

# 臺北市體育總會鐵人三項協會

## 113年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽活動計畫書

一、活動目的：推廣國民體育運動，提倡運動風氣及正當育樂活動，促使民眾發揮團隊精神，營造運動生活化之氛圍，養成積極進取的生活態度，並促進人際互動，提高社會和諧氣氛。

二、活動特色或亮點：藉由體能運動競賽，宣導民眾培養優良運動習慣，接觸正當育樂活動，落實在生活中實踐運動理念，進而強健體魄。

三、活動日期：113年11月24日(原則於申請年度之12月15日前完成)

四、活動地點：國立中正紀念堂民主大道(中正區中山南路21號)

五、指導單位：臺北市政府體育局

六、主辦單位：臺北市體育總會鐵人三項協會

七、承辦單位：臺北市體育總會鐵人三項協會

八、報名手續：

(一)報名日期：於113年10月26日(含)前完成報名手續。

(二)參加方式：接受學校或團體組隊報名，或個人組隊報名。不限隊數，額滿為止。一人限參加一組一隊，不得跨組、跨隊。大會有權增減參賽隊數。

(三)競賽組：四年男子、四年女子、五年男子、五年女子、六年男子、六年女子，6人一隊。

(四)社會組：6人一隊(不分性別)共15隊。大會有權增減參賽隊數。

(五)報名表填寫：競賽組請詳載參賽組別、姓名、聯絡電話及電郵。

(六)報名表下載：可至本會Facebook網頁下載。

(<https://www.facebook.com/groups/triathlete.tpe/>)

(七)報名費用：參賽隊伍每隊1,500元。

(八)親自報名及繳費：填妥報名資料，至本會報名繳費。

(九)通訊報名及繳費：

1. 先行匯款至本會銀行帳戶。

銀行：臺灣新光商業銀行中正分行

帳號：0019101008603

帳戶：臺北市體育總會鐵人三項協會

2. 將報名表及匯款收據影本，以傳真或電子郵件寄送達本會。

九、預估參加人數：男110人，女90人，共200人

一零、報名注意事項：

(一)報名日期：於113年10月26日(含)前完成報名手續。

(二)參加方式：接受學校或團體組隊報名，或個人組隊報名。不限隊數，額滿為止。一人限參加一組一隊，不得跨組、跨隊。大會有權增減參賽隊數。

(三)競賽組：四年男子、四年女子、五年男子、五年女子、六年男子、六年女子，6人一隊。

(四)社會組：6人一隊(不分性別)共15隊。大會有權增減參賽隊數。

(五)報名表填寫：競賽組請詳載參賽組別、姓名、聯絡電話及電郵。

(六)保險：大會為每位選手投保「公共意外責任險」，保險公司「特別不保」事項：

1. 個人疾病導致運動傷害。

2. 因個人體質或自身心血管所致之症狀，例如休克、心臟病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。

3. 選手請視自身體能狀況量力而為，如有不適請立即「停止比賽」，並請求協助。選手自身疾患引起之病症發作，則不在保險範圍內，大會保險均以「公共意外」所受之傷害作為理賠承保範圍。

#### 一一、活動計劃摘要(說明)：

響應政府加強民眾重視健康體能的宣導，致力推動全民運動，培養民眾規律運動的習慣，促進個人健康，減少疾病發生，並儲備國家健康之本，以提升國家競爭力。

時下民眾多數缺乏運動，常沉湎於虛擬網路世界，不但人際互動疏離，且影響國民體能甚鉅。全民健康指數要提升，應落實強化家庭每一成員之體能；並為培養民眾團隊精神，提升學習及工作效能，優化生活品質，促進人際互動，活絡社會和諧，本會擬以小學中高年級學童為基本對象，擴及師長、家長及社會人士，舉辦大隊接力競賽活動，簡述該活動內容如下：

(一)活動名稱：113年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽

(二)參賽對象：小學四年級至六年級學童、老師家長、社會人士。大隊接力賽每隊6人，每人300公尺，共計1,800公尺。

(三)參賽人數：參賽人數約200人，預估新增運動參與人口250至350人。

(四)參與梯次：113年11月一梯次。

(五)活動宣傳：透過活動海報、公部門體育及教育單位官方網頁、學校區域網路、本會臉書及社群網頁等，鼓勵學童、師長、家長及社會人士踴躍參與。

#### 一二、活動行銷企劃：

活動宣傳：

透過活動海報、臺北市政府體育及教育單位官網、學校網路、本會臉書網頁

(<https://www.facebook.com/groups/triathlete.tpe/>)，及中正紀念堂管理處官網等，鼓勵學童、師長家長及社會人士踴躍參賽。

#### 一三、預期效益：

(一)新增市民運動人口：預估新增運動參加人口200人，含括觀賽民眾，預估可新增參與人口250~350人，對增進親子互動，提高家庭和諧及改善社會人際關係，有一定成效。

(二)養成民眾運動風氣：藉由實地競賽活動，宣導學童及民眾培養優良運動習慣，走出戶外接觸正當育樂活動，進而強化體能、強健體魄。

(三)激發自我挑戰精神：藉由運動比賽之競爭，暨訓練體能之餘，又激發自我挑戰潛能，並學習運動家精神。

(四)培養團隊互助精神：藉由大隊接力，培養參賽者認知分工合作，發揮群力團隊精神，始能完成競賽之教育意義。

(五)促進人際互動交流：藉由運動之激發，培養積極進取的學習精神及生活態度，期許促進親子互動，提高家庭和諧氣氛，以及朋友或工作夥伴之間彼此互助及關懷，進而發展良好的人際關係。



一四、性騷擾宣傳文字內容：

性騷擾防制：

- (一)對他人性騷擾者，若觸犯刑法，將處二年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣十萬元以下罰金。
- (二)利用權勢或機會為性騷擾者，加重其刑至二分之一。
- (三)遭遇性騷擾事件，可撥打113保護專線尋求協助，或撥打110向事件發生地警察機關報案。

一五、性騷擾宣傳管道及方式：實施計畫、秩序冊、社群平台

一六、活動爭議申訴宣傳文字內容：

- (一)競賽爭議：規則上有明文規定或同等意義註明者，以裁判之判定為準。
- (二)申訴程序：選手得以書面提出並簽名後，向大會正式提出書面申訴，且以仲裁小組之決議為終結。
- (三)競賽中如發生糾紛，選手得以口頭立即向裁判申訴，並依本規程之規定，在口頭申訴後30分鐘內補提申訴書，由仲裁小組處理，各項競賽進行中，選手、教練、親友皆不得當場質問裁判或妨礙比賽進行，否則取消選手之參賽資格。

一七、活動爭議申訴宣傳管道及方式：實施計畫、秩序冊、社群平台

一八、報名費退費機制宣傳文字內容：

報名費退費：

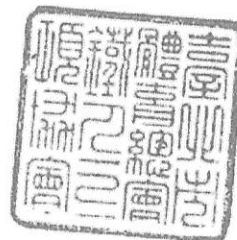
- (一)於比賽前20天申請退賽者，報名費全額退費，需負擔相關手續費。
- (二)於比賽前15天至19天申請退賽者，報名費半額退費，需負擔相關手續費。
- (三)於比賽前2週始申請退賽者，不予退費。

一九、報名費退費機制宣傳管道及方式：實施計畫、秩序冊、社群平台

承辦人：



主計人員：





# 113 年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽

## 競賽組報名表

編號：

|          |                                                                 |                         |                  |       |
|----------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------|-------|
| 學校       |                                                                 | 序號                      | 姓名               | 運動服型號 |
| 隊名       |                                                                 | 1                       |                  |       |
| 領隊       |                                                                 | 2                       |                  |       |
| 教練       |                                                                 | 3                       |                  |       |
| 參賽組別     | (請勾選)                                                           | 4                       |                  |       |
|          | <input type="checkbox"/> 4 年男子組 <input type="checkbox"/> 4 年女子組 | 5                       |                  |       |
|          | <input type="checkbox"/> 5 年男子組 <input type="checkbox"/> 5 年女子組 |                         |                  |       |
|          | <input type="checkbox"/> 6 年男子組 <input type="checkbox"/> 6 年女子組 |                         |                  |       |
| 電話<br>手機 | ※請務必填聯絡電話、手機、email                                              | 6                       |                  |       |
| email    |                                                                 | 教練                      | 含教練<br>每隊可領取 7 件 |       |
| 聯絡<br>地址 | ※為利郵寄完賽證書/優勝獎狀請務必填寫                                             | ※請依下列對照表<br>註明運動服型號(大小) |                  |       |

## 運動服尺寸對照表

|        |         |         |         |         |         |         |
|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 身高(公分) | 130~140 | 140~150 | 150~160 | 160~170 | 170~180 | 180~190 |
| 體重(公斤) | 34~40   | 41~47   | 48~56   | 57~65   | 66~74   | 75~83   |
| 型號(大小) | 135     | 145     | 155     | 165     | 175     | 185     |

※身高小於 130 公分之學童，可選擇 125 型號，並註記★號提示。

※一般體型者請參考身高間距登記適穿型號。

※體重超過標準者，請參考體重間距登記適穿型號。

※女生想要合身短版，可適度減少登記一個型號。

# 113 年臺北市中正盃小鐵人大隊接力錦標賽

## 社會組報名表

編號：

|         |       |                         |                    |  |
|---------|-------|-------------------------|--------------------|--|
| 參賽組別    | 社 會 組 | 電話                      | ※請務必填聯絡電話、手機、email |  |
| 隊名      |       | 手機                      |                    |  |
| 聯絡人     |       | email                   |                    |  |
| 1 姓名    |       | 運動服型號                   |                    |  |
| 2 姓名    |       | 運動服型號                   |                    |  |
| 3 姓名    |       | 運動服型號                   |                    |  |
| 4 姓名    |       | 運動服型號                   |                    |  |
| 5 姓名    |       | 運動服型號                   |                    |  |
| 6 姓名    |       | 運動服型號                   |                    |  |
| 總件數：6 件 |       | ※請依下列對照表<br>註明運動服型號(大小) |                    |  |

## 運動服尺寸對照表

|        |         |         |         |         |         |         |
|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 身高(公分) | 130~140 | 140~150 | 150~160 | 160~170 | 170~180 | 180~190 |
| 體重(公斤) | 34~40   | 41~47   | 48~56   | 57~65   | 66~74   | 75~83   |
| 型號(大小) | 135     | 145     | 155     | 165     | 175     | 185     |

※身高小於 130 公分之孩童，可選擇 125 型號，並註記★號提示。

※一般體型者請參考身高間距登記適穿型號。

※體重超過標準者，請參考體重間距登記適穿型號。

※女生想要合身短版，可適度減少登記一個型號。