

# 103 年臺北市週末田徑自我挑戰賽競賽規程

## 一、主 旨：

提倡本市各級學校田徑運動風氣，以增進學生身心健康，提昇田徑運動技能，進而培養優秀選手為本市爭光。

另為鼓勵市民踴躍參與運動，首次開放 30 歲至 44 歲—自我挑戰組，歡迎民眾免費參加，活動訂於 3 月 15 日、5 月 11 日、7 月 26 日、8 月 23 日、11 月 22 日及 12 月 20 日分 6 梯次於臺北田徑場舉行。

二、指導單位：臺北市政府體育局。

三、承辦單位：臺北市體育總會田徑協會。

四、比賽地點：臺北田徑場。

五、第五梯次比賽日期：103 年 12 月 20 日（星期六）。

六、第五梯次報名日期：12 月 4 日起至 12 月 15 日止。

七、報到時間：103 年 12 月 20 日上午 8 時。

八、報名方式：請上 <http://www.tmtfa.com.tw> 網站，點選線上報名輸入報名資料(免報名費)，報名完成後，請列印報名表並加蓋負責人章於 12 月 15 日前傳真:02-2711-5357，或郵寄以利查核。寄至:臺北市體育總會田徑協會、地址：(10688 臺北市大安區忠孝東路 4 段 166 號 13 樓)。

報名系統諮詢請至客服信箱:留下連絡方式，會以 E-mail 或電話回覆。

協會電話：方 璫 小姐 02-2711-2317、02-7729-7459。

九、參賽資格：凡本市及新竹縣以北學校之國小、國中、高中在籍學生及本市市民均可參加。

十、競賽分組：1. 國小女 2. 國小男 3. 國中女 4. 國中男 5. 高中女 6. 高中男  
7. 34 動動自我挑戰組(30 歲-44 歲)

## 十一、競賽項目：

組 別	項 目
國小女	跳高、跳遠、壘球擲遠、100 公尺、4x100 公尺。
國小男	跳高、跳遠、壘球擲遠、100 公尺、4x100 公尺。
國中女	跳高、跳遠、鉛球、鐵餅、標槍、100 公尺、400 公尺、1500 公尺、4x100 公尺。100 公尺跨欄。
國中男	跳高、跳遠、鉛球、鐵餅、標槍、100 公尺、400 公尺、1500 公尺、4x100 公尺。110 公尺跨欄。
高中女	跳高、跳遠、鉛球、鐵餅、標槍、100 公尺、400 公尺、1500 公尺、4x100 公尺。100 公尺跨欄。
高中男	跳高、跳遠、鉛球、鐵餅、標槍、100 公尺、400 公尺、1500 公尺、4x100 公尺。110 公尺跨欄。
34 動動自我挑戰組 (30 歲-44 歲)	跳遠、鉛球、鐵餅、100 公尺、200 公尺、400 公尺、800 公尺、1500 公尺、5000 公尺、110 公尺跨欄、100 公尺跨欄。

- 十二、參賽辦法：各級學校請以學校為單位，各單位每項報名人數不限，另 34 動動自我挑戰組採個人報名，每人報名項目亦不限。(不接受現場報名)
- 十三、競賽規則：採用中華民國田徑協會公佈之最新規則。
- 十四、本競賽規程及項目如有未盡事宜，大會得隨時更正之。
- 十五、活動每梯次報名日期及截止日期如下，若有任何疑問，請至臺北市體育總會田徑協會網站查詢。

梯 次	比賽日期	報名日期及截止日期
第 1 梯次	3 月 15 日	3 月 4 日起至 3 月 11 日止
第 2 梯次	5 月 11 日	4 月 24 日起至 5 月 6 日止
第 3 梯次	7 月 26 日	7 月 7 日起至 7 月 21 日止
第 4 梯次	8 月 23 日	8 月 6 日起至 8 月 19 日止
第 5 梯次	11 月 22 日	11 月 10 日起至 11 月 18 日止
第 6 梯次	12 月 20 日	12 月 4 日起至 12 月 15 日止