

主辦

協辦

贊助



文化體育及旅遊局
地區體育活動資助計劃 資助

沙田室內三項鐵人賽 2025 章程

- 賽事日期：2025 年 7 月 5 日 (星期六)
賽事時間：上午 9 時至下午 6 時
賽事地點：沙田圓洲角體育館
報名費用：個人 \$50 / 位 隊際 \$150 / 隊
報名名額：1,000 人
報名辦法：(一) 親臨沙田體育會報名 或 於沙田體育會網頁 www.stsa.org.hk 下載
填妥報名表連同出生證明副本及費用一併提交。
沙田體育會辦公時間：星期一至五 09:00am - 1:00pm & 2:00pm - 6:00pm
星期六 09:00am - 1:00pm
星期日及公眾假期休息
(二) 郵寄報名
填妥報名表連同支票、出生證明副本及貼上\$2.2 郵票的回郵信封，郵寄至
沙田體育會有限公司 (地址: 沙田瀝源邨壽全樓地下 107-110 室)。
(支票抬頭: 沙田體育會有限公司)
截止日期：2025 年 6 月 25 日
活動查詢：2691 5657
年齡限制：參賽者必須年滿 11 歲或以上

賽事項目

項目	組別	賽程
個人三項	男子全港中學生組	滑雪(200 米) + 單車(400 米) + 賽艇(400 米)
	女子全港中學生組	滑雪(200 米) + 單車(300 米) + 賽艇(300 米)
	男子公開組	滑雪(400 米) + 單車(500 米) + 賽艇(500 米)
	女子公開組	滑雪(300 米) + 單車(400 米) + 賽艇(400 米)
隊際	全港中學生男子組	滑雪(250 米) + 單車(500 米) + 賽艇(500 米)
	全港中學生女子組	滑雪(200 米) + 單車(400 米) + 賽艇(400 米)
	公開男子組	滑雪(400 米) + 單車(800 米) + 賽艇(800 米)
	公開女子組	滑雪(300 米) + 單車(600 米) + 賽艇(600 米)
	制服團體男子組	滑雪(400 米) + 單車(800 米) + 賽艇(800 米)
	制服團體女子組	滑雪(300 米) + 單車(600 米) + 賽艇(600 米)
	紀律部隊男子組	滑雪(400 米) + 單車(800 米) + 賽艇(800 米)
	紀律部隊女子組	滑雪(300 米) + 單車(600 米) + 賽艇(600 米)
	工商機構男子組	滑雪(400 米) + 單車(800 米) + 賽艇(800 米)
	工商機構女子組	滑雪(300 米) + 單車(600 米) + 賽艇(600 米)

主辦

協辦

贊助



文化體育及旅遊局

地區體育活動資助計劃 資助

沙田室內三項鐵人賽 2025

賽事方式及規則：

個人項目：

1. 按照大會安排的次序及距離: 1.滑雪→ 2. 單車→ 3.賽艇, 必需在每個項目上完成指定次序及距離。如未能完成指定次序及距離。將會被警告或取消參賽資格。
2. 已登記參賽者不能替換, 若因任何理由缺席, 作棄權論。

隊際項目：

1. 每隊伍由三名參賽者組成。
2. 每隊隊伍需在比賽前自行分配隊員在所屬的機種上比賽。 在比賽開始時隊伍必需在滑雪機、單車機、賽艇機上預備起步。
3. 按照大會安排的次序及距離: 1.滑雪→ 2. 單車→ 3.賽艇, 每隊隊伍必需在每個項目上完成指定次序及距離。如隊員未能完成指定次序及距離。將被警告或取消參賽資格。
4. 在比賽開始時, 每隊隊員必需在所屬機種上完成指定次序及距離, 必須與下一位隊員“擊掌”, 方可進行下一項比賽。如隊員未有完成“擊掌”、指定次序及距離進行下一項, 將被警告或取消參賽資格。
5. 每隊參賽隊員在比賽進行時, 隊員必需留在所屬機種區內, 不能離開及協助其他隊員完成比賽 (例如鬆或綁 腳帶、調較座位、滑座、把手等)。如有發現將被警告或取消參賽資格。

一般賽事規則：

1. 本賽事所有項目均採用 Concept 2 滑雪機 (SkiErg)、單車機 (BikErg)、及賽艇機 (RowErg) 進行。
2. 賽事以電腦賽事系統控制整個流程。
3. 所有賽事均以大會所訂之比賽規則進行。
4. 所有領隊、參賽者及隨隊人員有責任閱讀及熟悉所有比賽規則, 並服從大會裁判之指示。
5. 參加者一經報名, 無論退出或棄權, 報名費概不發還。
6. 報到:
 - 6.1 所有參賽者必須於比賽時間60分鐘或之前到登記處報到。
 - 6.2 所有參賽者登記時必須出示身份證明文件, 11歲-18歲人士必須出示學生證/身份證明文件以供核對。如未能出示, 大會有權取消其參賽資格。
 - 6.3 如要退出比賽, 必須在報到時向大會提出。
 - 6.4 個人項目一經報名, 不接受換人安排。
 - 6.5 隊際項目可於當日報到時, 每隊可更換不超過一名隊員。

主辦

協辦

贊助



文化體育及旅遊局
地區體育活動資助計劃 資助

沙田室內三項鐵人賽 2025

7. 所有參加者必須按照大會指定時間到召集處集合。
8. 大會按照最更新之開賽時間去進行每場比賽；如有參賽者未能按指定時間到召集處並進入比賽場區，該人士將不會被接納進行賽事，亦不會安排補賽。
9. 每場賽事開賽前，所有參賽選手必須調節好風阻，不得於賽事進行中再次調較。(隊際項目適用)
10. 如有參賽者偷步，系統電腦會即時停止賽事，偷步之線道亦會顯示於大會賽事屏幕。
11. 偷步參賽者會被警告一次，偷步兩次將會被取消參加該項賽事資格。
12. 參賽者如有違反比賽規則會被警告一次；累積兩次會被取消該項賽事成績。
13. 所有判決均以當日裁判發出最終決定為裁定。
14. 比賽當日天文台於上午 7 時發出八號或以上熱帶氣旋警告信號或黑色暴雨警告信號，該日賽事即告取消，賽事將不設補賽，已繳交的費用亦不作退回。
15. 本章程如有未盡善之處，大會有權隨時修改而不另行通知。

成績計算：

1. 成績會以完成所有項目時間去計算(當中亦包括接力所需之時間)，並以賽事電腦系統紀錄成績為最終結果。
2. 每項目或組別中，最短時間完成賽事之隊伍為該組冠軍。