



# 香港定向總會

## Orienteering Association of Hong Kong

國際野外定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員  
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人：  
Joint Honorary Patron:

施德論先生  
Mr. John E. Strickland

楊孝華先生  
Mr. Howard Young

義務法律顧問：  
Honorary Legal Advisor:

車偉恒律師  
Mr. Allen W.H. Che

二零二一年三月十日

### 2021 年香港代表隊選拔 (世界定向錦標賽 - 短距離)

### 5 公里跑步測試通告

日期	集合時間	地點	®測試時間	測試距離
11/3/2021 (四)	*18:30 - 20:15	青衣運動場	19:00 - 21:00	5000米
16/3/2021 (二)				
23/3/2021 (二)				
25/3/2021 (四)				

\*(最後報到時間為晚上 8 時 15 分，遲到運動員將不被允許參加該次測試。)\*

@預算出發時間 (第一組)：晚上 7 時正；測試將會分組進行，請留意當晚安排。

#### 備註：

- 1) 測試當日聯絡電話：93198176 / 64897657
- 2) 請帶備跑步服裝，手錶，飲用水/飲料，補充食物，雨傘/具，個人所需用品及藥物等。
- 3) 若出現身體不適、疑似 2019 冠狀病毒病的症狀或曾與確診個案者有密切接觸或正等候檢測結果，請以電郵 ([info@oahk.org.hk](mailto:info@oahk.org.hk)) / 電話 (+852 34603177 / 34603224 / 93198176) / Whatsapp 或 Signal (+852 93198176) 形式通知總會，並留在家中休息。
- 4) 請於每次參與測試前量度體溫及簽署健康申報表。
- 5) 請經常徹底清潔雙手，建議攜帶酒精搓手液，以便觸摸公共物品後可立即消毒雙手。
- 6) 經常注意個人衛生及切勿吐痰。
- 7) 避免觸摸眼睛、口和鼻。
- 8) 避免觸摸任何不潔淨的物件。
- 9) 避免與其他人有身體接觸。
- 10) 在進行測試時，請盡量與他人保持不少於 1.5 米的社交距離。
- 11) 請參閱香港法例第 599G 章《預防及控制疾病(禁止羣組聚集)規例》規定。
- 12) 請勿共用飲食器皿。
- 13) 應避免於訓練前後有群組聚集：  
到達測試場地 → 進行測試 → 離開測試場地

香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1014 室 Room 1014, Olympic House, No.1 Stadium Path, So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong

電話 Telephone (852)25048112  
電郵 E-mail [info@oahk.org.hk](mailto:info@oahk.org.hk)

傳真 Facsimile (852)34605872  
網址 Homepage <http://www.oahk.org.hk>



# 香港定向總會

## Orienteering Association of Hong Kong

國際野外定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員  
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人：  
Joint Honorary Patron:

施德論先生  
Mr. John E. Strickland

楊孝華先生  
Mr. Howard Young

義務法律顧問：  
Honorary Legal Advisor:

車偉恒律師  
Mr. Allen W.H. Che

二零二一年三月十日

- 14) 在進行熱身及伸展活動期間，請與他人保持適當的距離。
- 15) 測試前後須佩戴口罩。
- 16) 請參閱香港法例第 599I 章《預防及控制疾病(佩戴口罩)規例》規定。

惡劣天氣安排：

- 1) 在香港天文台發出下列警告信號跑步測試將會取消 (在當日測試舉行前 1 小時)
  - i. 懸掛三號或以上風球
  - ii. 暴雨警告
- 2) 如當日測試舉行前 1 小時發出雷暴警告，總會將會通知各參加者測試是否取消

在公平競賽的精神下，所有參加運動員應拒絕採用任何形式的禁藥，一旦發現蓄意違規，該運動員將被禁止參與香港隊選拔任何測試。運動員應了解並遵守運動禁藥規條。詳情請參閱中國香港體育協會暨奧林匹克委員會「香港運動禁藥委員會」網頁：<http://www.antidoping.hk/>

*“齊來支持公平競賽，運動零禁藥人人愛”*