一隻手臂長度的距離；
13. 參加者完成比賽後必須盡快離開終點區域，避免不必要的聚集；



樂施會  
OXFAM

無窮世界  
World  
Without  
Poverty

14. 參加者衝線後，獎牌領取將改由參加者於指定區域自取；
15. 電梯口設有口罩及酒精搓手液供參加者使用，電梯按鈕會每半小時消毒一次；
16. 電梯地板上按照社交距離標示可站立位置，減少同時聚集大量人群；頒獎典禮將從簡，避免出現過多人同時於台上。為避免過多人群聚會，大會或有需要於活動後補發獎項；
17. 如有大量參加者或工作人員出現病徵，大會通知衛生局疾病預防控制中心，個人衛生、環境清潔消毒、空調通風等相關指引請參閱抗疫專頁：  
<https://www.ssm.gov.mo/PreventCOVID-19>

#### 四、競跑注意事項

1. 每位參加者須扣上大會提供的號碼布。計時器附在跑手的號碼布上，請勿毀壞，賽後亦不需交還大會；
2. 場地會按權限而分開到指定區域，例如：起步區只可供參加者及工作人員進入，親友、記者及觀眾應只可停留於其他指定周邊區域；
3. 由於梯級狹窄，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. 如須超前，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，影響比賽。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. 旅遊塔內貨運電梯僅供大會於賽事準備及緊急救援使用，參加者如在賽事途中如感到不適，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貨運電梯離開。**如參加者欲在比賽期間退出，切勿自行乘搭貨運電梯離開，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. 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，超時的跑參加者/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. 跑手須確保個人體格適宜參加是次活動，並於**2022年10月10日**或之前交回聲明書。聲明書可於本會網站下載 <https://www.oxfam.org.hk/tc/join-our-events/oxfam-towerrun/DI-tab>；



樂施會  
OXFAM

無窮世界  
World  
Without  
Poverty

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. 大會委任澳門田徑總會為時次活動之裁判，活動當日所有爭議及活動後公布之成績，均以澳門樂施會及澳門田總會之決定為準；
10. 活動當日設有水站，為參加者提供飲用水、紙包飲品及小食。基於環保考慮，大會將不派發樽裝水，請參加者自備飲具，或用大會提供的可重用膠杯於水站斟水

## 五、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、不可抗力因素或受新型冠狀病毒疫情影響而取消，樂施會保留此活動補辦形式或取消舉辦的最終決定權，所有捐款將不予退還。

活動網頁：<https://www.oxfam.org.hk/tc/join-our-events/oxfam-towerrun>

澳門樂施會Facebook：<https://www.facebook.com/oxfaminmacau/>

## 七、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