

長庚紀念醫院 2022 永慶盃路跑(嘉義會場)活動簡章

一、 活動緣起：

長庚醫療財團法人長期致力國人健康促進及預防保健，深諳養成健康飲食及規律運動習慣，才是健康促進根本之道。因此積極推動社區健康促進，並配合國健署及衛生局社區健康促進政策，針對社區民眾健康相關議題進行推廣，進而養成民眾健康行為。推動社區健康促進多年，各院區屢獲國健署及衛生局相關獎項，深受政府及民眾肯定。

為能將健康促進之觀念藉由有趣之活動形式，並假媒體之手推廣至全國，長庚醫療財團法人以台塑關係企業王創辦人永慶先生畢生堅持運動的精神作為楷模，自民國 99 年起開始舉辦「長庚紀念醫院永慶盃路跑活動」，邀請國家元首、縣市政府首長、衛生主管機關首長於路跑活動中以行動及公開言論表達對健康促進理念之支持，同時呼籲全國民眾養成良好之健康習慣；活動現場規劃各式攤位宣導健康觀念。多年來，舉辦地點已由台北市拓展到嘉義縣、高雄市、廈門市，各地參與人數合計也由 7 千餘人增加至 4 萬人。

二、 指導單位：嘉義縣政府

三、 主辦單位：長庚醫療財團法人嘉義長庚紀念醫院

四、 承辦單位：嘉義縣中小學體育促進會

五、 協辦單位：中央健保署南區業務組、國立故宮博物院南部院區、嘉義縣政府教育處、嘉義縣衛生局、嘉義縣社會局、嘉義縣警察局、嘉義縣環保局、嘉義縣政府建設處、嘉義縣政府新聞行銷處、嘉義縣學生校外會、嘉義縣梅山國中、嘉義縣蒜頭國小、嘉義縣菁埔國小、嘉義縣龍崗國小、嘉義縣社口國小、嘉義縣安東國小、嘉義縣過溝國小、嘉義縣隙頂國小、長庚生物科技股份有限公司、台塑生醫股份有限公司、長庚醫學科技股份有限公司、統一超商、台灣塑膠工業股份有限公司、德成鞋業集團(持續邀請中)

六、 活動日期：111 年 10 月 30 日(日)

七、 活動地點：嘉義縣太保市博愛路(太子大道台糖加油站旁)

八、 活動路線：

3 公里組：博愛路（起點）➔ 信義一路 ➔ 太子大道 ➔ 故宮大道 ➔ 博學路 ➔ 信義一路（終點）

8 公里組：博愛路（起點）➔ 信義一路 ➔ 太子大道 ➔ 故宮南院 ➔ 故宮北路 ➔ 保鐵一路 ➔ 故宮大道 ➔ 博學路 ➔ 信義一路（終點）



九、 活動流程

時間	流程	說明
06：00-06：30	報到	著紀念衫及攜帶號碼布進入主會場 (配合防疫措施須配合現場監測體溫、確實戴口罩)
06：30-07：00	開場/來賓致詞/暖身	院內外貴賓、吉祥物阿波 (暖身視疫情狀況調整)
07：00-08：30	起跑預備/鳴槍/路跑	設立救護站及補給站，現場提供各式健康促進、公益宣導攤位(現場配合防疫戴口罩、保持社交距離，收身操視疫情狀況調整)
08：30-08：40	收身操	
08：40-09：00	摸彩	
09：00	賦歸	

十、 活動項目

組別	8 公里組	3 公里組
報名費	200 元/人	
集合地點	博愛路(太子大道台糖加油站旁)	
報到時間	06:00	
起跑時間	07:00 開跑	07:10 開跑

限時	90 分鐘	80 分鐘
----	-------	-------

十一、參加資格：凡身心健康對路跑有興趣者，皆可報名參加。

十二、活動內容：

- (一) 現場設有各式健康促進及公益攤位，並安排表演節目及摸彩，歡迎踴躍參加。
- (二) 活動當天免費提供參加者早餐一份，數量有限，送完為止。
- (三) 搭配活動舉辦「跑出健康攝影比賽」。

十三、活動 T 恤尺寸一覽表：(暫訂)

* 精美活動紀念 T 恤數量有限，遇尺寸短缺，大會有權以其他尺寸代替。

活動 T 恤尺寸對照表(Size)										
尺寸	10 號 (身高 130cm)	12 號 (身高 150cm)	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	4XL
胸圍(cm)	76	86	91	97	102	107	112	117	122	127
衣長(cm)	53	58	63	65	65	70	74	76	78	80

十四、報名地點：

◎ 網路報名：伊貝特報名網 <http://bao-ming.com/>

- (一) 報名日期 2022 年 7 月(暫訂)，請上伊貝特報名網線上報名，報名後 3 天內至全省 7-ELEVEN 超商利用 i-bon 系統列印繳費單繳交報名費(手續費由報名者負擔)
- (二) 網路報名一律踴躍領取物品，除報名費外需另付郵寄費用，請在報名同時勾選，郵寄代理報到費用需連同報名費一併繳交。郵寄縣台灣本島境內，將參賽物品(號碼布、活動 T 恤)配送至報名所填寫地址，請務必填寫正確收件地址，以免包裹無法順利送達。
- (三) 請確認報名事項無誤，一經報名後即不接受報名事項更改，如遇人數額滿，無法再進行報名。
- (四) 網路報名時請詳填相關基本資料，以免誤發各項相關報名資訊，報名截止後不得以任何理由要求退費或更名取代，請慎重考慮！
- (五) 繳費完成後，系統將自動發送報名成功之 e-mail 給選手，如無收到 e-mail 亦可至網站「報名查詢」確認報名成功資料。
- (六) 收到包裹代表已完成領取參賽物品手續，請於活動當天 10 月 30 日逕自前往會場集合即可。無號碼布者不得參賽及領取禮品。

◎ 現場報名：2022 年 10 月 (暫訂)，於營業時間親至長庚紀念醫院院區社會服務課(組)報名及領取紀念 T 恤、號碼布，現場數量有限，依現場現有尺寸為準。

- (一) 嘉義長庚紀念醫院社會服務課(05)3621000 分機 2116，嘉義縣朴子市嘉朴路西段 8 號

(二) 雲林長庚紀念醫院社會服務組(05)6915151 分機 2917，雲林縣麥寮鄉中興村工業路 150 號

十五、注意事項：

(一) 活動當天請務必攜帶號碼布，憑號碼布領取早餐、運動毛巾及參加摸彩抽獎。

(二) 大會保險說明：

1. 大會為本次活動針對參加民眾投保每人新台幣叁佰萬元之公共意外責任險。
2. 公共意外責任險承保範圍：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，保險公司對被保險人負賠償之責。公共意外責任險只理賠因大會疏失造成之意外傷害。（所有細節依投保公司之保險契約為準）。
 - (1) 被保險人或其受僱人因承辦活動之行為在本保險單載明之營業處所發生意外事故。
 - (2) 被保險人在營業處所之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。
3. 承保範圍不包含個人疾病導致運動傷害，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...等非主辦單位依法應負賠償責任之事故。
4. 本會對於現場只做必要之緊急醫療救護，參加民眾若有前項所述之疾病史，建議慎重考慮自身安全。

(三) 安全事項：

1. 比賽前如遇集會遊行或其他不可抗力之天災，由大會以選手安全為考量，有權決定是否取消或擇期比賽或改用其他替代路線；若遇颱風，長庚紀念醫院將依嘉義縣政府宣布停止上課為依據，宣佈活動取消，參賽選手不得有議。若因故取消活動，報名費不予退還。
2. 參加者須注意過往車輛與行人，以確保自身安全。交通安全管制人員、醫師有權視選手體能及道路安全狀況，中止或暫停選手繼續比賽，選手不得有異議。
3. 參加本次活動者請注意身體健康，請慎重考量自我健康狀況，如有不適，請勿逞強，如有心臟、血管、糖尿病等方面病歷者，請勿隱瞞病情並請勿參加，否則，後果請自行負責。
4. 活動地點日夜濕度、溫差大，請自行攜帶禦寒衣物及雨具。
5. 活動中請友善、耐心配合交管人員引導。
6. 運動是保持健康身體的重要元素，請各位重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。

7. 因應新型冠狀病毒(COVID-19)防疫工作，參與本次活動人員均須配合防疫規定並閱讀「活動暨健康聲明」後填妥報名資訊，並配合活動會場防疫規定，如為嚴重特殊傳染性肺炎之疑似感染或確診個案、居家隔離、居家檢疫、自主健康管理、呼吸道症狀或腹瀉等者不得參加。參加者如具旅遊史、接觸史、發燒、咳嗽、流鼻水、喉嚨痛等症狀，應盡速就醫在家休養，避免參加活動。主辦單位將持續關注疫情現況，並有權決定取消/延期辦理，參與者不得有議。
 8. 為妥善維護會場安全及落實防疫措施，請務必配合工作人員指揮進入活動場地。
- (四) 凡現場獲獎者，出示獲獎人號碼布領取，若未於時間內領取或是無法出示號碼布，則恕視同放棄領獎權益，相關摸彩規定以現場公告為準。
- (五) 贈品型號及外形依現場實物為主，主辦單位有修改與更正的權利。
- (六) 依中華民國稅法規定，獎品價值超過 NT\$19,999，需繳交 10%所得稅；外籍人士需依稅法負擔 20%所得稅。
- (七) 主協辦及承辦單位有權將路跑活動之錄影、相片於世界各地播放或展出，參與路跑者必須同意肖像用於相關之宣傳及播放活動上。
- (八) 如有未盡事宜，歡迎來電查詢。相關訊息以長庚全球資訊網網頁進行發佈。
- (九) 關於舉辦大型運動賽事防疫規定
1. 因應疫情尚未完全解除，舉辦大型運動賽事須依政府相關防疫規定，報名前須完整閱讀「活動暨健康聲明書」後填妥報名資訊，且一律採實名制報名登記，所有參與人必須量測體溫，本次路跑主辦單位採管制出路動線規劃，參與者一律從博愛路及信義一路之管制路口進入會場，並設有體溫檢測站，凡體溫超過 37.5 度不得進入會場，待醫護人員再次檢測確認，是否符合進廠規定敬請配合。
 2. 參與本次活動人員(含志工)均須配戴口罩始可進入會場，並於開跑前不可拿下口罩，開跑後依個人習慣取下實施運動，返回會場再戴回口罩，若以健走形式參賽則須全程配戴口罩並保持社交距離。
 3. 活動會場屬於戶外開放空間，參與人員請務必保持 1 公尺社交距離，且盡量避免群聚。
 4. 參與人員於報到處完成手部酒精消毒在進行報到，敬請配合。
 5. 活動將配合政府防疫規定，將適時調整活動流程，請參與人員注意活動流程表時間。

長庚紀念醫院 2022 永慶盃路跑活動參加活動暨健康聲明

本人（本團體參加者）已詳細閱讀過本活動下列說明，且同意亦保證遵守大會於活動中所約定之事項，保證本人（本團體參加者）身心健康，亦了解 3~10.5 公里路跑所需承受之風險，志願參加活動方開始報名，活動中若發生任何意外事件，本人（本團體參加者）及家屬願意承擔活動期間所發生之個人意外風險責任，亦同意放棄對於非主辦方造成的傷害、死亡或其他任何形式的損失提出任何形式的賠償及索求，一切責任與主辦單位無關。

本人（本團體參加者）明白此項活動的錄影、相片及成果於世界各地播放、展出或於網頁上登出，亦同意主辦或被主辦單位授權之單位寄送相關路跑活動訊息或使用本人（本團體參加者）肖像及成果於宣傳活動上。

報名者視同已詳閱本參加活動聲明、同意以上所述事項並願意承擔相應的法律責任。一經報名後將不得以任何理由質疑活動內容所列之事項。

健康聲明：

（一）因應嚴重特殊傳染性肺炎（COVID-19）疫情，參酌疾病管制署之防疫建議，並基於保護全體與會者的身體生命安全，**參與本次活動的人員均需配合防疫規定並閱讀本健康聲明後填妥報名資訊，如有下列狀況請勿參與報名：**

1. 為嚴重特殊傳染性肺炎之疑似感染或確診個案、居家隔離、居家檢疫、自主健康管理及呼吸道症狀或腹瀉等者不得參加。
2. 參加者如具旅遊史、接觸史、發燒、咳嗽、流鼻水、喉嚨痛等症狀，應盡速就醫在家休養，請勿參加活動。

（二）活動當天請務必戴口罩、接受體溫檢測並憑號碼布始能進入主會場，本活動會場禁止飲食，請參加者全面配合。

（三）閱讀完本聲明後請於報名表填妥各項資料如：姓名、聯絡電話…等，由主辦單位造冊備查。

（四）報名者成功者視同已詳閱本參加活動暨健康聲明、同意以上所述事項並願意承擔相應的法律責任。一經報名後將不得以任何理由質疑活動內容所列之事項。

大會保險說明：

（一）大會為本次活動針對參加民眾投保每人新台幣參佰萬元之公共意外責任險。

（二）公共意外責任險承保範圍：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，保險公司對被保險人負賠償之責。公共意外責任險只理賠因大會疏失造成之意外傷害。（所有細節依投保公司之保險契約為準）。

1. 被保險人或其受僱人因跑步在本保險單載明之競賽路線上發生之意外事故。
2. 被保險人在競賽路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。

（三）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。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外責任險只承擔因大會疏失造成之外來意外所受之傷害理賠。
3. 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。
4. 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。本會對於現場只做必要之緊急醫療救護，參加民眾若有以下所述之

疾病史，建議慎重考慮自身安全。

- (1) 不明原因的胸部不適(胸悶、胸痛)
- (2) 不明原因的呼吸困難
- (3) 不明原因頭暈
- (4) 突然失去知覺
- (5) 高血壓(>140/90mmHg)
- (6) 心臟病
- (7) 腎功能異常
- (8) 糖尿病
- (9) 高血脂(總膽固醇>240mg/Dl)
- (10) 家族心臟病史(一等親在 60 歲前發生心臟病或猝死)
- (11) 癲癇
- (12) 其他不宜從事路跑運動之相關疾病症狀。

(四) 本會對於現場只做必要之緊急醫療救護，參加民眾若有前項所述之疾病史，建議慎重考慮自身安全。

(五) 選手於賽事期間因參與賽事所造成財物損失或體傷，大會將協助處理公共意外險理賠事宜，惟選手已獲得理賠項目、或因特別不保事項、或非屬理賠範圍等事由，不得再向指導單位、主辦單位、承辦單位及贊助單位等要求任何形式之賠償。