

一、活動地點：臺東市森林公園活水湖【全程2200公尺】

二、報名資格：

(一)凡國內人士，身心健康具備長泳能力者，限2人以上組隊參加。

(二)參加年齡8歲以上【民國105年10月20日前】至85歲以下【民國28年10月19日後】  
身體健康、無特殊疾病、具游泳能力者，未符合以上資格者，請勿報名參加。

(三)有心臟病、高血壓、氣喘、癲癇症、蜂窩性組織炎、心血管疾病等健康高風險者，  
請勿報名參加，以確保自身安全，若有違反其後果自負。

三、保險費：

報名參加選手，每人需於報名同時線上投保200萬之旅遊平安保險，未滿15歲及80歲  
以上按保險法規定辦理，保費依保險天數有所不同【保險內容依保險公司契約為準】。

四、選手之夜：採自由報名參加方式。

(一)選手每人600元。

(二)眷屬每人600元。

(三)素食者請於報名表上勾選。

五、選手之夜地點：【娜路彎大酒店】臺東市連航號路66號，報名參加人員，憑券入場。

## 六、活動方式：

- (一)依隊伍編號，按泳帽顏色(黃、藍、紅、白)依序由工作人員引導下水。
- (二)下水前請妥為編組，二人一組互相照應，並自備哨子以供緊急時使用。
- (三)泳者必戴大會提供之泳帽，並自備隨身救生器材浮具、魚雷浮標等。
- (四)無救生器材浮具、魚雷浮標等禁止下水。

## 七、注意事項：

- (一)本活動非競賽，應以休閒漫遊、樂活方式，欣賞臺東的湖光山色美景。
- (二)安全起見，大會可依水道泳者密度，調控下水流量及時間。
- (三)本活動，不受理個人或現場報名，參加選手務必自備救生浮具或魚雷浮標，請勿穿著蛙鞋及攜帶大型廣告物下水，避免打傷旁人。
- (四)活水湖下水、上岸處，較為狹窄，請依工作人指揮，不要慌張，爭先恐後、互相推擠、造成傷害。
- (五)活水湖兩岸皆有階梯可自行上岸，游泳中途如感身體不適，請勿慌張自備個人浮具歇息或由兩岸階梯上岸休息，若遇緊急狀況，並請脫帽揮手示意，或吹口哨，同組隊員或旁邊泳士，亦請協助通知大會救生員，即時救援。
- (六)活動當天09：00截止下水，11：00開始清場，參加選手全部上岸。
- (七)游畢後，各隊清點人數，由領隊至服務處簽署安全游畢，即可賦歸【為安全起見，請各領隊嚴格約束隊員，在未知全員安全上岸前，隊員切勿自行脫隊，不告而別】。
- (八)車輛請依大會規定路線地點進出停放，詳細路線規劃，將於報名網上公告。  
**(停車位置設於卑南溪防汛道兩旁路邊，其他路段違停將拖吊或開單告發)**
- (九)報到單於活動兩週前寄發，若搭乘遊覽車之隊伍，請於報名時填入遊覽車數量，以便大會同時寄發遊覽車通行證(小型車不須登記)。
- (十)退賽辦法：**113年8月20日前辦理退賽須扣20%、8月21~8月31日須扣40%報名手續費，9月1日起不受理退賽事宜，請報名者同意規範再行報名。**
- (十一)**更換選手：請於113年8月20日前，於報名網站辦理完畢8月21日後禁止更換選手。**
- (十二)停辦：如遇天然災害或不可抗拒之原因停辦時，由大會以選手安全為考量，相關權宜措施由大會決定，參加選手不得異議。以主辦單位中華民國成人游泳協會發布為準，本會將說明公告於網站，同時辦理退費事宜，紀念品及贈品寄到連絡人之地址，因身障選手、陪泳者及成人泳協會員、青少年選手報名時，已有優惠恕無法退費，一般選手則每人(扣除行政作業、活動物資設備費用、郵資)退費新台幣貳佰元整。
- (十三)如活動當天遇突發情況，地方政府宣布停班或遇不可抗力之天候災害，無法順利進行活動，恕不辦理退費，活動紀念品及贈品當場發放或寄到連絡人之地址。

- (十四)矽膠泳帽、紀念品、消費券、證書，選手之夜入場券〔需有登記繳費者才有〕，憑報到單辦理報到，於113年10月19日(星期六)14：00-18：00，至報到處：【娜路彎大酒店】臺東市連航號路66號領取。
- (十五)大會有權將活動影像畫面、照片作為活動後播出、行銷、展示、宣傳，選手必須同意肖像影像予大會無償使用。
- (十六)團體單位若搭乘遊覽車，請於報名時勾選大型車數量，以便大會寄發大型車通行證。
- (十七)大型遊覽車於大會規定上下車處，限於3分鐘內下車完畢後，駛離會場。
- (十八)游泳結束遊覽車接駁，需全員到齊於上車處，經大會管制員通報遊覽車才能進場接駁，限時3分鐘上車完畢，駛離會場。
- (十九)避免危險! 嚴禁臨停於中華大橋(橋上)下車至活動會場，違者將依交通違規開單。
- (二十)愛護地球、保持環境清潔，請選手垃圾不落地，隨手做環保。
- (二十一)本簡章若有未盡事宜，得由大會修正公布之，並以大會發布為準。

八、聯絡方式：台東市新成街31號 電話：0910-558922(活動執行長 林先生)  
傳真：089-231916 星期一至星期五〔08：30-17：30〕  
Email：lkc.a3299@msa.hinet.net

九、總會資訊：

中華民國成人游泳協會  
會址：台北市南港區忠孝東路六段295號  
電話：聯絡人 陳保雄 02-2651-5262#25  
E-mail：lisabella0201@gmail.com

十、承辦單位：

臺東縣超級鐵人三項協會  
會址：台東市新成街31號  
電話：089-224799  
傳真：089-228358

## 113年10月19日(星期六)時間活動內容

- 14 : 00-18 : 00 選手報到【娜路彎大酒店】臺東市連航號路66號
- 18 : 00 選手之夜開始進場
- 18 : 30 主席、來賓致詞
- 18 : 45 晚宴開始、娛興節目表演
- 21 : 00 晚宴結束

## 113年10月20日(星期日)【臺東森林公園活水湖】

- 06 : 00 工作人員集合
- 07 : 00 選手集合
- 07 : 30 大會開幕、主席、貴賓致詞
- 07 : 45 長泳安全相關說明
- 07 : 45 泳士熱身、身障泳士下水
- 08 : 00 開始依大會編號順序下水【按泳帽顏色】
- 09 : 00 截止下水時間
- 11 : 00 救生人員湖面清場
- 11 : 30 活動結束



指導單位：臺東縣政府、臺東縣議會。

主辦單位：中華民國成人游泳協會。

承辦單位：臺東縣超級鐵人三項協會

協辦單位：交通部觀光局東部海岸國家風景區管理處、交通部觀光局花東縱谷國家風景區管理處、經濟部水利署第八河川局、臺東縣交通及觀光發展處、臺東縣警察局、臺東縣環境保護局、臺東縣警局臺東分局、臺東市公所、成人泳協北區會、成人泳協桃竹苗區會、成人泳協中區會、成人泳協南區會、成人泳協東區會、私立公東高級工業職業學校、臺東縣水中運動訓練協會、臺東縣體育會四季晨泳委員會、關山鎮晨泳會、池上鄉晨泳會、富里鄉晨泳會、臺東縣城鄉生活運動協會、未來學校財團法人台東縣育仁高級中等學校。

贊助單位：娜路彎大酒店、凱旋星光大酒店、新萬仁化學製藥、馬克斯國際有限公司、藍天音響  
臺東縣印加果生產合作社。

