

## AA Sprint

### 賽員須知

日期：2018年3月11日(星期日)

地點：索罟灣 (香港基督教青年會南丫島戶外及環保活動中心)

型式：越野式

地圖：1:4000 定向彩圖、2.5米等高線間距、2018年版地圖  
採用ISSOM2007繪圖標準及國際控制點提示符號

控制員： 梁 林先生

賽事主任：陳志成先生

賽程設計：文惠庭先生 陳志成先生

裁判團： 李德根先生 馬駱軒先生 劉珏笙先生

#### 賽事程序

- 08:15 中環九號碼頭登記上大會專船 (限已訂專船船票者)
- 08:30 專船開啓程 (約於09:15抵達香港基督教青年會南丫島戶外及環保活動中心)
- 10:15 出發區開放
- 10:31 首批出發區開放
- 12:20 出發區關閉
- 13:20 賽區及終點區關閉 / 最後成績公佈
- 13:40 頒獎禮
- 14:15 賽事中心關閉及賽事結束
- 14:30 專船回程往中環九號碼頭 (限已訂專船船票者)

#### 前往賽事中心

賽事中心設於香港基督教青年會南丫島戶外及環保活動中心,非乘搭大會專船而會自行前往賽事中心的賽員\*,

可乘搭港九小輪: 中環4號碼頭至索罟灣渡輪 (<http://www.hkkf.com.hk/>)

或乘搭全記渡: 香港仔至索罟灣渡輪 (<http://www.ferry.com.hk/>)

\*在索罟灣碼頭轉乘舢板到海灣另一面的賽事中心,舢板每程每人\$15,等候及航程約需時15分鐘。

## 注意

1. 賽事當日上午九時後，天文台如發出雷暴、黃色暴雨或以上警告、三號或以上風球，賽事將會取消，賽員可稍後留意大會網頁的重賽安排。
2. 賽員如在比賽中遇上緊急事件需要求助，請留在安全地方並採用國際求救訊號，等候工作人員前來求援。(國際求救訊號指哨子連吹六響，相隔一分鐘重覆再吹)
3. 賽員請留意天氣及個人情況，有需要時請帶備足夠飲料及防曬用品。
4. 賽區將**不設水站**，鼓勵賽員隨身帶備適量飲料出賽。
5. 九天天氣預告: <http://www.hko.gov.hk/wxinfo/currwx/fndc.htm>

## 賽事中心

1. 賽事中心設香港基督教青年會南丫島戶外及環保活動中心，
2. 賽員必須到營地正門進入賽事中心。
3. 賽員編號及出發時間及出發線道，請另查出發名單可在本會網頁查閱，也將會於賽事中心張貼。
4. 賽員需根據賽員編號在賽事中心領取號碼布(及大會借出的電子控制咭)。
5. 賽事中心附近設有洗手間。
6. 賽事中心將展示大會時間。
7. 大會不設行李存放服務，賽員攜來之物件需自行保管及處理，如有任何遺失，大會將概不負責；故建議賽員請勿攜帶貴重物品。
8. 請保持地方清潔，把自己的垃圾帶走，避免使用現場有限的垃圾箱。

## 出發區及出發程序

1. 由賽事中心步行往出發區需時約 10 分鐘(距離約 600 米)。
2. 出發區為三分鐘出發區，設出發線道 A-D, 請根據自己的出發時間，提前兩分鐘進入所屬正確的出發線道。
3. 進入出發區時，請守秩序排隊，以便工作人員登記閣下之賽員編號。
4. 出發區不設「起點啟動器」(START), 而必須於出發訊號完結後方可出發。
6. 賽員領取地圖時需檢查地圖上的組別資料是否正確，若取錯地圖而引致被取消資格，賽會概不負責。
7. 未能在出發時段出發的賽員，將由工作人員安排遲到出發。
8. 出發區將在 12:20 時關閉。

## 終點區及終點程序

1. 所有賽員無論完成賽事與否，或遺失電子控制咭，均須在出發後 60 分鐘內或賽區關閉前向終點報到。
2. 當賽員抵達終點時，應立刻在終點控制器(FINISH)拍咭。
3. 大會將收回賽員之地圖，於 12:20 時之後退回給賽員。
4. 賽員必須盡快離開終點前往設於賽事中心的成績處理站下載成績，將電子控制咭上的記錄下載及處理。賽員須確保將電子控制咭盡快交到成績計算站，否則其成績會有可能不獲計算。

## 投訴

1. 所有抗議必須於最後成績公佈後 15 分鐘內以書面提交。
2. 投訴由賽會處理，有決定時會立即通知有關的賽員。

## 電子打孔及計時系統

1. 本賽事各組別均使用 Chinahealth 電子打孔及計時系統。
2. 賽員請核實其所持之電子控制咭號碼與編印在出發名單上之號碼相同，如有錯誤，請儘早通知賽會，以便修改有關資料。
3. 賽員不得交換電子控制咭使用及代替他人出賽，否則將被取消參賽資格。

## 比賽規則

1. 香港定向總會「野外定向公開比賽的技術標準及比賽附例」[\(中文版 / 英文版\)](#)將適用於本賽事。
2. 遺失電子控制咭將當未完成賽事論，但仍須向終點報到。
3. 為賽員之安全，不論完成賽程與否，所有賽員必須在出發後 60 分鐘內或賽區關閉前，返回終點或賽事中心報到，否則當失蹤論。

## 賽區資料

1. 賽區主要是半空曠地、慢行植被和通行困難的植被，部分地區植被較為濃密，帶有碎石，請小心以免扭傷。
2. 賽區內不設水站，請賽員自備足夠飲用水，營地有小部，出售一般飲品。

## 出發線道、組別、賽程及預計勝出時間

A: ME M21 M40 M35 M20	2.8 km	20 個控制點	12-15 分鐘
B: WE W21 W20 W35 M18 M16 M45 M50 M55	2.3 km	18 個控制點	12-15 分鐘
C: M14 M12 M60 W16 W14 W12 W40 W45 W50 W55 W60	2.2 km	17 個控制點	12-15 分鐘
D: W10 M10 W8 M8 CATI	1.6 km	16 個控制點	12-15 分鐘

限時: 60 分鐘

## 鳴謝 Acknowledgement

香港定向總會 [Orienteering Association of Hong Kong](#)

香港基督教青年會南丫島戶外及環保活動中心 [YMCA Lamma Island Outdoor Centre](#)

深圳市華瑞健實業有限公司 [ShenZhen Chinahealth Industry Co.,Ltd](#)



# 小賣部

## DRINK 飲品

Soft Drink 汽水	.....	\$10
Bottle Water 樽裝水	.....	\$8
Pocari Sweat 寶礦力	.....	\$13
Gatorade 佳得樂	.....	\$15
Lemon Tea 檸檬茶	.....	\$12
Juice Box 紙包飲品	.....	\$7

## FOOD 食物

Siu Mai 燒賣 (6 pcs粒)	.....	\$12
Sausage 熱狗腸 (1 pc條)	.....	\$10
SISISic Biscuit 時時食	.....	\$5
Frozen Pineapple 冰菠蘿	.....	\$10
Frozen Watermelon 冰西瓜	..	\$10



## Lamma Island Outdoor Centre

used to be a rock quarry from 1976 to 1995. Its size is about 43 football fields! In 1995, the government has stopped to extract and started to re-structure the hillside and tree plantation. The government has also constructed a fresh water lake. In 2002, this project has received the Outstanding Green Project Award.

南丫島戶外活動中心的前身為南丫石礦場，在1976年至1995年期間曾被政府使用。於1995年，政府停止開採並重建山坡輪廓及種植樹木、樹叢，還有建造了人工湖。於2002年，此項計劃更獲得「傑出綠化工程獎優異獎項」。

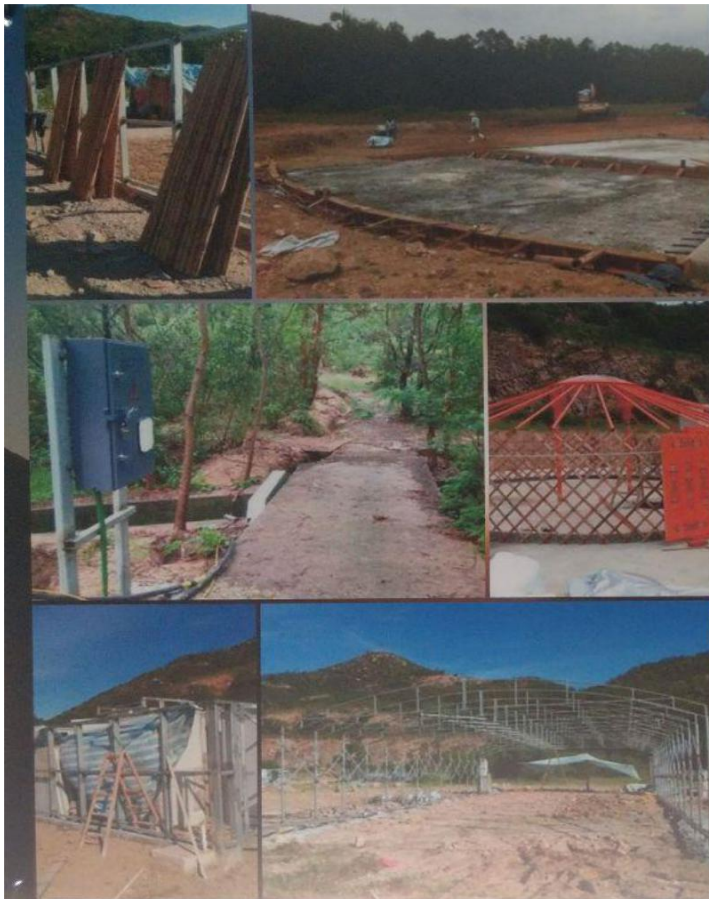


## RESTRUCTURE 重建

After 1995, the government started the re-structure including building 8 holes for birds on the hillside and tree re-plantation. It also re-built the 800 meters seawall as the boundary of the site.

自1995年停用石礦場後，政府將此地重建。重建包括重整山坡並建造了8個供猛禽棲息的鳥巢、種植樹木及還原了800米海堤。





## BECOME LAMMA ISLAND OUTDOOR CENTRE

南丫島戶外活動中心的誕生

In 2012, YMCA of Hong Kong started to construct the centre with water connection, electricity, private grey water treatment plant. Also, we have constructed facilities for outdoor activity.

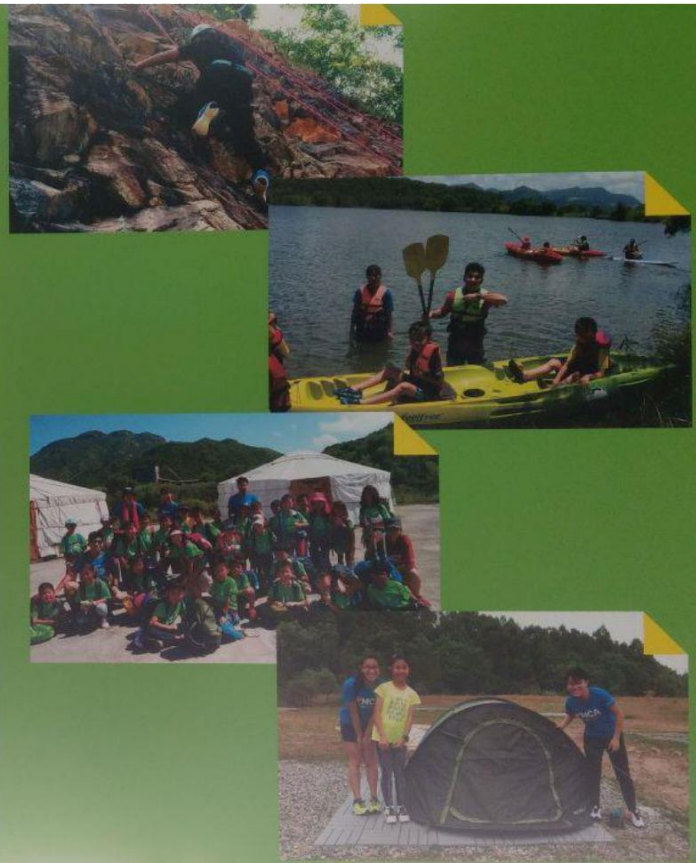
在2012年，港青開始在現址建設戶外活動中心，連接水管、電力及灰水處理系統，還有其他戶外設施。

## YMCA CAMP

南丫島戶外活動中心的活動

In our centre, we provide outdoor camps for all to get in touch with the nature. No noise, no car, no television, no computer, only you and endless possibilities.

我們於南丫島戶外活動中心舉辦不同類型的戶外活動，參加者可以輕鬆地享受一下大自然環境。



# WHAT WE USUALLY SEE IN OUR CENTRE

## 南丫島戶外活動中心常見物種



**Myna 八哥**

- Black body 黑色身體
- A white patch on its outer primaries 有白色斑點在翅膀上

**Kingfisher 翠鳥**

- Large head with sharp pointed bill 頭形較大，擁有尖銳的喙
- Brightly colour 有鮮豔的毛色



**Egret 白鷺**

- Has s-shaped neck 擁有s形的頸項
- About 80 to 104cm height 身高約80至104厘米

**Heron 蒼鷺**

- Large sized bird with long legs and neck 為大型雀鳥，有長頸項及腿
- Grey in colour 灰色顏色



**Black Kite 黑鳶(麻鷹)**

- Black in colour 黑色顏色
- Wingspan is around 150cm 展開翅膀時約150厘米

**Black-spectacled Toad**

- Skin is dry and rough 皮膚表面粗糙，有很多微細疣點

