

NO	選手姓名	組別	競賽項目	隊名

天利盃 2016 宜蘭鐵人三項錦標

選手參賽通知單 (報到時請攜帶本通知，節省時間<代辦亦同>)

- 全程及全程接力 報到時間：9月2日(星期五) 16:00~18:00
 補報到時間：9月3日(星期六) 07:00~08:00
 菁英組驗車時間：07:30~08:00
 開賽時間：10:00
- 半程及半程接力 報到時間：9月3日(星期六)15:00~18:00
 補報到時間：9月4日(星期日)06:15~07:15
 開賽時間：08:00
- 報到地點：宜蘭縣冬山鄉梅花湖轉換區旁
- 注意事項：
 1. 選手有義務在賽前瞭解路線、路況及相關規定，注意自身安全並維護他人安全，如因個人過失造成他人傷亡或損害時，仍須負法律責任與賠償責任。
 2. 請自備鐵人服(或泳衣)、泳鏡、自由車、水壺(車架上不可使用礦泉水瓶)、安全帽、跑鞋等比賽裝備，比賽時必須使用大會提供之泳帽(各梯次顏色不同)。
 3. 報到流程：①報到(分團體、個人)領取參賽物資②車貼、帽貼貼好③將自由車放至轉換區④至開幕舞台前檢錄(書寫選手編號[上臂請勿塗抹防曬油])⑤按下水梯次下水。
 4. 全程及全程接力→游泳2圈(晶片感應)→自由車2趟(晶片感應)→路跑4圈(信物3個)
 半程及半程接力→游泳1圈(晶片感應)→自由車1趟(晶片感應)→路跑2圈(信物1個)
 5. 比賽使用ITU認可之競賽計時專用晶片，報到時每人暫繳1,000元「晶片押金」，賽後於終點「晶片退費區」將晶片(含束帶，如缺少則酌收工本費200元)繳回及領回押金。**遺失晶片者須照價賠償新台幣壹仟元正。**
 6. 下水後，前50公尺必須使用捷泳(自由式)前進，禁用蛙式。
 7. 浮標組 選手為最後一梯次下水，不可提前下水，否則取消資格。(魚雷浮標請自備)
 8. 轉換區進出皆登記管制，確保選手愛車的安全，請憑「號碼布」依照「領車時間」取車，比賽未結束禁止取車。比賽期間大會及警方盡力保護選手比賽用車，但如遭竊難補償，若有需要請自行投保失竊險。
 9. 競賽時，禁用MP3、耳機等，並請保持警覺，注意路況、車輛、人員、動物以策安全。
 10. 選手請衡量自身體能狀況，量力而為，活動前一日應充足睡眠，建議賽前至少2小時用餐，現場只能做必要緊急醫療救護，若選手有疾患引起之病症，不在保險範圍內。大會保險均以「公共意外」所受之傷害做承保範圍理賠，本次活動為每位選手投保新台幣300萬元之「公共意外險」。
 - ☞ 選手如需較高之保障請自行加保。
 - ☞ 大會負責傷後理賠作業，協助選手申請保險理賠，但無法提供傷害補償金或慰問金。
 備註：特別不保事項 (請參閱競賽規程)
 11. 為維護選手安全及競賽品質，將依照時限關賽，請加強練習，提升實力，享受比賽樂趣。

全程賽及全程接力賽：「游泳」最後一梯下水後，限時60分鐘完成、「自由車」限時100分鐘完成、「路跑」限時80分鐘完成，合計4小時完成比賽。

半程賽及半程接力賽：「游泳」最後一梯下水後，限時30分鐘完成、「自由車」限時60分鐘完成、「路跑」限時40分鐘完成，合計2小時10分完成比賽。

12. 頒獎典禮備有豐富摸彩獎品，請選手踴躍參加，當天活動結束前憑券兌換。

※請尊重贊助商熱情支持，並維護賽會品質，請勿販售獎品，如有違反，廠商保留後續追究權利。

■ 活動流程：**請參閱網站公告**

■ 交通事項：請參閱交通路線圖

1. 選手完成報到及熟悉場地後，敬請儘速開車離開，以便其他選手停車辦理報到。

2. 相關資訊請查詢：

<http://www.lanyangnet.com.tw/ilpoint/ds04/index.asp?url=link3.htm>

交通路線圖

