

# 第四届德清地理信息小镇长跑节报名通知

## 1. 组织机构

主办单位：莫干山高新技术产业开发区管委会

协办单位：德清县地理信息企业协会

浙江省北斗卫星应用产业协会

德清县地信小镇科技工作者学会

德清县地信小镇新社会阶层人士联谊会

德清县地理信息中心

承办单位：浙江跑神体育文化策划有限公司

## 2. 活动简介

德清地理信息小镇一年一度的长跑比赛已经来到了第四个年头。这一年，联合国地理信息大会在地信小镇召开，国际会议中心成为德清新地标，也将成为本次活动的起终点主会场。

于个人而言长跑能强身健体，突破自我极限，同时能加强小镇企业和各行业之间的联系，凝聚感情，提升小镇形象和精神风貌。长跑的精神不在于更快，也不在于更远，而在于它的持续性，一旦设定目标就不能半途而废，就像跑步贵在坚持一样把我们的小镇跑步比赛坚持办下去，把长跑精神传递下去。

## 3. 活动地点

德清国际会议中心跑步绿道

## 4. 活动时间

2019年1月12日 8:30-12:00

## 5. 报名方式及费用

现场报名：德清县云岫南路 611-2 号武汉大学技术转移中心 501

网上报名：发送报名表至 944926095@qq.com

报名费用：

团队组 200 元/组（4 人一组）

个人组及儿童组 50 元/人

## 6. 竞赛模式

### (1) 团队组

人数：4 人

距离：18KM（3KM\*6 圈，每人至少一圈）

规则：

团队组至少一名女性，无女性则团队完赛时间加时 7 分钟，关门时间 2 小时 05 分。

最终成绩按 4 个人总完赛时间进行排名。

团队报名时需提交队名、口号、一句话公司简介用于队旗制作及队伍介绍

团队报名时需明确队长人选，以方便组委会统一管理

允许至多两家公司员工联合组队

也允许个人报名团队组，由组委会组队

奖项设置：

团队前三名 每组奖励 800 元红包

团队 4-10 名 每组奖励 200 元红包

团队 10 名以后 每组奖励 40 元红包或等额小礼品

注：所有关门时间内完赛的团队才有奖励。

### (2) 个人组

距离：9KM（3KM\*3 圈）

规则：选手以个人形式参赛，按完赛时间排名，关门时间 1 小时 05 分。

奖项设置：

个人组男子前三名、女子前三名均奖励 200 元红包

个人组 4-10 名（不分男女）每人奖励 50 元红包

个人组 10 名以后（不分男女）每人奖励 10 元红包或等额小礼品

注：所有关门时间内完赛的选手才有奖励。

### (3) 儿童组

距离：3KM（1 圈）

规则：选手以个人形式参赛，完赛就有奖励，关门时间半小时。

奖项设置：

所有关门时间内完赛的小朋友均获得完赛奖品。

## 7. 赛程规则

(1) 赛事采用电子芯片打卡计时（手动计时辅助），终点设有打卡点，缺少打卡记录则团队成绩无效

(2) 比赛途中切勿破坏环境乱扔垃圾，发现者将被取消成绩

(3) 选手应遵守交通规则，注意来往车辆通行情况

(4) 选手请在比赛前 30 分钟内使用组委会提供的参赛包及行李牌进行存包，请勿寄存易碎

及贵重物品，若遗失损坏，组委会概不负责，赛后凭本人号码布领取行李，不得代领，请妥善保管号码布。

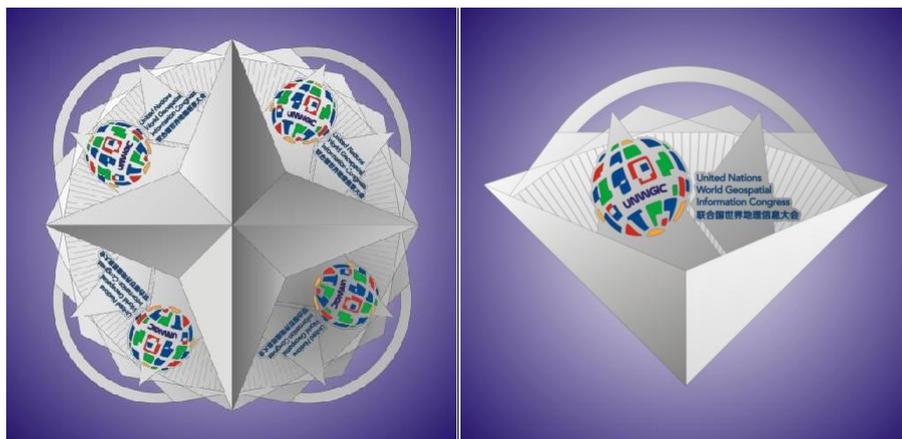
(5) 完赛选手或队伍在确认成绩有效后可获得奖励及奖杯，所有组别选手在完赛后颁发赛事纪念奖牌

## 8. 赛事信息

### (1) 活动路线



### (2) 完赛奖牌



赛事组委会为每位参赛选手准备了完赛奖牌，在选手完成比赛后，在主会场指定位置，凭号码布领取。

## 9. 参赛贴士

(1) 赛前提前食用早餐，推荐全麦面包、稀饭等易消化食物，不吃油腻及不消化的食物

- (2) 赛前保证充足的睡眠有助于以最好状态迎接比赛
- (3) 选择包裹性好、柔软厚实、吸汗透气的运动袜品可以预防水泡产生，赛前修剪趾甲
- (4) 赛前赛中身体若出现不良反应，应立刻减速休息并紧急
- (5) 赛前进行适度热身运动唤醒身体机能，有助于赛时预防运动损伤，迅速进入比赛状态
- (6) 推荐速干材质的运动服装，勿穿新鞋或带跟的鞋，请选择舒适的运动鞋或徒步鞋，以防止长时间行走带来的不适，以及稳定不晃动的运动包具。

## 10. 报名表

德清地理信息小镇长跑节个人组（9 公里）						
姓名	性别	单位	身份证号	衣服号码	手机号	参加项目
						9 公里

德清地理信息小镇长跑活动团队组（18 公里）								
姓名	性别	单位	身份证号	衣服号码	手机号	队名	口号	队伍简介

德清地理信息小镇长跑节儿童组（3 公里）							
姓名	性别	身份证号	衣服号码	家长姓名	家长手机号	家长单位	参加项目
							3 公里

注：团队组报名表第 1 位为队长