

再看見寶來美的



2018
山城馬拉松
高|雄|寶|來|桃|源 — Marathon

這是一場力與美的馬拉松。充滿悸動與感動

邀您和我們一起從寶來飆山到南橫

活動簡章

一、活動主旨：希望藉由 2018 山城馬拉松運動，帶動寶來的觀光，傳達寶來的新生與蛻變，邀請全國跑友及民眾一同蒞臨參加～再看見寶來之美。

二、指導單位：交通部觀光局茂林國家風景區管理處、高雄市政府觀光局、高雄市六龜區公所、高雄市桃源區公所

三、主辦單位：高雄市六龜觀光休閒協會

四、承辦單位：高雄市阿公店長跑協會

五、協辦單位：高雄市政府警察局六龜分局、高雄市寶來社區發展協會、高雄市竹林休閒農業發展協會、高雄市寶來人文協會、高雄市新發社區發展協會、寶來國中、寶來國小、哇哇特純淨水、寶康行銷股份有限公司

六、贊助單位：財團法人王源林文化藝術基金會

七、活動日期：107年12月30日（日）上午6時30分起跑

八、起終點：高雄市六龜區寶來國中（高雄市六龜區中正路137號）

九、競賽路線：超馬組47公里、超半馬組22公里、休閒組5公里

（一）超馬組（47公里）：

寶來國中大門起點→寶來二號橋→草山農路休憩區→綠茂橋→塔拉拉魯夫隧道→勝境橋→桃源一橋→桃源綜合運動場→撒拉阿塢橋→桃源國中→明霸克陸橋→梅蘭明隧道→梅蘭基督教長老會（折返點）→梅蘭明隧道→桃源國中→桃源綜合運動場→桃源一橋→塔拉拉魯夫隧道→寶來二巷→寶來國中後門終點

（二）超半馬組（22公里）：

寶來國中大門起點→寶來二號橋→草山農路休憩區→綠茂橋→塔拉拉魯夫隧道→勝境橋→桃源一橋→桃源綜合運動場（折返點）→桃源一橋→塔拉拉魯夫隧道→寶來二號橋→寶來二巷→寶來國中後門終點

（三）休閒組（5公里）：

寶來國中大門起點→寶來二號橋→草山農路休憩區（折返點）→寶來二號橋→寶來二巷→寶來國中後門終點

比賽項目	超馬組。47公里	超半馬組。22公里	休閒組。5公里
------	----------	-----------	---------

	(限1000人)	(限1000人)	(限1000人)
報名費	NT\$1000元 (內含最新拋棄式晶片)	NT\$800元 (內含最新拋棄式晶片)	NT\$500元 (內含最新拋棄式晶片)
	紀念品	山城T恤、山城手冊	
完賽好禮	完賽獎牌、完賽成績證書、山城毛巾、完賽便當、完賽飲料、山城頭巾	完賽獎牌、完賽成績證書、山城毛巾、完賽餐盒、完賽飲料、山城頭巾	完賽獎牌、完賽證書、山城毛巾、完賽餐盒、完賽飲料、山城指環
限時	7小時30	4小時	2小時
集合時間	06:00	06:00	06:30
起跑時間	06:30	06:30	06:45
關門時間	14:00	10:30	08:45
報名日期	107年3月11日起至107年8月31日晚上11點59分額滿截止		
集合地點	高雄市六龜區寶來國中(高雄市六龜區中正路137號)		

競賽組別

(一)超馬組、超半馬組各分9組(分組方式將依年齡自動分組)

男 60 歲+	男 50-59 歲	男 40-49 歲	男 30-39 歲	男 29 歲-
	女 50 歲+	女 40-49 歲	女 30-39 歲	女 29 歲-

(二)休閒組不分年齡組別。

(三)所有參賽選手務必經過中途晶片感應檢查站。

(四)超馬組參賽年齡限制為18歲，未滿18歲選手請勿報名參加全程馬拉松組。

(五)超半馬組參賽年齡限制為18歲，未滿18歲選手如欲報名參加，須檢附家長或監護人同意書。

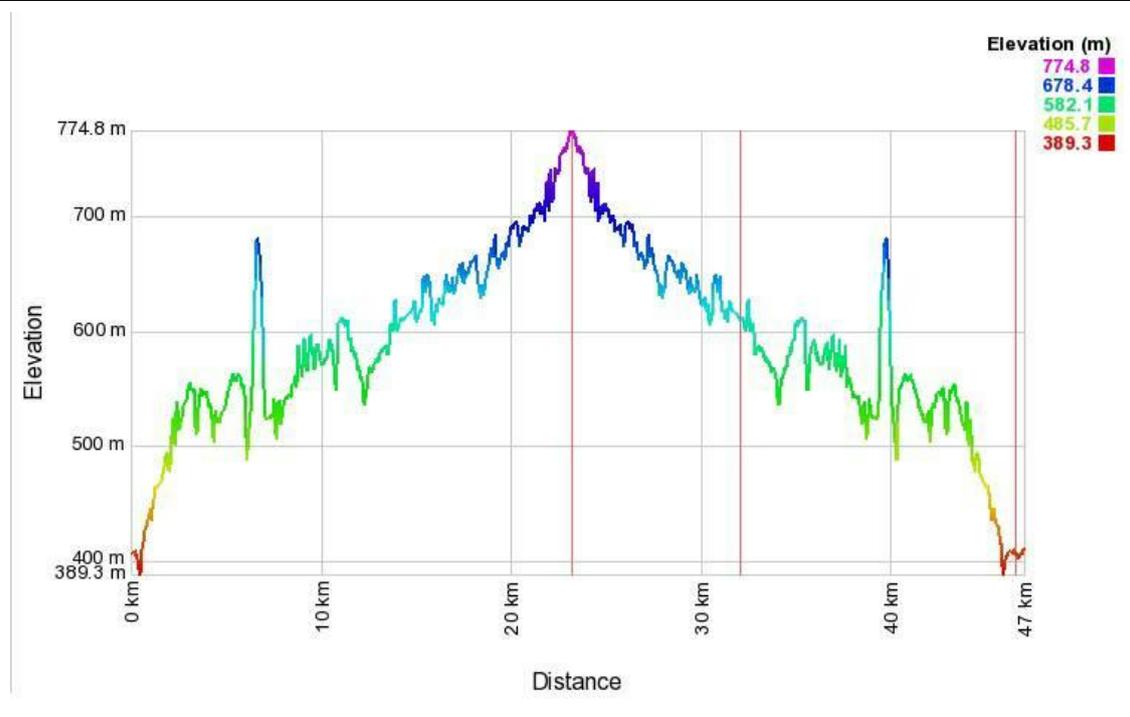
(六)休閒組參賽選手、12歲以下需由家長陪同參加。

十、賽程路線圖：

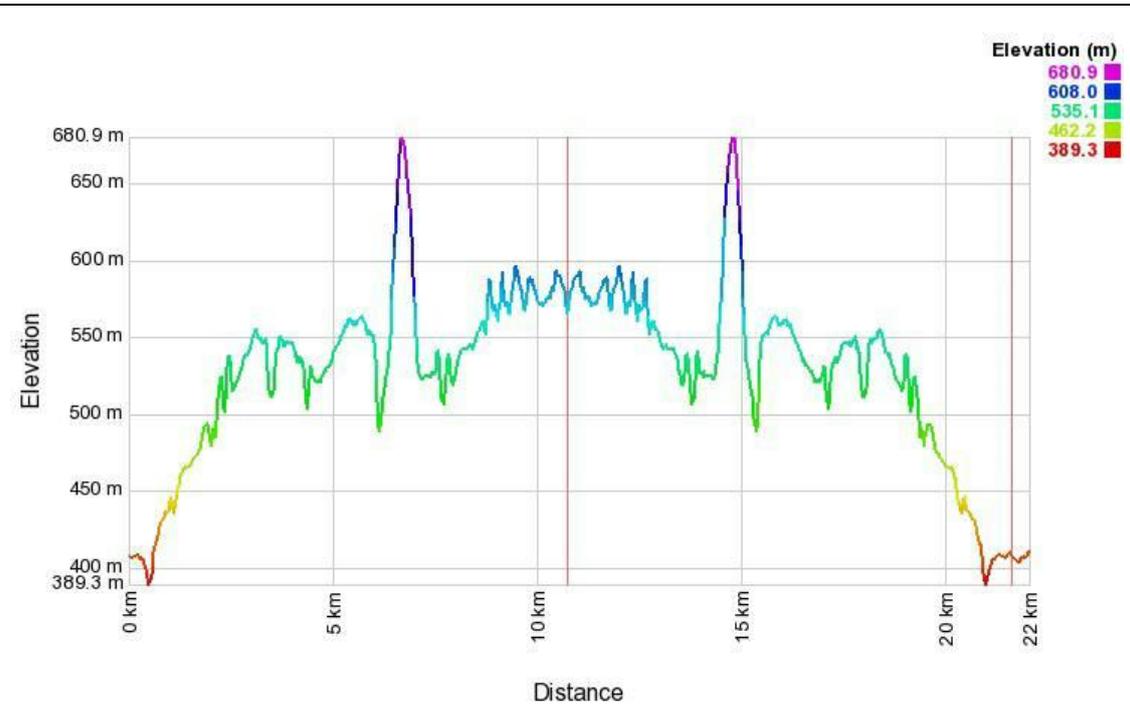


賽程路線高度圖

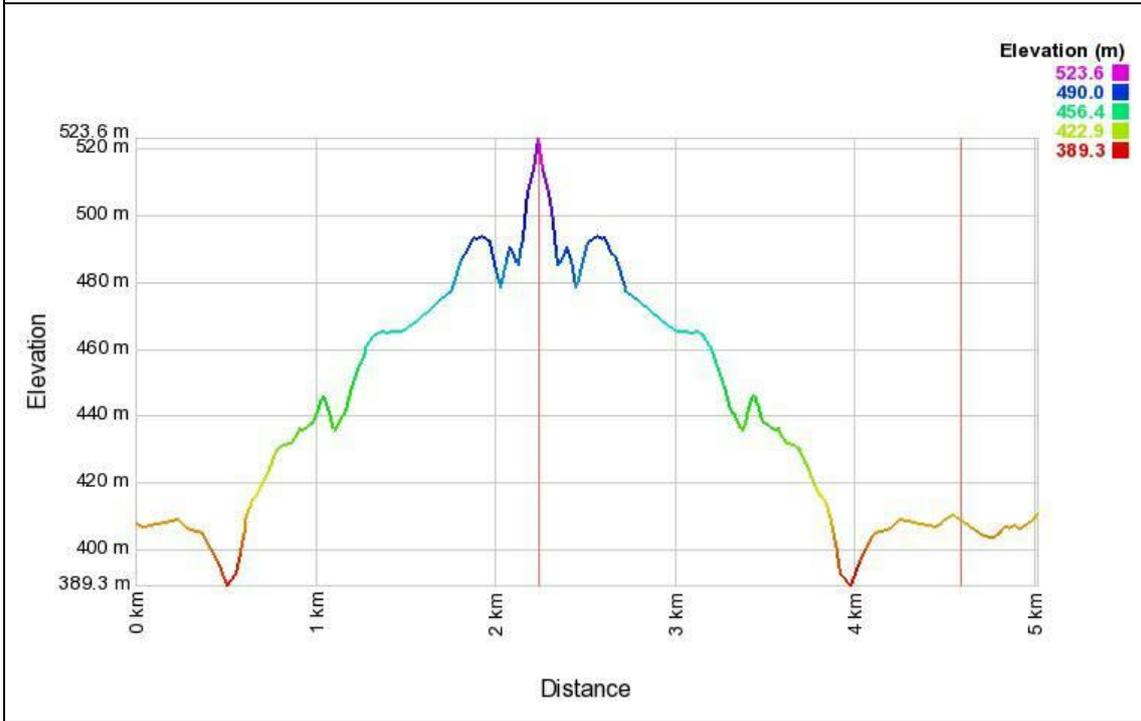
47KM超馬組路線高度圖



22KM超半馬組路線高度圖



5KM休閒組路線高度圖



十一、山城好禮：◎所有好禮以實品為主◎

山城T恤



山城毛巾



山城獎牌

47KM超馬組獎牌



22K超半馬組獎牌



5KM休閒組獎牌



記得我們有約嗎

山城馬拉松跟您相約在2016。2017。2018年。

讓這個約定 **牌** 成一個圓

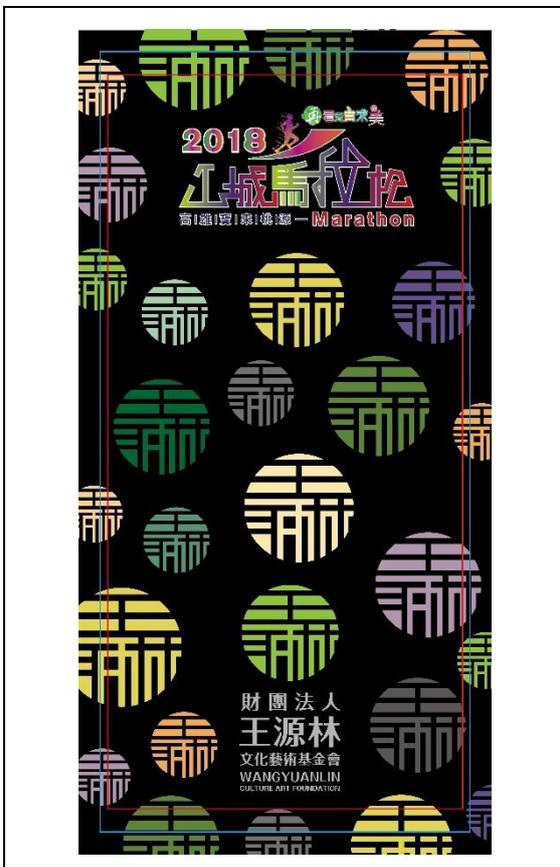
半馬山城完賽獎牌 圓夢組合



山城獎盃

	
<p>總排獎盃</p>	<p>分組獎盃</p>

山城頭巾

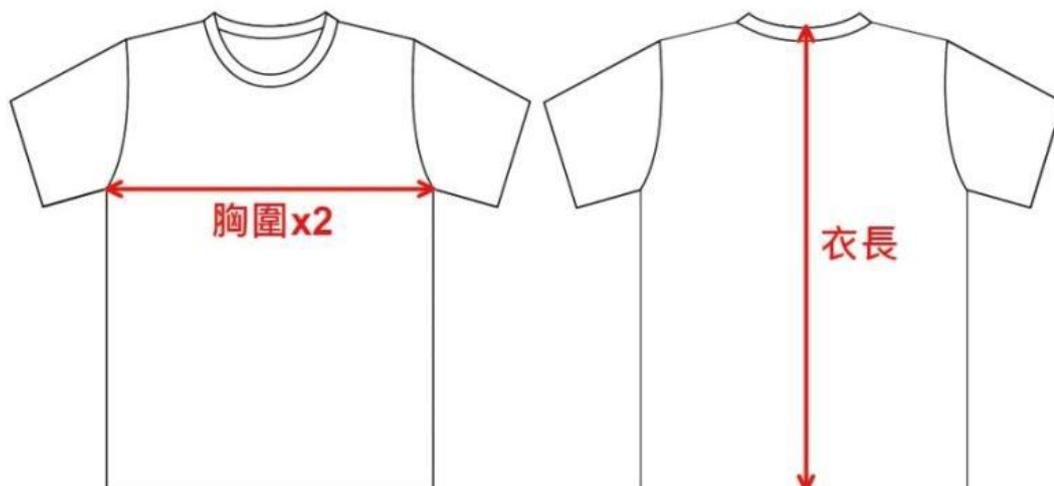


山城指環



◎所有好禮以實品為主◎

十二、T恤尺寸：未填寫衣服尺寸者，本會一律以L尺寸發給，如遇尺寸短缺大會
有權以



單位(cm)	6XS	5XS	3XS	2XS	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	5XL
衣長	55	57	61	63	65	67.5	70.5	73	75	77.5	77.5	78.5
肩寬	32	34	38	40	42.5	44	45	46	47.5	49	50	52.5
胸圍	85	86	87	88	92	96	102	106.5	112	117	122	132
袖長	20	22	23	23	24	24	24	25	26	26	27	27.5

十三、獎勵辦法：

(一)超馬組：

超馬組 總排名獎勵						
	第 1 名	第 2 名	第 3 名	第 4 名	第 5 名	第 6 名
男子組	1 萬元+獎盃	9 仟元+獎盃	8 仟元+獎盃	7 仟元+獎盃	6 仟元+獎盃	5 仟元+獎盃
女子組	1 萬元+獎盃	9 仟元+獎盃	8 仟元+獎盃	7 仟元+獎盃	6 仟元+獎盃	5 仟元+獎盃

(本獎項獲獎選手不列入分組優勝排名)

超馬組 分組名次獎勵										
	第 1 名	第 2 名	第 3 名	第 4 名	第 5 名	第 6 名	第 7 名	第 8 名	第 9 名	第 10 名
男子組	4 仟元+獎盃	3 仟元+獎盃	3 仟元+獎盃	2 仟元+獎盃	2 仟元+獎盃	1 仟元+獎盃				
女子	4 仟元+獎盃	3 仟元+獎盃	3 仟元+獎盃	2 仟元+獎盃	2 仟元+獎盃	1 仟元+獎盃				

子 組	獎品	獎品	獎品	獎品	獎品					
--------	----	----	----	----	----	--	--	--	--	--

(四)針對居住國內之愛好馬拉松運動之外籍人士，專門設立國際組排名獎勵，獎勵如下：

國際&超馬組 總排名獎勵						
	第 1 名	第 2 名	第 3 名	第 4 名	第 5 名	第 6 名
男子組	1 萬元+獎盃	9 仟元+獎盃	8 仟元+獎盃	7 仟元+獎盃	6 仟元+獎盃	5 仟元+獎盃
女子組	1 萬元+獎盃	9 仟元+獎盃	8 仟元+獎盃			
國際&超半馬組 總排名獎勵						
	第 1 名	第 2 名	第 3 名	第 4 名	第 5 名	第 6 名
男子組	8 仟元+獎盃	7 仟元+獎盃	6 仟元+獎盃	5 仟元+獎盃	4 仟元+獎盃	3 仟元+獎盃
女子組	8 仟元+獎盃	7 仟元+獎盃	6 仟元+獎盃			

備註說明：國際組得獎跑者成績須超過國內組列入總排名末名之成績，始有獲獎資格。

(五)請於大會活動時間內處領取完賽證明，當日未領者將不另行補發。

(六)依據國際田徑規則165.24條規定，選手起跑時間為鳴槍時間。

大會將依據鳴槍開跑時間開始計算時間紀錄，並依據此時間記錄做為選手名次成績統計之判定。

(七)晶片成績將作為大會成績統計之依據，「大會成績」為鳴槍起始時間，所有獎勵成績一律以「大會公布成績」為基準。每一位報名參加並完成報到手續之競賽參賽者，將派發一枚計時晶片，晶片請按使用說明佩戴於腳踝處，若因個人配戴錯誤因素導致晶片無法感應，將無法列入有效成績。晶片使用之操作方式請選手於賽前詳閱晶片使用說明，或是依現場服務人員協助操作。

(八)檢錄以晶片地墊感應，未通過起跑地墊及提早起跑者成績無效，鳴槍起跑 10 分鐘後，晶片地墊感應設備將移除，超過起跑時間 10 分鐘後出發者，為安全考量大會將有權限制其出發及不予計算成績。

十四、活動流程

活動時間	活動內容
05:00-06:30	選手衣物寄放 (寶來國中籃球場)
05:45-06:00	跑者集合 / 暖場 (寶來國中大門口)
06:00-06:30 起跑儀式	長官、貴賓致詞
	暖身操
	裁判長說明比賽注意事項
06:30	【超馬組+超半馬組】鳴槍起跑
06:45	【休閒組】鳴槍起跑
08:45~0850	主持人介紹活動...舞台區
08:50~09:00	舞台區長官暨貴賓致詞
08:45	【休閒組】賽程結束
09:00	【休閒組】頒獎典禮
10:00	【超半馬組】頒獎典禮
10:30	【超半馬組】賽程結束
11:00	【超馬組】頒獎典禮
14:00	【超馬組】賽程結束
14:30	2018山城馬拉松圓滿成功。珍重再見

十五、報名方式及退費機制：

(一)一律採網路報名，報名時請確實詳讀活動注意事項，比賽當天恕不受理現場報名。

報名網址：<http://bao-ming.com/index-2939.htm>。

(二)繳費方式：

7-ELEVEN 超商 ibon 繳費流程(須自付兩萬元以下每筆 20 元手續費)

1.線上報名網站登錄，完成報名後，取得 1 個 i-bon 的繳費代碼(訂單編號)，憑此代碼 72 小時內至全台 7-11 超商門市 ibon 機台進行繳費。

2.i-bon 機器螢幕點選左上角『代碼輸入』。

3.輸入代碼『EBT』後直接按『下一步』。

4.再輸入您的繳費代碼(訂單編號)『AA000000123456』(共計 14 碼)。

5.輸入您的『聯絡電話』(即網站報名所留的手機號碼)。

6.選取及確認您的『繳費項目及資訊』→『確認，列印繳費單』。

7.列印出 i-bon 繳費單後請於三小時內持繳費單至 7-ELEVEN 櫃檯繳費。

(三)退費機制：(報名後如因故無法參加退費標準)

1.107 年 8 月 31 前提出申請者，須扣除 100 元手續費，退還剩餘報名費款項。

2.107 年 9 月 1 日至 9 月 30 日提出申請者，退還 8 成報名費款項。

3.107 年 10 月 1 日至 10 月 31 日提出申請者，退還 5 成報名費款項。

4.107 年 11 月 1 日以後提出申請者，不退還報名費，物資照常寄送。

(四)活動洽詢專線：張哲煌前理事長 0910-846474·歐忠炎總幹事 0928-379917

李芳玲 0932-727013

(五)報名時請詳加評估自身路跑實力，報名日截止前得更換人名，報名日截止後，不得以任何理由要求更換人名、參賽項目或退費。

(六)報名費繳交不足或資料不全者，以退件處理，退件所衍生之費用將由報名者自行負擔並從報名費中扣除，因退件而逾期者，恕不負責。

(七)素食者請於報名時註明，活動當天恕不提供臨時更改。

十六、接駁專車：

主辦單位於比賽當天備有接駁專車，接駁車採預約制，僅提供選手線上報名時加價選購，不接受一般民眾額外電話訂位，亦不提供現場臨時付費上車。

接駁路線車輛，各自準時接駁發車，請搭乘接駁車選手務必注意發車時間。提前10-15分鐘到場候車，以免影響到相關權利。回程不搭車者，亦不退費。

為貼心服務搭乘接駁車之超馬跑者，12/23日PM14:30於寶來國中大門前，備有接駁中巴，方便晚回跑者搭乘。僅限超馬跑者喔。

接駁車	去程時間/上車地點	回程時間/上車地點	費用
A	12/23日AM3:40 高雄火車站前站 麥當勞前面	12/23日PM12:30 寶來國中大門前	\$300
B	12/23日AM3:40 高鐵左營站 新光三越百貨前	12/23日PM12:30 寶來國中大門前	\$300
C	12/23日AM3:40 中正體育場 高雄捷運技擊館站2號出口	12/23日PM12:30 寶來國中大門前	\$300
D	12/23日AM5:30 不老溫泉(新開)停車場	12/23日PM12:30 寶來國中大門前	\$100
E 超馬跑者 回程選項	X X X	12/23日PM14:30 寶來國中大門前	

十七、報到領取比賽物資方式：

- 1.一律採用郵寄報到方式(限臺灣本島)，活動當天(107年12月23日)恕不接受現場報到及領取物資。
- 2.主辦單位將於賽前10日內寄發所有物資，請務必填寫正確郵寄地址，不接受寄送郵政信箱，請以有人簽收住址為準，以免無法寄達。
- 3.請妥善保管相關物資(包括：紀念衫、晶片、號碼布、別針、衣保卡等)，並請務必詳細核對資料，如有錯誤，請提出更正。若發現報到物品未全數收到，請聯絡主辦單位，將儘速補寄。
- 4.郵寄配送報到收費標準如下：請於報名同時一併註明並繳交郵寄代理報到費用。

人數	1-2人	3-6人	7-20人	21-30人	31-50人	50人以上
郵資	100元	200元	300元	400元	500元	800元

- 5.報到完成後，晶片、號碼布請妥善保管，遺失恕不再補發。
- 6.選手領取比賽物資後請務必詳細核對競賽組別等資料，如有錯誤，請務必於賽前三天提出更正，比賽當日恕不受理。

十八、成績證明及晶片退還程序：

完跑→領取完跑獎牌→領取完跑運動毛巾→退還晶片→領取成績證明→取用餐點。

十九、違規罰則：

(一)違反下列規定者，不得進入賽道，並取消比賽資格及成績。

- 1.非法接受他人供給飲料或食物。
- 2.無本次活動號碼布者。
- 3.不遵從裁判引導者。
- 4.未將號碼布別在胸前(便利裁判名次之判定)。
- 5.未達起跑時間超過起跑線者。

- 6.嚴禁於競賽行進路線上推行娃娃車或滑行直排輪、滑板及滑板車。
- 7.未依規定將晶片繫於鞋面或腳踝者及配帶非本人及多枚晶片者。

(二)違反下列規定者，取消比賽成績

- 1.比賽進行中選手借助他人之幫助而獲利者（如乘車、扶持等）。
- 2.違反運動精神和道德（如打架、辱罵裁判或工作人員...等）。
- 3.私自塗改參賽資料者。

廿、申訴：

- 1.比賽爭議：競賽中各選手不得當場質詢裁判，若與田徑規則有同等異議之註明者，均以裁判為準，不得提出申訴。
- 2.申訴程序：有關競賽所發生的問題，須於各組成績公佈 10 分鐘內，向大會提出，同時繳保證金新台幣 2000 元整，由競賽組簽收收執聯；所有申訴以審判委員會之判決為終決，委員會認為無理之申訴得沒收其保證金

廿一、注意事項：

(一)衣物保管：

- 1.比賽日選手若要衣物保管，請在比賽開始前提早至寄物保管處出示本次活動號碼布及衣保卡，並經工作人員確認後才接受衣物保管，領回所寄放衣物時也必須出示本次活動號碼布，經工作人員再核對後才可領回保管衣物。（※貴重物品，請自行保管，若有遺失，大會概不負責）。
- 2.大會將於比賽當日早上 05:30 時起，接受衣物保管，並請於當日 13:30 前領取保管物品。

(二) 安全事項：

- 1.比賽前一週若有多日連續豪雨、地震發生、全國法定流行疫病或比賽當日若逢風雨，由大會以選手安全為考量，決定是否取消比賽或另擇期比賽，選手不得有異議。若取消比賽，扣除已發生之支出及郵費後餘額退回。

2.大會裁判、醫師或交通安全管制人員有權視選手體能狀況及道路安全，中止或暫停選手繼續比賽資格，選手不得有異議。

(三)隨身攜帶身分證明備查。

(四)參加人員需保證身體健康，請慎重考量自我健康狀況，如有心臟病、血管、糖尿病等方面病歷者，請勿隱瞞病情並請勿參加，否則，後果自行負責。

(五)競賽途中選手不得由車輛或人員陪跑，競賽時路段實施交通管制。

(六)本活動交通膳宿費用均由選手自付。

(七)請選手於活動前 1 日須睡眠充足，及避免空腹參加比賽。

(八)本次活動大會將為每位完成報名手續之選手投保公共意外險。

(九)已完成報名手續者不得更換人名、報到方式、車票數量。

(十)代跑者及被代跑者一經查明屬實，由裁判長宣佈成績無效外立即取消資格。

(十一)比賽中嚴禁一人配戴本人以外之晶片及數枚晶片，一經查明屬實或經檢舉者，立即取消所有參賽權及成績。

廿二、旅行平安險注意事項：

運動是保持健康身體的重要元素，請各位視自己跑步當日狀況量力而為，並請於活動前一日做充足的睡眠及當日跑步前 2 個鐘頭吃早餐。大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。本次活動針對參賽者投保每人新台幣貳佰萬元之公共意外險。(所有細節依投保公司之保險契約為準)，參賽選手如另有需要，請自行辦理加保。

公共意外險承保範圍條文摘要：

(一)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，除保險單載明為不保事項者外，本公司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。

(二)特別不保事項：

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。

(三)選手如遇與跟第二項所述之疾病之病史，建議選手慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。如您曾發生過以下病況及有以下疾病狀況，屬猝死高危險群，請諮詢醫師專業的判斷及請勿勉強參加

1.不明原因的胸部不適(胸悶、胸痛)	7.腎功能異常
2.不明原因的呼吸困難	8.糖尿病
3.不明原因頭暈	9.高血脂(總膽固>240mg/Dl)
4.突然失去知覺	10.家族心臟病史(一等親在 60 歲前發生心臟病或猝死)
5.高血壓(>140/90mmHg)	11.癲癇
6.心臟病	12.其他不適合劇烈運動的疾病

廿三、貼心叮嚀：

(一)要完全享受跑步的樂趣和避免中暑，適當的訓練和充沛的體能是必要的。

(二)在賽前或賽中若能補充足夠的水分，則傷害的危險性便能降低。

(三)在比賽中用水潑或用水管淋浴下跑步，會使身體涼快些。

(四)在比賽開始前若身體有疾病，則應該要避免參與競賽，如發燒、感冒(上呼吸道感染)、腸胃炎(腹瀉、嘔吐)等。

(五)熱傷害的早期症狀是：過度流汗、頭痛、嘔心、頭昏、視力模糊、步態不穩等任何神智方面的漸進性破壞。呼吸不順、發抖、肌肉抽筋、皮膚乾燥不出汗..等徵象時，必須立刻停止運動，在陰涼處安靜休憩，並迅速請醫護人員來治療，以免病情惡化。中暑每年造成四千名美國人死亡，並高佔美國高中運動員死亡之

第二位(僅次於脊椎損傷)。中暑未治療者均死亡，延遲治療者，可能致使永久性的中樞神經系統損傷。

(六)過去有「熱暈倒」或「熱衰竭」者要特別小心，這些人比較容易發生嚴重的熱中暑。

(七)跑步的速度最好維持在身體感覺最舒適的程度，最好不要跑比平常訓練時所能達到的速度快。

(八)競賽者最好與同伴一起跑，如此方能互相照料。

(九)若能遵照以上的注意事項去預防，一定能大大減少「熱病」的發生率及嚴重度。

(十)大會醫療救護站為緊急救護及重大傷患處理站，肌肉酸痛為運動後必然之現象，非重大傷患忌擅自進入醫護站

廿四、大會免責聲明：

1.大會承辦賽事一定會恪忠職守不負跑者所託，將所有可能危及賽事舉行、跑者安危的風險降到最低。在公共意外險的保護傘下，選手因為任何原因受傷、財務損失或死亡者，皆不得向本活動所有相關單位、人員要求任何形式的賠償。意外發生時的求償對象應是公共意外險的承保公司，並強烈建議自行加保。

2.選手一旦報名，視同同意本次賽事簡章的所有規定。如因天氣等不可抗力因素所迫，大會得考量安全等因素將活動取消、延期或調整賽事路線，若取消賽事，將全額無息退還報名費(不含轉帳及其他作業相關手續費)。

3.活動若有未盡事宜或最新訊息時，將隨時公布於大會報名網站。

廿五、個資法及肖像權

1.個資法：參加者同意接受主辦單位或活動合作單位發佈或傳達給各參賽者活動相關訊息，此一傳達之行為並不違反個資法。

2.肖像權：大會有權將比賽之錄影、相片及成績於世界各地之各類媒體播放、展出、登錄與刊物上，參賽者必須同意肖像與成績，用於與本活動有關之宣傳與播放活動上。

3.若不同意上述兩項事項，請勿報名參賽。

廿六、請詳閱本活動競賽規程，如有未盡事宜，得由大會修訂之，並公布於大會報名網站。