

Formosa 樂活盃-宜蘭生態路跑活動簡章

家長同意書

一、活動宗旨：

台塑企業本著「取之於社會，用之於社會」的精神，近幾年整合了企業現有資源，結合企業廠區周邊的鄰里社區、廠商、小農及地方政府，共同為創造樂活、健康、休閒、養生、文創、充滿綠色奇蹟的【Formosa 樂活圈】而努力。

為了讓更多民眾瞭解「Formosa 樂活圈」，我們在 2018 年展開一系列的樂活健康年活動，希望透過地方社區與本企業能量，搭配在地特色景點，讓民眾感受樂活健康運動與旅遊新體驗，歡迎大家一齊到宜蘭礁溪龍潭湖路跑體驗【Formosa 樂活圈】！。

二、參與單位：

- 指導單位：宜蘭縣政府
- 主辦單位：台塑企業總管理處、台灣塑膠工業股份有限公司、南亞塑膠工業股份有限公司、台灣化學纖維股份有限公司、台塑石化股份有限公司、亞朔開發股份有限公司、台塑生醫股份有限公司、礁溪鄉公所、宜蘭市公所、龍潭社區發展協會
- 承辦單位：全鋒汽車股份有限公司
- 協辦單位：ezfun 生活玩家、中華國際休閒運動交流協會、寫意人生國際股份有限公司(陸續增加中...)

三、活動型態：樂活健康路跑暨園遊會

四、活動里程：15 公里健跑組、3 公里樂活組

五、活動區域：宜蘭縣礁溪鄉龍潭湖地區、龍潭社區及周邊觀光工廠群

六、活動時間與集合地點：

- 1.活動日期：中華民國 107 年 12 月 02 日(星期日)
- 2.活動時間：路跑活動 AM 06:00~AM 10:30、園遊會活動 AM 10:30~AM 16:30
- 3.集合地點：宜蘭縣礁溪鄉龍潭湖風景區 (宜蘭縣礁溪鄉龍潭村環湖路 1 號)

七、參加對象：

1. 熱愛戶外運動且身心健康之民眾均可報名參加。
2. 為安全考量，參賽者須年滿 6 歲方可報名。未滿 16 歲需有家長報名同組別(3K 或 15K)，並全程陪伴身旁，未滿 18 歲者，需經家長同意並簽署家長同意書，未簽署參賽同意書者，主辦單位有權不受理報名。
3. 團體報名由所屬已成年之隊長擔保，視同同意參賽，不需再檢附同意書。如隊長未成年者，則未滿 18 歲之選手需個別檢附家長同意書。

八、活動內容：

1. 結合龍潭湖豐富生態環境、龍潭社區深厚人文歷史及周邊觀光工廠聚落，提供參賽者多樣化的路跑環境。
2. 現場設有各式特色小農、健康促進及公益攤位，並安排表演節目及摸彩活動，讓參賽者體驗

【Formosa 樂活圈】營造的熱鬧樂活氣氛。

九、活動路線：

15 公里健跑組(主辦單位有權依主管機關要求調整活動路線)

路線起點：龍潭湖風景區南側會場→環湖道路→漳福路→漳福廟→龍泉路 69 巷→宜 5-3→大坡路二段→梅洲二路→宜 5-2→梅洲一路→三皇路→三皇宮→龍潭路→龍潭路 324 巷→開蘭路→四結路→龍泉路 177 巷→漳福路→環湖道路→黃帝神宮→環湖道路→龍潭湖風景區南側會場



<https://www.xplova.com/tw/route/F79C606B-690D-8E06-D9A6-94438F7EA375>

3 公里樂活組(主辦單位有權依主管機關要求調整活動路線)

路線起點：龍潭湖風景區南側會場→環湖道路→龍潭湖風景區南側會場



<https://www.xplova.com/tw/route/BE25DF29-0F09-E936-8454-92FD2713BF46>

十、活動流程：

活動時間	活動流程	備註
06:00~06:30	現場寄物	需寄存衣物者，請統一於報名時加購活動衣物保管袋。可使用相同規格保管袋(點擊查看保管袋樣式)。託管前請自行將活動衣物保管卡置放於衣物保管袋前方透明夾層。
06:30~06:55	長官致詞、熱身操	
07:00~07:10	15 公里健跑組出發	
07:10~07:20	3 公里樂活組出發	
09:30	統一關門時間	
08:30~10:30	會場表演、抽獎活動	
10:30~16:30	觀光工廠及園遊會	

●為求整齊與統一識別，請參加活動選手穿著活動 T-Shirt 於衣服外層。

十一、補給站位置表：

地點/組別	15KM 健跑組	3KM 樂活組
會場	0KM	0KM
	水/運動飲料/賽後補給	水/運動飲料/賽後補給
補水站 1	3.8KM	0.8KM

	水/運動飲料	水/運動飲料
補水站 2	5KM	
	水/運動飲料	
補水站 3	7KM	
	水/運動飲料	
補水站 4	9.2KM	
	水/運動飲料	
補水站 5	13.3KM	
	水/運動飲料	

十二、報名方式：

1. 報名時間：自 107 年 10 月 1 日起至 10 月 30 日止，若名額額滿將提前截止報名

(3 公里組限額 2,000 人，15 公里組限額 1,600 人)

2. 報名費用：15KM 健跑組 300 元(晶片計時)、3KM 樂活組 200 元。

線上報名：請利用活動網站報名。

3.繳費方式：

(一) 全家 Famiport 代碼繳費 (須自付每筆 20 元代收手續費)：

1. FamiPort 機器螢幕點選『繳費』。
2. FamiPort 機器螢幕點選『代碼繳費』。
3. 確認閱讀條款。
4. 輸入繳費代碼後，按確認。
5. 確認繳款資訊，正確無誤則『列印繳款單』。
6. 列印出代碼繳費單後，請持繳費單至櫃檯繳費即完成結帳服務。

(二) 信用卡線上刷卡繳費 (須自付每筆 30 元代收手續費)：

國泰在線付款 - 可接受國內外銀行發行之信用卡於國內外支付，交易時系統將發送手機簡訊驗證碼給您.輸入正確後交易才算完成

(三) 7-11 ibon 代碼繳費 (須自付每筆 20 元代收手續費)：

1. ibon 機器螢幕點選左上角『代碼繳費』。
2. 確認閱讀條款。
3. 輸入代碼『UPR+訂單編號』，按確認。
5. 勾選欲繳費的項目並列印繳款單。
6. 請持繳費單至櫃檯繳費即完成結帳服務。

繳費期限過期：在報名期間內並還有名額狀況下，只需重新報名及撤銷原訂單，即可重新取號或進行繳費

十三、報到方式：參賽選手一律採郵寄報到

- ★郵寄報到完成後，物資、號碼布請妥善保管，遺失恕不再補發。
- ★選手領取比賽物資後請務必詳細核對資料，如有錯誤，請通知協會改正。
- ★本會將於 11 月 21 日、22 日陸續寄出物資包裹。請務必填寫正確的郵寄地址，收到郵寄報到包裹代表已完成報到手續，請於活動當天逕自前往活動會場集合即可，活動當天現場不用再報到。
(郵寄費用由參加者自行負擔，請見下表，限臺灣境內)

人數	1-2 人	3-4 人	5-10 人	11-30 人	31 人以上
郵寄費用	100 元	200 元	300 元	500 元	600 元

十四、參賽紀念品：

活動類別	贈品項目	15K	3K
選手包	運動排汗衫紀念 T 恤	√	√
	免回收計時晶片	√	
	報名好禮價值 399 元	√	√
	選手號碼布及活動摸彩聯	√	√
	樂活盃 VIP 電子護照(秩序冊)	√	√

活動類別	贈品項目	15K	3K
完賽禮	運動毛巾	√	√
	完賽證書(需於時間內完賽)	√	√
	完賽獎牌(需於時間內完賽)	√	√
	Formosa 福袋 (內容物市價 300 元以上)	√	√
保險	公共意外責任險	√	√
	100 萬意外險	√	√
	10 萬醫療險	√	√

* 精美活動紀念 T 恤數量限額 3,600 件，送完為止。若報名時未填寫衣服尺寸、或遇尺寸短缺，大會有權以其他尺寸代替。

十五、比賽計時規定說明：

活動組別	出發時間	關門時間	備註說明
15K	07:00-07:10	09:30	● 限時 2 小時 30 分鐘內完成，完賽獎牌需於大會時限內完成始得領取

			<ul style="list-style-type: none"> ● 本組別採晶片計時 ● 頒發完賽證明
3K	07:10-07:20	09:30	<ul style="list-style-type: none"> ● 限時 2 小時 20 分鐘內完成，完賽獎牌需於大會時限內完成始得領取 ● 本組別無晶片計時 ● 頒發完賽證明

- 本活動 15K 組別採晶片感應計時(3K 樂活組無晶片計時)，為避免感應疏漏，請參加選手將晶片貼紙統一穿戴於鞋帶上。

晶片佩戴方式說明：

1. 沿晶片兩側摺痕往下折*圖1
2. 將晶片左側離型貼紙撕開
3. 將晶片拉成D型對準孔位黏貼
4. 請鬆開球鞋鞋帶左右各一孔*圖2
5. D型晶片有標示號碼的一邊朝上
6. 請將鞋帶交叉穿過D型晶片下方的孔，並將晶片綁於靠近鞋尖的位置*圖3
7. 請將鞋帶於D型晶片外側打結



圖1



圖2



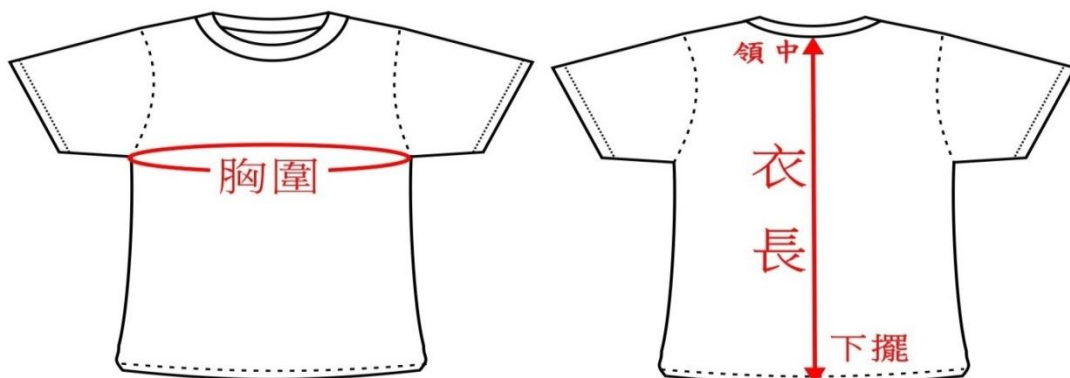
圖3

注意事項：

1. 請確實佩戴D型晶片於鞋上，勿放置口袋或拿在手上
2. 起跑後請確實要通過賽道上的感應地墊
3. 嚴禁使用金屬物品固定晶片
4. 未穿著運動鞋或無鞋帶的跑者請至服務台領取固定繩
5. 同一位選手請勿配戴2個或以上晶片
6. 如晶片號碼與號碼布不符合，請至報到會場更正

十六、紀念T恤尺寸:

單位為英吋，1英吋=2.54CM



尺寸	XS	S	M	L	XL	2L	3L		小朋友 6 號	小朋友 8 號
建議尺寸	體重 35-50kg	體重 45-53kg	體重 50-63kg	體重 60-73kg	體重 70-85kg	體重 85-100kg	體重 95-115kg		身高 110cm	身高 120cm
胸圍	34 吋	36 吋	38 吋	40 吋	42 吋	44 吋	46 吋		26 吋	28 吋
衣長	23 吋	24 吋	25 吋	26 吋	27 吋	28 吋	29 吋		16 吋	17.5 吋

*請依據表格公告尺寸選擇合適 SIZE，恕不接受更換尺寸，另衣服尺寸誤差值在±2%為正常範圍。

*本賽事紀念衫較為合身，並且彈性較低，建議斟酌個人穿衣習慣選擇

*未填寫紀念衫衣服尺寸者，一律以 L 尺寸發送

十七、參加獎勵：

- (一) 15K 組總排名各取男、女前三名並頒發獎盃及獎金。
- (二) 最踴躍參賽團體獎：前 3 名團體頒發 Powerful Team 獎盃一座。
- (三) 完賽證明：各組於規定時間內完賽者，請於活動時間內(12 月 02 日上午 10:30 前)，至完賽證明發放處領取，如未領取恕不補發。(若因特殊情況現場無法印發，將於事後補寄)。

組別	名次	獎勵方式
15K 組男、女子組	第一名	獎盃一座+獎金 5000 元
	第二名	獎盃一座+獎金 3000 元
	第三名	獎盃一座+獎金 1000 元

注意事項：

1. 經過起終點時，請確實通過晶片感應區，未感應者視同未完成，不予計算成績。選手檢錄信物需齊全，信物不齊全亦不計算成績(15 公里 2 個信物)。
2. 比賽排名以大會鳴槍時間計算(非以個人晶片時間計算)。建議成績優異選手，儘早於起點拱門排隊等待出發，避免外在因素影響個人佳績，大會規定所有選手，需於規定時間內出發完畢，以確保成績公平性。

十八、接駁車、交通、停車資訊:

- 台北發車(僅去程接駁)：107 年 12 月 02 日上午 4:30 於台北中正紀念堂 5 號出口發車

※接駁報名：請於報名同時加價購預訂，車資費用:200 元。

※未滿 20 人購買接駁服務將取消本接駁路線，取消公告於活動前一個月以簡訊告知。

- 礁溪火車站發車：礁溪火車站出口可以搭乘免費接駁車至活動會場
- 宜蘭火車站發車：宜蘭火車站出口可以搭乘免費接駁車至活動會場

去/回程	時間	發車地點
去程	5:00	礁溪火車站
	5:20	礁溪火車站、宜蘭火車站

	5:40	礁溪火車站
	6:00	礁溪火車站、宜蘭火車站
	6:20	礁溪火車站
回程(滿人發車)	10:00-16:00	龍潭湖風景區門口

附註說明

1. 接駁車乘車位置將於活動前公告在報名網站。
2. 宜蘭勁好行：發車時間 06:00(詳細搭乘時間請至官網查詢)
3. 噶瑪蘭汽車客運 http://www.kamalan.com.tw/run_2_1070505.php

● 接駁車加價購說明與使用說明：

大會提供選手專車接駁服務，欲搭乘之選手報名時請務必勾選加購，隨行之非報名參賽者，必須於選手報名時一同勾選加購，憑乘車證上車，無票(未帶、遺失)者視同無繳費用不可搭乘(現場不售票，亦無補票)，活動會場禁止非大會車輛進入，請多加利用大會接駁車至比賽會場。比賽當日賽場周邊道路將加強拖吊，選手請勿任意路邊停車。請依搭車地點並準時於規定時間內搭乘，逾時不候亦不退費。(專車問題請於 107 年 11 月 20 日前週一至週五上午 9:30-12:30；下午 1:30-5:00，撥打服務專線：02-23392511，服務信箱 sofia@24tms.com.tw)

※發車時間可能隨現場狀況調整。

※免費接駁車滿員即發車，先到先搭乘，搭乘接駁車的參賽者請依照現場工作人員指示排隊上車。

※如有異動將以協會公告為主並保留調動接駁車剩餘座位權利。

● 停車資訊

停車場	可停放數量	備註
小客車停車場 A 龍潭湖風景區停車場	100 輛	步行至會場約 500 公尺，請遵守交管人員指揮
小客車停車場 B 台塑企業用地	800 輛	步行至會場約 500 公尺，請遵守交管人員指揮
機車、自行車停車場	300 輛	步行至會場約 250 公尺，請遵守交管人員指揮



十九、申訴規定: 活動中不得當場質詢裁判，田徑規則有明文規定或同等意義之註明者，均以裁判員之判決為準，對於活動成績有疑慮，須向大會提出申訴，同時繳保證金新台幣壹仟元整，所有申訴以大會之判決為終決，若判決認為申訴不成立得沒收其保證金。

二十、犯規罰則:違反下列規定者，取消活動成績：

1. 不遵從裁判引導者。
2. 未將號碼布固定於指定區域、或無活動信物者。
3. 嚴禁於活動行進路線中攜帶寵物、推行娃娃車、推行輪椅、滑行直排輪、滑板、滑板車。
4. 活動進行中借助他人之幫助而獲利者(如乘車、扶持...等)。
5. 報名組別與身分證明資格不符者。
6. 違反運動精神和道德(如打架、辱罵裁判及大會工作人員...等)。
7. 代跑及被代跑者。請勿以任何理由轉讓號碼布。

二十一、大會保險:本活動依照大型群聚活動安全管理要點投保公共意外險(所有細節依投保公司之保險契約為準)，公共意外險承保範圍：

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，委託保險公司受理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。
2. 特別不列入承保事項：(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，參加者如遇與跟第二項所述之疾病之病史，建議參加者慎重考

慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。

3. 本次活動大會額外代辦所有參加者體育活動之 100 萬意外險及 10 萬醫療(依據保險法第 107 條修正條文規定，若替兒童投保壽險(含意外險)，須年滿 15 歲才可請領身故給付，未滿 15 歲身故者，保險公司僅須加計利息返還已繳保費)。

二十二、注意事項：

1. 本活動係自我挑戰活動，非競賽性質，活動無公權力之交通管制，無封路，請參加者務必遵守工作人員引導，並確實遵守交通規則，順向靠邊前進，以確保安全。
2. 如遇緊急事件，請撥打號碼布上大會聯絡電話，本活動備有收容車、醫療車等車輛。
3. 請務必隨身攜帶健保卡，遇有受傷，請於當日就醫，並向醫院拿取診斷證明正本與收據，以利後續保險理賠辦理。
4. 請慎重考量身體健康狀況及自身實力，如有心臟病、心血管等方面病史者或是不適合激烈運動者，請勿隱瞞病情報名參加活動。參加本次活動，參加者需保證個人身體健康確實符合活動參加資格，活動中若因身體不適發生任何意外，願意自行負責與主辦單位無關，並願合作遵守活動規定參加活動。
5. 請視個人實力與健康狀況，量力而為！遇有身體不適，請至路邊安全處休息，切莫超出身體負荷！
6. 活動路線多轉彎，請勿越線逆向，遇有下坡路段請注意減速慢行，維護自身安全。
7. 請各位視自己活動當日狀況量力而為，切勿冒險勉強，並請於活動前一日有充足的睡眠及當日活動前 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保險承保範圍內，而公共意外險只承保因意外所受之傷害做理賠。
8. 為安全考量，參賽者須年滿 6 歲方可報名。未滿 16 歲需有家長報名同組別(3K 或 15K)，並全程陪伴身旁，未滿 18 歲者，需經家長同意並簽署家長同意書，未簽署參賽同意書者，主辦單位有權不受理報名。
9. 活動當日：舉凡停車、報到、熱身或預備，敬請配合工作人員引導，以維活動順暢。
10. 活動日前一週，主辦單位應另公告參加者名冊及活動前各項說明。
11. 未完成報到者並未佩掛號碼布的選手，將自動喪失參加活動資格，不得進入活動路線，裁判有權終止無號碼布者進行活動。
12. 請依指定時間集合與出發，提前出發或超過出發時間者，大會有權取消參加活動資格且無法提供成績。有經過出發拱門的跑者，若自行中途放棄挑戰不回會場，必須主動聯繫大會緊急連絡電話，如超過活動關門時間尚未主動與大會聯繫者，發生任何異況概與本會無關。
13. 參加者偏離活動路線將無法享有大會提供參加者之權利。活動中身體不適請待在活動路線中等待收容。
14. 各位參加者於終點完成挑戰後，憑號碼布領取完賽福袋、運動毛巾、獎牌及證書，無號碼布者恕不提供，請勿領取。請勿接受非大會供給之飲料或食物。

15. 參與活動應發揮公德心與愛心，沿途不隨意拋棄垃圾，行進間如發現有其他參與者因受傷無法繼續前進狀況，請協助連絡主辦單位前往處理。
16. 活動地區除遇大豪雨特報或颱風影響宣布停班停課、集會遊行等不可抗力之天災、人為因素、行政院環保署空氣品質指標達危害等級或活動單位公告延期外，其活動皆照常舉行。倘遇上述原因導致活動延期，因而無法參加者，所繳交之報名費，主辦（執行）單位應扣除已代辦或支出費用後，將餘額退回。倘遇上述原因導致活動未能舉辦，報名費將以 5 折退回。
17. 大會有權決定是否取消、擇期舉辦活動、改用其他替代活動場地、替代路線或延長/縮短路線，參加者不得有異議。
18. 主辦單位對活動的結果保留最終決定權。如有未盡事宜，經主辦單位決議後得隨時修正於網站活動公告之。
19. 本活動路線及沿途補給站皆經過申請使用，為維持活動品質，保障報名者權益，無號碼布者禁止進入活動路線及使用補給站。
20. 代跑或轉讓者，如有意外發生恐無法獲得保險保障並應負相關連帶法律責任。
21. 參加本活動者同意活動單位使用參加者本次活動照片及資料，做為活動文宣及行銷使用。並同意活動單位因需發佈參加者編號而公告參加者姓名。活動單位有權將本活動之錄影、相片及成績，於世界各地播放、展出或登載於本會網站及刊物上，參加者必須同意肖像及公布成績，用於活動相關之宣傳活動上。
22. 本活動報名截止日之後，恕不接受退費申請；報名截止日前申請退費，將從報名費用中扣除 50 元手續費後，將餘額退回，退款手續將於活動當日結束後 2 個工作天完成。若報名截止日後，因傷未能出席活動者，請檢附醫師證明文件，報名費將以 5 折退回。
23. 如需更換參加者名單，請於本活動報名截止日前提出申請。
24. 未領取活動物資、抽獎品者，請於活動後一週內至本單位領取，逾時視同棄權。獎品金額在 NTD1,000 元(含)以上之得獎者，領取獎品時請出示身分證，否則視同棄權。現場摸彩獎品將依中華民國稅法規定扣抵所得稅。
25. 大會提供現場衣物保管服務，活動當天上午 6:00~6:30 將選手號碼布上之衣保卡置於衣保袋上交給保管人員，領取時用號碼布認證即可。請勿放入貴重物品，若遺失大會概不負責。
26. 參加者如需衣物保管，請使用本會專用或相同規格衣物保管袋，現場工作人員可拒絕非相同規格衣物保管袋託管，線上報名可同時購買衣物保管袋(數量有限)，歡迎選購，可重複使用，每個費用為 150 元(貴重物品請自行保管，若有遺失，本會恕不負責)。
27. 貴重物品、易碎物品及電子產品請自行保管，若有遺失、損壞，大會概不負責。若衣物保管袋遺失最高賠償金額新台幣 1000 元整。備註:貴重物品例如鑽石、錢財、身分證件、信用卡、提款卡、汽機車鑰匙及住家鑰匙.....等。
28. 如有未盡事宜，經主辦單位決議後得隨時修正公告之。

29. 更多有關【Formosa 樂活圈】好吃好玩景點相關資訊請參考 FB 粉絲頁：
<https://www.facebook.com/formosalohas>

