

參賽組別 ☒ ：	☐ 體驗組(約4公里)	☐ 健行組(約7公里)	隊名(如適用)：	
所屬復康機構 / 組織：_____ 聯絡人姓名：_____				
電話：_____ 電郵：_____				
通訊地址：_____ 機構蓋印：_____				
參加者資料 (*刪去不適用者)				
成員	1 (隊長)	2	3	4
姓名：				
身份：	* 康復者 / 親友 義工 / 職員	* 康復者 / 親友 義工 / 職員	* 康復者 / 親友 義工 / 職員	* 康復者 / 親友 義工 / 職員
性別：	* 男 / 女	* 男 / 女	* 男 / 女	* 男 / 女
身份證號碼： (只需首3位數字)				
年齡 ☒ ：	☐ 12-17 ☐ 18-65 ☐ >66	☐ 12-17 ☐ 18-65 ☐ >66	☐ 12-17 ☐ 18-65 ☐ >66	☐ 12-17 ☐ 18-65 ☐ >66
聯絡電話：				
電郵：				
索取T恤尺碼(胸圍x衣長) ☒ ：	S :47cmX68.5cm M :50cmX70.5cm L :53cmX72.5cm XL:56cmX74.5cm	S :47cmX68.5cm M :50cmX70.5cm L :53cmX72.5cm XL:56cmX74.5cm	S :47cmX68.5cm M :50cmX70.5cm L :53cmX72.5cm XL:56cmX74.5cm	S :47cmX68.5cm M :50cmX70.5cm L :53cmX72.5cm XL:56cmX74.5cm
緊急聯絡人 / 電話：				
是否需要收據 ☒ ：				
乘坐接駁 專車 ☒ ：	去程： ☐ 需要 ☐ 不需要 回程： ☐ 需要 ☐ 不需要	去程： ☐ 需要 ☐ 不需要 回程： ☐ 需要 ☐ 不需要	去程： ☐ 需要 ☐ 不需要 回程： ☐ 需要 ☐ 不需要	去程： ☐ 需要 ☐ 不需要 回程： ☐ 需要 ☐ 不需要
報名方法 ☒ ：	☐ 郵寄報名 ☐ 傳真報名 (fax: 28701 203) ☐ 電郵報名 (rcyhh@fuhong.org)			
報名費繳付方法 ☒ ：				
總金額：	☐ 銀行入數 (入數紙號碼：_____)	☐ 支票 (支票號碼：_____)		
參加者將於5-3-2016前收到確認信及安排出席12-3-2016的活動簡介會。				
《參加者聲明》				
1. 本人現參加「第三屆『行出健康』遠足比賽」，謹此聲明並作出保證：本人乃自願參加此活動，並會遵守有關之活動規則及主辦單位之安排或決定。倘於活動期間發生意外，包括死亡、受傷或財物損失，本人將自行承擔一切責任。主辦、贊助及支援機構均無須對此作出賠償或負上任何法律責任。本人同意主辦機構可使用本人在活動中的個人資料、相片、影像及活動記錄作任何合法及市場推廣用途。 2. 本人已閱畢並同意以上聲明。 參加者簽署：1. _____ (隊長*) 2. _____ 3. _____ 4. _____ 家長簽署：# 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ # 未滿18歲參加者須 家長 / 監護人 簽署同意				

第三屆 「行出健康」遠足比賽 報名表格



<http://www.fuhong.org/activities/hiking/03/>



贊助機構：
VAUDE, Otsuka, LACON, 海天等。

(排名不分先後)

第三屆『行出健康』遠足比賽 比賽細則



報名方法：

請於2016年2月22日或之前使用以下其中一種方式報名：

- 網上報名：**
於網上填妥報名表格遞交，並同時將報名費入數紙(註i)電郵(註ii)或傳真(註iii)予本會(請註明隊長姓名)。
 - 電郵報名：**
將已填妥的報名表格及報名費入數紙(註i) 電郵(註ii)予本會(請註明隊長姓名)。
 - 傳真報名：**
將已填妥的報名表格及報名費入數紙(註i) 傳真(註iii)予本會(請註明隊長姓名)。
 - 郵寄報名：**
將已填妥之報名表格連同支票(註iv) 或報名費入數紙(註i) 及已貼上郵票的回郵信封，寄回：
香港 香港仔漁光道85號 扶康會康復中心六樓悅行之家收
信封面註明 “第三屆『行出健康』遠足比賽”
- 備註：
(i) 入數紙請存入以下其中一個戶口：
(A) 匯豐銀行賬號：119-290005-838 或
(B) 東亞銀行賬號：527-40-06044-9或
(C) 恆生銀行賬號：388-554834-001
(ii) 電郵地址：rcyhh@fuhong.org
(iii) 傳真號碼：2870 1198，扶康會悅行之家杜姑娘收
(iv) 支票抬頭註明 “扶康會”

注意事項：

- 本會將於5-3-2016或之前寄發「確認信」予各參加者，以核實報名。
- 參加者必須遵守大會指示及規則，不可走捷徑，如經發現，大會有關取消參加資格。
- 參加者必須在胸前扣上大會派發之號碼布。參賽隊伍以最後衝線者為整隊比賽的時間，最快完成之團隊為優勝者。
- 如參加者不能完成整段賽程，請知會工作人員及交回號碼布給附近檢查站的工作人員，以方便大會查核人數。
- 大會對比賽有最終裁判權，參加者不得異議。
- 大會為每位參加者購買十萬元平安保險。參加者需留意自身身體狀況，倘於活動期間因任何原因而受傷、死亡或蒙受損失，主辦機構、其所有贊助商及其他所有工作人員均無須對此作出賠償或負上任何法律責任。
- 若比賽當日早上7:00懸掛三號以上風球或紅/黑色暴雨訊號，有關比賽將會取消，已繳交之費用不會退還，不作另行通知。
- 若比賽當日遇有突發情況，比賽路線或有修改，確實安排以比賽當日大會公佈為準。

參賽者簡介會

內容：介紹比賽路線、車則及注意事項
日期：2016年3月12日(六)
時間：下午2:30 - 4:30
地點：香港仔漁光道85號扶康會康復中心1/F禮堂

活動推廣日及比賽路線實地考察遊

內容：介紹是次遠足比賽詳情及帶領參加者/有興趣參加人士實地了解比賽路線
日期：2016年1月23日(六)
時間：下午1:30 - 5:00
地點：香港仔漁光道85號扶康會康復中心1/F禮堂集合出發

比賽日交通安排

- 參加者可自行前往起點。
- 參加者亦可乘搭由大會安排之旅遊車(港灣灣仔站)往起點，費用全免，惟參加者必須預早在報名表上登記預留座位。參加者當日須憑車票上車，逾時不候。大會稍後將分發車票予參加者及通知上車地點。
- 另外，大會將安排免費專車接載各參加者返回市區(暫定港灣灣仔站)。

目的：	與精神康復者結伴同行，行出健康
日期：	2016年3月19日(星期六)
起點及終點：	香港仔石排灣邨一號遊樂場 (下稱遊樂場，即香港仔漁光道85號扶康會康復中心對面足球場)
當日程序：	09:15am → 10:00am：報到及行李寄存 10:00am → 10:30am：開步典禮 10:30am → 1:30pm：比賽時間 11:45am(體驗組)及 12:30pm(健行組)：頒獎典禮
參賽組別路線：	健行組(比賽時間：上午10:30 → 下午1:30) 限時3小時 遊樂場 > 香港仔水塘道 > 金夫人馳馬徑 > 香港仔自然教育徑 > 香港仔下水塘開口 > 香港仔水塘道 > 遊樂場 (全長約7公里) 體驗組(比賽時間：上午10:45 → 中午12:45) 限時2小時 遊樂場 > 香港仔水塘道 > 香港仔上水塘開口 > 香港仔自然教育徑 > 香港仔下水塘開口 > 香港仔水塘道 > 遊樂場 (全長約4公里)
報到及起步地點：	香港仔石排灣邨一號遊樂場(香港仔漁光道85號扶康會康復中心對面球場)
參賽資格：	1. 以隊制為比賽單位； 2. 每隊由2-4人組成，其中最少1人為康復者； 3. 參加者必須年滿12歲(未滿18歲須家長簽署同意書) 每隊最少一位18歲或以上人士； 4. 報名表格須由所屬機構蓋印確認。 5. 另設有社區邀請賽，每隊2-4人組成，除了成員不需要有康復者外，其他參賽資格與3相同。
名額：	200隊
費用：	每位\$50，包括報名費、大會紀念品及乘坐接駁專車費用
報名日期：	2015年12月4日 → 2016年2月22日

獎項：	組別	隊伍名次	獎品
		1-3	獎杯乙座、精美獎品、獎牌及證書
	體驗組 / 健行組	4-10	精美獎品、獎牌及證書
		在限時內完成之隊伍	獎牌及證書
		服務單位參與人數達15人或以上	躍動友好機構獎

查詢電話：2214 2571(杜姑娘) / 2214 2556(林姑娘)