

運動i 台灣地方特色運動-2022 慢城山水馬拉松

一、活動簡介

10月正是苗栗豐收季節，柿紅橘祥，一起來苗栗訪山城遊慢城，慢城山水馬拉松於2022年10月30日從中港溪旁康濟吊橋下起跑，沿著苗124乙線一路跑進浪漫台3線，經三灣鄉到獅潭鄉永興國小，一路比山鄰溪感受山城苗栗的浪漫美景，全程42公里用雙腿環繞南庄、三灣與獅潭，柿子紅了，結實壘壘的甜柿迎著初秋的微風享受當季的農產美味，活動名額有限，10月30日趕緊用雙腳來一趟最豐富的苗栗慢城之旅。

- 首屆10K悠遊組分組，半馬全馬5歲一組，就要等您上凸台
- 全台地方特色運動邀您「親子同樂」一張號碼布讓您樂遊南庄，滿載而歸。
- 浪漫台三跑三鄉，用雙腿感受苗栗山城的高低起伏。

二、主辦單位

苗栗縣政府、南庄鄉公所、南庄鄉代表會、南庄鄉農會

三、協辦單位

苗栗縣路跑協會、三灣鄉農會、獅潭鄉農會、華山基金會、苗栗縣警察局、南庄鄉內各機關團體、育達科技大學休閒運動管理系

四、贊助單位

題陞自然農場、蘇維拉莊園餐廳、雲水溫泉度假村、巴巴坑道休閒礦場、嗣久貳捌國際有限公司、京政電子股份有限公司

五、活動日期

2022年10月30日（星期日）上午6時00分起跑

六、活動地點 南庄鄉公所河堤公有停車場

七、主活動項目

比賽項目	全程馬拉松 (42.195公里)	半程馬拉松 (21公里)	悠遊組 (10公里)	休閒組 (4公里)
報名費用	1000元	800元	550元	350元
活動起終點	南庄鄉公所河堤公有停車場	南庄鄉公所河堤公有停車場	南庄鄉公所河堤公有停車場	南庄鄉公所河堤公有停車場
報名方式	一律採網路報名，請至超商繳費。	一律採網路報名，請至超商繳費。	一律採網路報名，請至超商繳費。	一律採網路報名，請至超商繳費。
物資領取方式	(1)親自領取報到 (2)郵寄報到	(1)親自領取報到 (2)郵寄報到	(1)親自領取報到 (2)郵寄報到	(1)親自領取報到 (2)郵寄報到
限時	6.5小時	3.5小時	2小時	1.5小時
起跑時間	06:00	6:20	6:30	6:40

報到物品	大會紀念衫、晶片、號碼布(含蘇維拉、雲水溫泉、巴巴坑道參觀券)	大會紀念衫、晶片、號碼布(含蘇維拉、雲水溫泉、巴巴坑道參觀券)	大會紀念衫、晶片、號碼布(含蘇維拉、雲水溫泉、巴巴坑道參觀券)	大會紀念衫、號碼布(含蘇維拉、雲水溫泉、巴巴坑道參觀券)
完賽獎勵	1.南庄苦茶子洗潔精 2.南庄有機紅棗木耳露 3.南庄好水一瓶 4.獎牌 5.成績證書 6.終點餐盒 7.紀念毛巾	1.南庄苦茶子洗潔精 2.南庄有機紅棗木耳露 3.南庄好水一瓶 4.獎牌 5.成績證書 6.終點餐盒 7.紀念毛巾	1.南庄苦茶子洗潔精 2.南庄有機紅棗木耳露 3.南庄好水一瓶 4.獎牌 5.成績證書 6.終點餐盒 7.紀念毛巾	1.南庄有機紅棗木耳露 2.南庄好水一瓶 3.獎牌 4.成績證書 5.完賽點心

八、賽事路線

- 活動路線
 - 全程馬拉松組(42KM)
南庄鄉公有停車場(起點) → 苗 124 線 → 左轉苗 124 乙線 → 左轉台三線(獅潭方向) → 台三線永興國小 (原路折返)
 - 半程馬拉松組(21KM)
南庄鄉公有停車場(起點) → 苗 124 線 → 左轉苗 124 乙線 → 南庄田野門市 7-11 (原路折返)
 - 悠游組(10KM)
南庄鄉公有停車場(起點) → 苗 124 線 → 左轉苗 124 乙線 → 田美攔河堰折返 (原路折返)
 - 休閒組(4KM)
南庄鄉公有停車場(起點) → 苗 124 線 → 烏蛇嘴 (原路折返)
- 各路段管制時間暨關門時間

路段	管制時間	關門時間 (需配合主辦單位上收容車)
124 線 (中山路- 桂竹林段)	06:00 ~ 12:00	12:00
124 乙線 (南庄農夫市集- 桂竹林段)	06:00 ~ 12:00	12:00
台三線 (100K 至 125K 處)	06:30 ~ 10:30	10:30

九、活動流程

時間	內容	地點
04:30	選手寄物與集合選手進行寄物	南庄鄉公有停車場
05:45	活動開場、活動說明、大會暖身操	南庄鄉公有停車場

06:00	全馬組起跑	南庄鄉公有停車場
06:05	活動開場貴賓致詞及活動說明	南庄鄉公有停車場
06:20	半馬組鳴槍出發	南庄鄉公有停車場
06:30	悠遊組鳴槍出發	南庄鄉公有停車場
06:40	休閒組鳴槍出發	南庄鄉公有停車場
08:00~	舞台活動頒獎典禮開始~	南庄鄉公有停車場
10:00	主會場頒獎暨舞台表演節目	南庄遊客中心(主會場)
11:00	甜柿品嚐活動(限量)	南庄遊客中心(主會場)
14:00	桂竹筍雞湯品嚐活動(限量)	南庄遊客中心(主會場)

十、報名辦法

- 報名日期：111 年 4 月 1 日 00 時起至 8 月 31 日 24 時止
- 報名網站：[伊貝特報名網](#)
- 繳費方式：請依報名網站之繳費流程操作繳費。
- 報名手續完成者（即繳費完成後），不論任何理由皆不得要求更換人名及賽事項目。
- 紀念衫尺寸對照表：如遇尺寸短缺，大會有權以其他尺寸替換。

尺寸/公分	12 號	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
胸圍	40	45	48	50	53	56	58	61
衣長	51	59	63	66	69	73	76	78
肩寬	33	39	40	42	45	47	48	52



十一、項目分組暨獎勵辦法

- 悠遊組-依照性別分組男女總成績前五名頒發手工獎牌，並取分組頒發手工獎牌(半馬全馬相同)。

組別	年齡
----	----

男 1 組	大專以上(民國 92 年次以前)
男 2 組	國高中級(民國 98-93 年次)
男 3 組	國小(含)以下(民國 99 年次以後)
女 1 組	大專以上(民國 92 年次以前)
女 2 組	國高中級(民國 98-93 年次)
女 3 組	國小(含)以下(民國 99 年次以後)

- 半馬組-男女總成績前十名頒發獎盃與獎品，並取分組頒發獎座。

組別	年齡
男 A 組	男 60 歲以上(民國 51 年次以前)
男 B 組	男 55~59 歲(民國 52~56 年次)
男 C 組	男 50~54 歲(民國 57~61 年次)
男 D 組	男 45~49 歲(民國 62~66 年次)
男 E 組	男 40~44 歲(民國 67~71 年次)
男 F 組	男 35~39 歲(民國 72~76 年次)
男 G 組	男 30~34 歲(民國 77~81 年次)
男 H 組	男 25~29 歲(民國 82~86 年次)
男 I 組	男 20~24 歲(民國 87~91 年次)
男 J 組	男 19 歲(含)以下(民國 92 年次以後)
女 A 組	女 50 歲以上(民國 61 年次以前)
女 B 組	女 40~49 歲(民國 62~71 年次)
女 C 組	女 30~39 歲(民國 72~81 年次)
女 D 組	女 20~29 歲(民國 82~91 年次)
女 E 組	女 19 歲(含)以下(民國 92 年次以後)

- 全馬組-男女總成績前十名頒發獎盃與獎品，並取分組頒發獎座。

組別	年齡
男 A 組	男 60 歲以上(民國 51 年次以前)
男 B 組	男 55~59 歲(民國 52~56 年次)
男 C 組	男 50~54 歲(民國 57~61 年次)
男 D 組	男 45~49 歲(民國 62~66 年次)
男 E 組	男 40~44 歲(民國 67~71 年次)
男 F 組	男 35~39 歲(民國 72~76 年次)
男 G 組	男 30~34 歲(民國 77~81 年次)
男 H 組	男 25~29 歲(民國 82~86 年次)
男 I 組	男 20~24 歲(民國 87~91 年次)
男 J 組	男 19 歲(含)以下(民國 92 年次以後)

女 A 組	女 50 歲以上(民國 61 年次以前)
女 B 組	女 40~49 歲(民國 62~71 年次)
女 C 組	女 30~39 歲(民國 72~81 年次)
女 D 組	女 20~29 歲(民國 82~91 年次)
女 E 組	女 19 歲(含)以下(民國 92 年次以後)

- 分組名次人數及獎項：

各組人數	錄取人數
1~10 人	1 名
11~50 人以下	3 名
51-100 人	5 名
101-200 人	10 名
201~300 人	12 名
301 人以上	每增加 100 人多錄取 1 人

十二、賽事物品領取方式

本年度採取報到方式有(1)親自領取報到 (2)郵寄報到

- 親自領取報到
 - 可至下列地點領取報到物資
 - 南庄鄉農會展售中心
 - 活動日前親自領報到免收郵資，請依照各地點領取物資發放時間領取物資
活動當日現場親領物資，依報名人數收取郵資。(1-2 人 100 元，3-5 人 220 元...)
 - 時間:111 年 10 月 25 日-10 月 29 日(上午 9 時到下午 5 時)
報名者憑繳費成功之訂單編號領取物資，委託他人代領者，可請受委託人告知訂單編號即可代理領取，惟受託者需出示證件以備查驗
 - 地點:南庄鄉農會展售中心(353 苗栗縣南庄鄉中正路 195 號)電話:0374-824156 發放時間:09:00-17:00
- 因故無法親自領取又無委託他人代領者，導致選手無法參賽，主辦單位會將不再另行補發，物品請於賽後 1 星期內 11 月 1 日~11 月 7 日上班時間(上午 9 點到下午 5 點)至南庄鄉 農會展售中心(353 苗栗縣南庄鄉中正路 195 號)領取，逾期視同放棄，大會將不予於保留。
- 郵寄報到
 - 採用郵寄代理報到，物資將於一周前寄送，郵資隨報名費用一同繳納。
報到物資以黑貓宅急便寄送，郵資如下：

人數	1-2 人	3-5 人	6-10 人	11-20 人	21-30 人	31 人以上
郵資(新台幣)	100 元	220 元	320 元	420 元	520 元	620 元

- 郵寄地址限台灣國內，請務必填寫正確且完整的收件人姓名及地址，如因填寫錯誤導致未收到報到物資，報名者自行負責。

十三、選手接駁專車：竹南火車站(西站)、苗栗客運頭份站往返南庄鄉公所會場

(一) 車資：(含來回雙程)每人 150 元(欲搭乘接駁專車者車資連同報名費一起繳交)。

(二) 班次：去程約 5：00 開始，於竹南火車站前站發車，經苗栗客運頭份站。回程班車預計 11:00 開始出發，火車站距會場車程 50 分鐘左右。

去程出發時間

(往南庄鄉公所) 返程出發時間

(往竹南火車站)

竹南:竹南火車站(前站) 05:00-05:05 11:00

開始出發(苗栗客運南庄站)

頭份:苗栗客運頭份站 05:30-05:35

竹南火車站地址: 竹南鎮中山路 166 號

苗栗客運頭份站地址:苗栗縣頭份市中正路 206 號

苗栗客運南庄站地址: 苗栗縣南庄鄉民生街 1 號

十四、退費

- 報名截止前，欲退費者，請至聯絡伊貝特資訊公司聯繫，每筆訂單扣除匯費新台幣 100 元後全額退費，報名截止後不得因個人因素辦理退費
- 報名截止後，因特殊之情形取消活動，主辦單位得於酌收休閒組相關物資費用 100 元其他組別酌收 200 元整，寄還所印物資(衣服、毛巾、號碼布等)並退還報名費之餘款。
- 下列特殊情形 1.天然或人為災害(包含新冠疫情)。2.交通中斷。3.兵役或點閱、教育召集。4. 重大傷病或妊娠。5.配偶或參與者之一親等內親屬喪葬依下述辦法辦理退費。

十五、注意事項

衣物保管：大會將於上午 5 時起至 12 時止接受衣物保管，請選手將保管之衣物一律放置於袋中，衣物保管卡置放於袋外。賽後憑號碼布領取衣物保管袋，貴重物品請自行保管切勿放入衣物保管袋中，若有遺失概不負責。

十六、完賽程序

- 參賽選手必須在起跑點處起跑，依規定路線跑至折返點後依規定路線跑回終點。
- 參賽選手於時限內至終點，憑號碼布領取完賽禮品乙份。
- 主辦單位準備之完賽獎牌及完賽禮品需於下午 1 時前兌換完畢，逾時主辦單位有權不予兌換。

十七、安全事項

- 賽前如遇不可抗力之災害，大會以選手安全為考量，有權決定是否取消、擇期比賽或改用其他替代路線，選手不得異議。
- 裁判、醫護人員或交管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，選手不得異議。
- 為維持賽事秩序及品質，大會有權將未報名參賽之人士隔離賽道。

十八、犯規罰則

凡違反下列規定者，取消比賽資格並公布於「南庄山水悠遊行」Facebook 粉絲專頁。

- 報名資料與選手實際資料不符者，例如代跑等。
- 將號碼布佩帶在胸前或無佩帶號碼布。
- 借助他人幫助而獲利者，例如乘車、扶持...等。
- 違反運動精神與道德者，例如打架、辱罵大會工作人員、裸體跑步...等。

十九、申訴

- 比賽爭議：比賽中選手不得當下質詢裁判，若與田徑規則有同等意義之註明者，均以裁判為準，不得提出申訴。
- 申訴程序：有關比賽所發生的爭議，須於成績公佈 20 分鐘內，向競賽組提出，同時繳保證金新台幣 1,000 元，由競賽組簽收收執聯；所有申訴以仲裁委員會之判決為終決，判決無誤得沒收其保證金。

二十、公共意外責任保險

- 大會為本賽事針對參賽選手於賽事期間投保每人新台幣 500 萬元之公共意外責任保險。（所有細節依投保公司之保險契約為準）
- 公共意外責任保險承保範圍：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。
 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所內發生之意外事故。
 2. 被保險人營業處所之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。
- 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、心臟病、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。賽事當天會場將由大會提供必要之緊急醫療救護，對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外責任保險只承擔因意外所受之傷害理賠。
- 選手如本身疾患跟第三項所述之疾病之病史，選手務必慎重考慮自身健康狀況與安全，並自行加保個人人身醫療與意外保險。大會不為選手進行任何賽前健康評估與檢查，由選手自行承擔參賽風險。

二十一、特定活動傷害險

- 跑者除公共意外險外可加購特定活動傷害險。
- 承保範圍：被保險人於本契約有效期間內，因從事路跑、馬拉松遭受(附表)約定之特定事故或意外傷害事故，致其身體蒙受傷害而需醫療或因而致失能或死亡時，本公司依照本契約的約定，給付保險金。
- 可享下列保障
 1. 意外身故及失能保險金
因路跑活動導致死亡、失能時，給付意外身故或失能保險金。(未滿 15 足歲僅有失能給付)

2. 意外傷害醫療保險金

因路跑活動導致中暑、熱暈厥、熱衰竭等實際傷害醫療費用。

- 承保範圍：被保險人於本契約有效期間內，因從事路跑、馬拉松遭受(附表)約定之特定事故或意外傷害事故，致其身體蒙受傷害而需醫療或因而致失能或死亡時，本公司依照本契約的約定，給付保險金

保險內容	方案 1 超過 15 足歲	方案 1 未滿 15 足歲	方案 2 超過 15 足歲	方案 2 未滿 15 足歲
意外身故、 失能 (NT\$) (未滿 15 足歲 僅有失能)	50 萬	50 萬	100 萬	100 萬
實支實付 醫療保險金 (NT\$)	3 萬	3 萬	10 萬	10 萬

- 投保限制：
 1. 投保年齡 15 足歲-74 足歲
 2. 外籍人士及 75 歲足歲以上，限保方案 1
 3. 疾病所致身故或失能不予給付。
 4. 意外醫療保險金除意外導致之事故，條款(附表)之特定事故均在給付範圍內。
 5. 被保險人非全民健康保險之保險對象身分診療，或前往不具有全民健康保險之醫院或診所診療者，致其醫療費用未經全民健康保險給付，本公司依被保險人實際支付費用之 70% 給付。
 6. 詳細說明請參閱「明台產物 團體特定活動傷害保險」之保障。
 7. 若被保險之跑者有事故發生，該意外符合投保範圍者，其身故保險受益人以“法定繼承人”為限。
- 特定事故表：

ICD 編碼	名稱
071	狂犬病
370.24	光害性角膜炎(電焊眼、雪盲)
991	溫度降低之影響
991.0	面部凍傷
991.1	手凍傷
991.2	足凍傷
991.3	其他凍傷
991.4	足浸病(戰壕足)
991.5	凍瘡
991.6	溫度過低(低體溫、失溫)
991.8	溫度降低之其他特定影響

991.9	溫度降低之影響
992	熱及光之影響
992.0	中暑
992.1	熱暈厥
992.2	熱痙攣
992.3	缺水性中熱衰竭
992.4	鹽分缺乏所致之中熱衰竭
992.5	中熱衰竭
992.6	暫時性熱疲勞
992.7	熱水腫
992.8	其他特定之熱影響
992.9	熱及光之影響
993	氣壓之影響
993.0	耳的氣壓傷
993.1	鼻竇氣壓傷
993.2	高空所致之其他影響
993.3	潛水夫病
993.4	爆炸所致氣壓之影響
993.8	氣壓之其他特定影響
993.9	氣壓之影響

二十二、大會免責聲明

選手因任何原因受傷、財物損失或死亡皆不得向指導單位、主辦單位及協辦單位要求任何形式之賠償。

二十三、個人資料保護法

大會有權將此項賽事之錄影、相片及成績於世界各地播放、展出、登錄於相關網站與刊物上暨參賽選手必須同意肖像與成績，用於相關之宣傳與播放活動上。

選手一旦報名，視同同意本競賽規程所有規定。競賽規程如有未盡事宜，得由主辦單位修正公佈之。若各界有任何建議歡迎至「[南庄山水悠遊行](#)」Facebook 粉絲專頁交流。