



選手參賽通知單

(報到時請攜帶本通知單，節省時間)

選手 編號	賽 程	組 別	選 手 (游泳·自由車·路跑)

選手參賽須知

流程表

10月6日(五)

16 : 00 - 18 : 00 : 標準組選手報到
(宜蘭縣冬山鄉得安村環湖路1號)

10月7日(六)

10 : 00 - 12 : 00 : 標準組補辦報到
11 : 00 - 12 : 00 : 菁英組補驗車
(未通過者不得參賽/非菁英組免驗車)
11 : 00 - 12 : 30 : 標準組放車(轉換區)
11 : 45 - 12 : 45 : 標準組檢錄(大會舞台前)
12 : 45 : 開幕式暨競賽說明
13 : 00 : 標準賽開賽
13 : 30 : 標準接力賽開賽
14 : 00 - 14 : 30 : **特搜『天利』LOGO 集點趣**
15 : 10 - 16 : 40 : 選手抵達終點
15 : 30 - 17 : 00 : 領車
(可視情況，由裁判長宣布調整時間)
16 : 30 : 頒獎暨摸彩
16 : 00 - 18 : 00 : 半程選手報到
(宜蘭縣冬山鄉得安村環湖路1號)

流程表

10月8日(日)

06 : 15 - 07 : 15 : 半程組補辦報到
06 : 30 - 07 : 30 : 半程組賽選手放車
06 : 45 - 07 : 45 : 半程組賽選手檢錄
07 : 45 : 開幕式暨競賽說明
08 : 00 : 半程賽開賽
08 : 16 : 半程接力賽開賽
08 : 30 - 09 : 30 : **特搜『天利』LOGO 集點趣**
09 : 10 - 10 : 40 : 選手抵達終點
10 : 30 - 11 : 30 : 領車
(可視情況，由裁判長宣布調整時間)
11 : 00 : 頒獎暨摸彩

晶片

領取晶片 : 請選手進入**轉換區內放自由車時**
領取晶片，晶片不可代領

歸還晶片 : 選手憑晶片及號碼布至轉換區領車離場

遺失晶片 : 選手如遺失晶片或未歸還請至服務組繳交1000元工本費，憑繳費單據領車離場。

轉換區

轉換區功能為預先放置自由車與跑步裝備。
為確保比賽秩序與安全，轉換區限選手進出。
比賽開始轉換區即禁止出入，請選手將比賽用品隨身帶妥。

轉換區未到開放時間不能領車，選手請預作安排，保留彈性時間。

請憑「號碼布」依照「領車時間」取車並歸還晶片。

轉換區內工作人員及警方會盡力保護安全，但選手自由車如遭竊歉難補償，若有需要請自行投保「失竊險」。

逾時未領車，大會不負保管責任。

轉換區規則

- 1.進(出)轉換區前(後)，須在下(上)車線前下(上)車，並牽車進(出)入，違者罰秒。
- 2.安全帽帽扣務必緊扣，違者罰秒。
- 3.阻礙其他選手比賽者罰秒。

賽前準備事項



晶片：
緊緊於左腳踝，以晶片作交接，如圖⑤

游泳：

檢錄時由裁判於上臂書寫號碼。如圖①
(未寫號碼之前請勿塗抹防曬油)

並且配戴大會提供之泳帽(各梯次顏色不同)。

自由車：

帽貼 ×2張→貼於安全帽兩側，如圖②

車貼 ×2張→貼於自由車車架「橫管」或「座管」對貼，如圖③

路跑：

號碼布 ×1片→於路跑賽段時別在上衣胸前。如圖④

游泳

游泳速度較慢的選手，請於該梯次最後下水。
如身體不適或體力不支，請立即脫下泳帽揮動並呼叫

救生員救起之接力選手(即棄賽)待等到最後一位選手上岸後，方可交接繼續比賽(不計算成績)。

游泳規則

- ①.下水後，前50公尺必須使用捷泳(自由式)前進，禁用蛙式以保障選手安全。
- ②.水溫22°C以下才可穿著防寒衣。
- ③.浮標組選手不可提前下水，違者取消資格，且事後不得追補成績(浮標請自備)。
浮標為救生工具，禁止抱著浮標踢水前進，否則裁判可視情況制止選手繼續比賽。
- ④.不得穿戴任何助游之裝備。
- ⑤.違規穿越水道線者取消資格。

自由車

水壺架禁止放置礦泉水瓶

過彎務必放慢速度且不得超越中心線。

若車輛損壞，不能騎行時，選手可在不受外力協助下，推車或扛車回到轉換區。

** 貼心提醒

選手攜帶自由車搭乘台鐵規定 **必讀！！**

以免產生爭執及加收票價

<http://www.railway.gov.tw/tw/cp.aspx?sn=3722>

自由車規則

1. 禁止選手騎乘 U bike 參加
2. 超車時應保持右側 1.5 公尺以上間隔，迅速超越，在 15 秒內無法超越者，應自動回復原位，不得平行；被超越者不得以蛇行阻礙他人超越。
3. 自由車賽段禁止跟車

跑步

所有競賽項目禁用 MP3、耳機等。

選手由大會設立之供水站及醫療站提供支援，禁止伴游、伴騎、伴跑或私下提供選手食物、飲料，亦不得觸摸他人之自由車或用具。

不得裸露上身或拉下比賽服上半部，否則取消資格。

如選手明顯不適合參賽，基於安全考量，大會
有權終止參賽資格。

接力組

各組選手須於轉換區內之接力區，以晶片進行交接。

棄權或被判喪失資格之接力選手，待最後一位
選手上岸後，方可繼續比賽(不計算成績)。

接力規則

未於接力區內完成接力者罰秒。

棄賽

棄權或被判喪失資格之選手，雖然體能復原或情況好轉，均不得繼續比賽，並須主動繳交晶片至大會服務組。

** 請有需求選手提前洽電詢問(商

租車資訊

大路易租車站-蔡先生

0925-550279

0922-521498

梅花湖協力車出租-曹先生

039-510003

蕙米腳踏車出租-鐘小姐

0937-163386

03-9513293

有需求之選手請提前與店家連繫

相關活動訊息

請密切聯絡官方粉絲動態

1. [中華民國鐵人三項運動協會官網](http://www.ctta.org.tw)

<http://www.ctta.org.tw/front/bin/home.phtml>

2. [Facebook](https://www.facebook.com/ctta99/)

<https://www.facebook.com/ctta99/?ref=bookmarks>



活動一：

特搜『天利』LOGO 集點趣

凡於天利盃宜蘭梅花湖鐵人三項錦標賽主舞台背板及週邊行動活動看板，持行動裝置下載**特搜『天利』LOGO 集點趣**專屬 AR 擴增實境 APP，將鏡頭對準 AR 擴增實境辨識圖，即可開始集點任務。

在指定時間內，蒐集完成 3 個不同『天利』LOGO 圖樣，即可獲得精美小禮物。

遊戲活動時間：

10/7： 14:00 – 14:30

10/8： 08:30 – 09:00

遊戲活動步驟：

Step1. 掃描 QR Code OR，下載專 APP

特搜『天利』LOGO 集點趣

Android

iso



掃描完後 APP 圖案



Step2. 啟動 APP，將 AR 辨識鏡頭對準主舞台活動背板 LOGO

Step3. 蒐集完成 3 個不同『天利』LOGO 圖樣

活動二：

『天利最讚』活動拍照 (現場備有拍照小道具)

Step 1：掃描 QR Code OR，下載專屬 APP

Step 2：啟動 APP，將 AR 辨識鏡頭對準活動看板上的『天利』LOGO

Step 3：讀取後便會出現活動拍照框

Step 4：拍照完後，並上傳臉書分享，即可兌換精美小禮物