

主辦機構：



協辦機構：



單車館公園定向同樂日 參加者須知

- 日期：2020年1月5日（星期日）
時間：9:30 a.m. - 12:30p.m.
地點：香港單車館公園
形式：越野式
地圖：1：2500，等高線間距2米之彩色定向地圖（2017年版）
獎項：活動不設獎項
活動主持：林希瑤小姐
賽程設計員：陳俊傑先生

大會程序[#]：

- 09:30 活動中心開放 / 教練閣開始活動
09:30 活動區及出發區開放
11:50 出發區關閉 / 教練閣結束活動
12:20 終點及所有控制點關閉
12:30 活動中心關閉

#大會可在活動當日因應實際情況修改程序，並於活動中心公佈。

交通：

大會不設交通安排，參加者可乘搭以下公共交通：

1. 活動中心設於香港單車館對出西南面橋底空地（近寶康路）。
2. 參加者可乘搭以下公共交通工具前往賽事中心，下車後需步行需時10-15分鐘。

交通工具	車站 / 路線	出口 / 下車站
港鐵	將軍澳線 - 將軍澳站	A1 出口
九巴	296A / 296C / 296D	尚德村巴士總站
九巴	290X / 296M	香港單車館
城巴	E22A	廣明苑
新巴	792C / 796M / 796S / 796X / 694	富康花園 / 尚德村
綠色小巴	110 / 103M / 112S / 108A	尚德村 / 將軍澳港鐵站

活動中心

1. 活動中心設於香港單車館對出西南面橋底空地（近寶康路）。
2. 洗手間及更衣室設於單車館內。
3. 請保持地方清潔及帶走所有垃圾。
4. 大會不設行李寄存服務；參加者請勿攜帶貴重物品，如有遺失，大會概不負責。
5. 參加者不可穿著任何釘鞋進入公園。

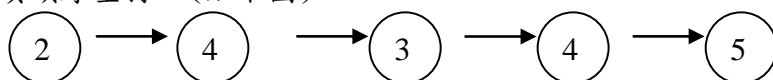
活動中心位置圖 Event Centre Location



電子控制卡使用注意事項：

1. 參加者須填寫借用之電子控制卡號碼及資料，在活動期間，請小心保管電子控制卡，如有遺失、損壞，將要賠償港幣 280 元。
2. 參加者是以越野式進行活動，在活動過程中請依隨地圖上指示，順序完成活動。
3. 電子控制卡使用方法。

例子一：參加者由 2 號控制點前往 3 號控制點時，誤打 4 號控制點，須返回 3 號控制點繼續順序重打。（如下圖）



例子二：參加者由 2 號控制點前往 3 號控制點途中，誤打非地圖指定的控制點(X)，參加者無需理會，繼續活動。（如下圖）



出發程序：

1. 出發區設於活動中心，參加者只須 9:30am-11:50am 期間，到達活動中心登記後領取電子控制卡，由活動中心安排時間到教練閣聽講解，或由工作人員安排往出發區出發。
2. 參加者在起點即場由工作人員安排出發。建議參加者帶指南針。
3. 當工作人員登記參加者資料後，便可以即時將電子控制卡放在「起點啟動器」上，便可以出發。

每組賽程長度及預計完成時間：



賽程長度均以直線量度。如有修改，以活動當日大會公佈為準。

組別	長度	攀高	預計完成時間（分鐘）
困難	1.6 公里	0	15-18 分鐘
中等	1.2 公里	0	12-15 分鐘
簡單	0.6 公里	0	10-12 分鐘

終點及成績處理程序：

1. 所有參加者無論完成與否，或遺失電子控制卡，均須於出發後向終點報到，所有控制點將於 **12:20pm** 由工作人員回收。
2. 所有參加者須在終點控制器拍卡後，立即前往成績處理處下載成績及交還借用電子控制卡。

活動範圍資料：

1. 活動範圍為香港單車館公園，參加者**毋需**越過馬路。
2. 活動期間公園可能有眾多遊人，參加者必須尊重其他市民，避免發生碰撞或意外。
3. 公園內的花圃及禁區將以  及  顯示，參加者身體任何部份嚴禁穿越。
4. 公園內進行維修地方，參加者不能進入。

備註：

1. 建議活動時穿著淺色鬆身運動衣服及運動鞋，並帶備水、手錶、毛巾、帽、防曬用品、蚊怕水及雨具。
2. 本次活動將**不設**行李寄存區，參加者須自行負責個人意外及財物損失的責任。
3. 參加者必須遵守一般公民守則，保持地方清潔。
4. 當日上午 7 時 30 分，如天文台發出三號或以上熱帶氣旋警告，或有暴雨警告訊號，活動將會取消。
5. 為預防登革熱症及日本腦炎，建議參加者使用防蚊用品。
6. 活動期間，請小心保管借用的電子控制卡。如有遺失、損壞，將要賠償港幣 280 元。