

2019 年基隆外木山海上長泳活動簡章

壹、目的：

- 一、提倡全民運動風氣，展現海洋城市特色，鼓勵民眾親近海洋，落實運動融入海洋，達到提升國民生活品質為目標。
- 二、將基隆市觀光休閒、農漁產業及運動競技相結合，使本項活動成為具有地方特色的休閒活動，為本市觀光、產業及體育注入新活力，帶動地方繁榮。

貳、指導單位：行政院教育部體育署

參、主辦單位：基隆市政府

肆、承辦單位：基隆市立中山高級中學

伍、協辦單位：

基隆市議會、行政院海洋委員會海巡署艦隊分署第一海巡隊、行政院海洋委員會海巡署北部分署第二岸巡隊、台灣電力股份有限公司協和發電廠、交通部觀光局北海岸及觀音山國家風景區管理處、基隆市體育會、海興游泳協會、基隆市義勇消防總隊、基隆市紅十字會兩港救生隊、基隆市水上救生安全協會、基隆市中山區協和里辦公處、基隆市安樂區內寮里辦公處、協安宮管理委員會、基隆市政府教育處、基隆市政府產業發展處、基隆市政府交通旅遊處、基隆市政府行政處、基隆市政府民政處、基隆市政府工務處、基隆市警察局、基隆市消防局、基隆市衛生局、基隆市環境保護局、基隆市文化局、基隆市公共汽車管理處、基隆市中山區公所、基隆市安樂區公所、基隆市暖暖區公所、基隆市仁愛區公所、基隆市中正區公所、基隆市七堵區公所、基隆市信義區公所、基隆市立德和國民小學。

陸、實施內容：

- 一、日期：中華民國 108 年 5 月 26 日（星期日）上午 06：00～13：00
- 二、地點：基隆市外木山（木山澳仔）漁港→基隆市大武崙（澳底）漁港，
全程約 3200 公尺。

三、參加資格：

凡國內外愛好海泳，年滿十歲(民國 98 年 5 月 25 日(含)前出生)以上身體健康，具有長泳能力者，以機關團體、社團為單位團體報名，未滿二十歲需附家長或監護人同意書（如附件一），並由報名單位指派具有救生技術能力之成年人全程陪同負責安全。

四、報名方式：

- （一）自 108 年 4 月 8 日(星期一) 12:00 起至 108 年 4 月 22 日(星期一)20:00 止。一律使用網路報名，網址 <http://www.kl2019.tw/>

- (二) 人數：僅接受團體報名（請以社團或機關團體為單位報名）每一團體最少三人始得報名，下水時每三人為一組。基於安全考量，當報名人數達 3000 人時則立即停止受理報名作業。大會隨時於報名網站公告受理報名人數。
- (三) 費用：報名費為每人繳交新台幣 600 元整，身障人士每人繳交新台幣 300 元整。請於 108 年 4 月 30 日(星期二)前使用網路列印繳費單繳費，若未於期限內完成繳費視同放棄報名資格。報名費用含團體意外保險費、午餐便當及礦泉水、紀念品等。
- (四) 注意事項：報名手續完成後，請將大會留存收據聯、海泳能力及健康保證書(附件一)、未滿二十歲參加者之家長或監護人同意書(附件二)寄回中山高中學務處；地址(203)基隆市中山區文化路 162 號，電話:02-24248191 轉 29。

五、活動內容：

(一) 活動流程：

2019 年基隆外木山海上長泳活動行程表		
中華民國 108 年 5 月 26 日(日)		
時 間	活動內容	備 註
06：30～ 07：30	報 到	採團體報到，領取參加證及紀念品等
07：30～ 08：00	開幕典禮	外木山
08：00～ 09：00	鳴槍下水	依報名順序分梯次下水
09：00～ 11：30	完成挑戰	頒發完成挑戰證書及泳渡獎章
11：30～ 15：30	場地復原	
15：30～ 17：30	賦 歸	

(二) 活動規則：

- 1、檢錄：下水前請依從大會規定至檢錄處報到，以團體為單位領取個人電子感應裝置，並依大會編配編號佩帶。未到或不下水人員之電子感應裝置請務必歸還大會，以利掌控人員下水上岸之安全。
- 2、下水順序及必備物品：
 - (1) 除身障人士外，依各團體報名順序分批下水。
 - (2) 參加人員需帶大會發給之識別泳帽及佩帶個人電子感應裝置，並需自備救生安全器材（魚雷浮標或浮板等）始可下水；為維護秩序及安全，未戴識別泳帽及救生安全器材者不准下水。
 - (3) 各單位在活動前應編組，並備哨子供緊急狀況使用。
 - (4) 上岸時，請立即將個人電子感應裝置交回大會工作人員，各參加隊伍應盡速清查人數，以團體為單位領取挑戰證書。

(三) 注意事項：

- 1、參加本活動之身障人士 7:45 先行下水。
- 2、本活動非競賽性質，請以輕鬆心情游完全程，抱持健康休閒，快樂心情，親近海洋。
- 3、長泳進行中如感身體不適，請勿慌張，可藉助個人浮具歇息，並脫帽或請隊友吹哨子求救，以便大會救生人員即時救援。
- 4、活動當天依順序分梯次全部下水後即進行清場，落單選手及所有人不得再下水。
- 5、活動地點偶爾有小水母出沒，請盡量穿著水母衣或相關衣著。
- 6、各單位人員全體游畢後，請確實清點人數，始向大會領取完成證書。
- 7、所有參加者應於上午 11 時前上岸，逾時之人員則由海上維安單位載送至岸上，以維護活動品質。
- 8、活動當日若遇有颱風警報、海象不佳，或特殊狀況時，活動取消，紀念品等另行郵寄。

2019 年基隆外木山海上長泳活動 海泳能力及健康保證切結書

茲切結證明本單位 _____，計 _____ 人參加 2019 年基隆外木山海上長泳活動，均具備海泳 3200 公尺以上之能力且其健康狀況良好，參加活動期間，成員之海泳能力與健康情形，均由本單位全權負責，特此切結。

此致

基隆市立中山高級中學

切結單位： _____ (戳記)

負責人： _____ (簽名蓋章)

中華民國 108 年 _____ 月 _____ 日

※ 參加人員閱畢本保證書後請簽名 (人數超過時，請以粘貼方式附於本表)

※本切結書請以正楷工整書寫並於 108 年 4 月 30 日前連同報名費大會留存收據聯、未滿 20 歲參加者之家長同意書等，逕寄 (掛號) 至基隆市立中山高級中學 (基隆市中山區文化路 162 號) 學生事務處收。

2019 年基隆外木山海上長泳活動

未滿二十歲參加者家長同意書

茲同意切結人之子弟 參加 2019 年基隆外
木山海上長泳活動，並保證具有海上長泳能力且健康狀況良
好。

如因能力及健康問題而發生任何事故，均由切結人自行
負責，特此切結。此致

基隆市立中山高級中學

切 結 人：

(簽名蓋章)

身分證字號：

詳細地址：

聯絡電話：

中 華 民 國 108 年 月 日