

檔 號：5780599
保存年限：3

台南家專學校財團法人台南應用科技大學 函

地址：71002台南市永康區中正路529號

聯絡人：劉慈茵

電子信箱

：s00224@mail.tut.edu.tw

聯絡電話：06-2539609

傳真電話：(06)2549527

受文者：國立暨南國際大學

擬：陳閱後公告周知，文存。

發文日期：中華民國103年9月26日

發文字號：台南科大健字第1030008718號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：活動辦法（2014好朋友路跑(公文).DOC，共1個電子檔案）

學務處 許宏斌

學務處 侯東成

學務處 陳比倫

教授兼 吳明烈

代為
決行

主旨：檢送本校運動休閒與健康管理學位學程舉辦之「2014南應好朋友盃路跑參加辦法」如附件，敬請鼓勵 貴校師生踴躍報名參加，請 查照。

說明：

一、日期：103年10月18日(星期六)。

二、地點：台南應用科技大學(台南市永康區中正路529號)。

正本：公私立大專校院、國立白河高級商工職業學校、國立北門高級農工職業學校、國立曾文高級家事商業職業學校、國立新營高級工業職業學校、國立玉井高級工商職業學校、國立臺南高級工業職業學校、臺南市私立育德工業家事職業學校、國立臺南高級商業職業學校、國立臺南高級海事水產職業學校、臺南市亞洲高級餐旅職業學校、臺南市私立慈幼高級工商職業學校、國立新化高級工業職業學校、國立曾文高級農工職業學校、臺南市私立新榮高級中學、臺南縣私立天仁高級工商職業學校、陽明學校財團法人臺南市陽明高級工商職業學校、國立臺南家齊女子高級中學、臺南市私立長榮高級中學、國立後壁高級中學、臺南市私立光華女子高級中學、臺南市私立南英高級商工職業學校、臺南市六信高級中學、國立新豐高級中學、國立新化高級中學、臺南市立大灣高級中學、國立臺南女子高級中學、臺南市立土城高級中學、臺南市私立港明高級中學、臺南市私立長榮女子高級中學、臺南市私立瀛海高級中學、臺南市私立南光高級中學、臺南市私立明達高級中學、國立新營高級中學、臺南市私立鳳和高級中學、國立臺南第二高級中學、臺南市德光高級中學、國立臺南大學附屬高級中學、方濟會學校財團法人臺南市黎明高級中學、天主教聖功學校財團法人臺南市天主教聖功女子高級中學、慈濟學校財團法人臺南市私立慈濟高級中學、臺南市立永仁高級中學、臺南市私立崑山高級中學、國立善化高級中學、興國學校財團法人臺南市興國高級中學、國立臺南第一高級中學、台南市立南寧



高級中學、臺南市立北門國民中學、臺南光華學校財團法人臺南市光華高級中學、國立南科國際實驗高級中學

副本：

103/09/26
16:04:38

第二層決行

擬：

裝



線

2014 南應好朋友盃路跑

一、活動宗旨：

本活動的宗旨在推廣健康快樂的休閒享樂生活型態。藉由路跑活動為主體，我們以台南應用科技大學的美麗校園為出發點，歡迎各個年齡層、性別的市民，與朋友和家人共同參與這場輕鬆的路跑，提升台南地區居民之運動風氣，我們的活動沒有計時的壓力、也沒有傳統意義上的冠軍，以培養良好的運動習慣，讓樂活自在的慢跑與交談來使民眾與健康的生活方式更貼近。跑者在通過終點線後，歡樂尚未停止，終點舞台區將會有一場歡樂的派對迎接著你我，增加參加者之間的互動情誼。

二、活動目的：

- 提倡健康運動、建立情緒抒解管道，適時調適平日累積的壓力。
- 落實本校對師生健康關懷之重視、鼓勵師生健康運動之生活型態。
- 增強學校與社區的健康意識、培養運動習慣。
- 維持本校師生與周邊社區之良好互動。
- 配合校慶活動，路跑完成後舉辦表演、抽獎活動。

活動日期：2014 年 10 月 18 日(星期六)

活動地點：台南應用科技大學

主辦單位：台南應用科技大學運動休閒與健康管理學位學程

協辦單位：好帝一食品有限公司

贊助單位：台灣比菲多食品股份有限公司、浩沙健身俱樂部、24-28 運動健身俱樂部、維達都會生活俱樂部

報到地點：台南應用科技大學學生餐廳前廣場

集合時間：6:00-7:00 報到

活動時間：7:30 開跑

活動網址：<https://www.facebook.com/justrun2014> 2014 南應好朋友路跑 粉絲專頁

三、活動流程

活動日期	2014 年 10 月 18 日 (星期六)	
活動地點	台南應用科技大學	
時間	活動項目	活動內容
06:00-07:00	報到	跑者集合
07:00-07:20	活動開場/首長致詞	貴賓致詞/注意事項
07:20-07:30	暖身運動	暖身運動
07:30-09:00	活動進行中	活動進行中
09:00-10:30	路跑完成及領取紀念品	完跑者沿路一一領取完跑禮
	摸彩活動	請到場之長官、貴賓抽出得獎者
	表演	DJ、舞團，勁歌熱舞

四、路跑路線



五、報名資格

- **參加對象：**本活動無限制年齡、性別。
(請評估自身健康狀況，活動中僅提供外敷藥物，不提供任何口服藥物。)
- **報名費用：**每人 300 元。報名後不受理退費。
- **完跑禮：**
 1. 束口袋乙個
 2. 運動短 T 乙件
 3. 運動飲料水壺乙罐
 4. 運動毛巾乙條
 5. 摸彩券乙張
 6. 證書乙紙 (本校學生可抵學生體適能 18 小時之運動時數)

六、報名方式

- 紙本報名：填寫紙本報名表附件一後，連同報名費，交至運休系辦（學生活動中心地下一樓）。
- 線上報名：facebook 搜尋「2014 南應好朋友路跑」
<https://www.facebook.com/justrun2014>，下載及寫填報名表單，經由 ATM 轉帳繳交報名費至戶名：林景昱，銀行代碼 822，帳號 3585-404-20148，轉帳後提供轉帳收據照片連同報名表附件一，以便核對資格。
- 報名日期：2014 年 7 月 1 日（二）至 10 月 10 日（五）止。活動人數限 2500 人，額滿即停止受理報名。
- 尺寸表
確定尺寸後填寫將不給予更改。未填寫衣服尺寸者，本會一律以 L 尺寸發給，如遇尺寸短缺大會有權以其他尺寸代替。

背心尺寸	S	M	L	XL
------	---	---	---	----
- 報名時請詳加評估自身實力，報名手續完成者，不得以任何理由要求更換人名、參賽項目、衣服尺寸或退費亦不得因無法參賽轉讓報名資格。無完成報名者將不具參賽資格，嚴禁陪跑。

七、報到辦法

- 本活動當天開放現場報名：開放名額 200 人。
- 報到領取物品：運動短 T、號碼布
- 報到所需文件：憑收據編號至報到處辦理簽到、健保卡 or 身分證

八、保險

- 公共意外險承保範圍：被保險人因在保險期間內發生下列意外事故導致第三人體傷、死亡或第三人財物損害，依法應負賠償責任，而受賠償請求時，投保公司對被保險人負賠償之責。
 1. 被保險人或其受僱人因跑步在本保險單載明之競賽路線上發生之意外事故。
 2. 被保險人在活動路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。
- 特別不保事項：
 1. 因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如休克、心臟症、糖尿病、熱衰竭、中暑、
 2. 高山症、癲癇、脫水等。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外險只承擔因外來意外所受之傷害理賠。
 3. 被保人從事角力、摔跤、柔道、空手道、跆拳道、馬術、拳擊或特殊表演等的競賽或表演。
 4. 參加者如遇與前述之疾病之病史，建議參加者慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外險。

九、注意事項

- 安全第一，主辦單位裁判或醫護人員有權視參加者體能狀況，中止參加本活動資格，不得異議。
- 請參賽者務必攜帶健保卡，以備不時之需。
- 主辦單位有權將此活動之錄影、相片及成績於網路播放、展出於主辦單位網站與主辦單位刊物上。參加者必須同意其肖像，用於相關活動之宣傳與播放。
- 活動如遇颱風等人力不可抗力之天災，由主辦單位以參加者安全為考量，有權決定是否取消或擇期比賽或改用其他替代路線，參加者不得有異議。
- 本規程如有未盡之事宜，得由主辦單位修正公佈在網站。
- 參加路跑者，請在完成跑程後，至大會處領取紀念品。
- 完成路跑當天無領取參賽贈品者，須在七天內領取，否則視同放棄。

十、附則

本規程如有未盡事宜，得由主辦單位修正公佈之。

Facebook 搜尋：2014 南應好朋友路跑 粉絲專頁

聯絡方式：0981920597 邱冠彰

0975500793 洪玉清



6/7

2014 南應好朋友盃路跑 報名表

編 號：			(由承辦單位填寫)		
☐ 本校 (班級)：		☐ 校外		☐ 網路	
姓 名：			學 號：		
出生日期：(民國) 年 月 日			性 別： ☐ 男 ☐ 女		
身分證字號：			手 機：		
有無特殊疾病： ☐ 無 ☐ 有，疾病史_____					
運動背心尺寸： ☐ S 號 ☐ M 號 ☐ L 號 ☐ XL 號					
繳費方式： ☐ 現場 ☐ 匯款					

*有特殊需求者，請在活動開始前主動告知主辦單位

*活動中僅提供外敷藥物，不提供任何口服藥物

*本報名表部分個人訊息皆為購買保險之用途

*報名費 300 元整 連同報名表交回台南應用科技大學運休系辦

*匯款：戶名：林景昱 帳戶：(822) 358540420148

*繳交時間：週一至週四 12:00~17:00，交至運休系辦 (學校健身房對面)

*活動日期：103/10/18(六) *報名截止日期：103/10/10(五)

*完跑禮：1. 束口袋乙個 2. 運動短 T 乙件
3. 運動飲料水壺乙罐 4. 運動毛巾 乙條
6. 證書乙紙 (本校學生可抵學生體適能 18 小時之運動時數)

*主辦單位聯絡電話：(1) 邱同學 0981-920-597 (2) 葉同學 0912-517-990
(3) 洪同學 0975-500-793 (4) 林同學 0955-774-392

志願表

本人報名參加，保證身心健康志願參加比賽，競賽中若發生任何意外事件，由本人自行負責。
(線上報名者，請在活動當天報到時填寫此欄)

立志願書人		地 址	
(簽章)			
緊急聯絡人 (或未滿 20 歲選手監護人)	與立志願書人關係	電話	
(簽章)		手機	

中華民國 年 月 日

