

2022 澳門明愛慈善跑-線上跑 活動章程

1. 主辦單位：澳門明愛
2. 活動宗旨：繼續延續明愛慈善跑的體育精神，希望鼓勵更多市民一起參與跑步運動，打破時間及地區限制，同時減低人群聚集，透過運動共襄盛舉，宣揚傷健共融，促進親子和諧。活動所籌之善款將全數用作明愛慈善服務用途。
3. 報名日期：由即日起額滿即止
4. 名 額：2500 名
5. 報名須知：
 - 5.1 全部組別以線上跑形式進行，挑戰跑、健康跑、輕鬆跑組別的每一名參加者起跑費 MOP160 元，親子參加者起跑費為成人 MOP160 元，小童/青少年 MOP100 元；同時鼓勵參加者邀請朋友或親屬贊助，慷慨解囊，共襄善舉。

組別	挑戰距離	對象	線上跑日期
挑戰跑	10 公里	15 歲或以上人士	於 30/10/2022 於任何地點 完成組別指定的距離
健康跑	5 公里	12 歲或以上人士	
輕鬆跑(註1)	2 公里	任何人士參與 (歡迎親子、殘疾人士或健走人士齊參與)	

線上跑：參加者於指定日期內挑戰完成指定距離，然後透過手機的跑步程式、運動手錶或跑步機屏幕的數據截圖領取紀念品，其中輕鬆跑也可提交步行收據。

(註1) 親子：最少二人參與。

殘疾人士：鼓勵健全人士陪同殘疾人士一起跑步，歡迎邀請及鼓勵身邊的殘疾人士一同報名參與。

健走人士：適合悠閒健步人士參與，鼓勵銀髮族長者參與。

- 5.2 參加者在指定日期完成後獲得紀念 T shirt、紀念獎牌及毛巾。
(線上跑當日於松山健康徑、氹仔海濱圓型地、雅文湖畔、水塘休憩區及科學館前地設置補給點供參加者完跑後進行補給及領取紀念品。)*地點待確定
- 5.3 活動為慈善性質，非正式比賽項目。請參加者注意身體狀況，量力而為。
- 5.4 活動當日如出現暴雨、3 號或以上颱風訊號，活動將改期，屆時將以大會公佈為準，時間另行通知。

6. 報名方法

1) 填寫報名表連同起跑費交往以下地點

地點	地址	辦公時間	聯絡電話
澳門明愛	岡頂前地一號 A	周一至周六 9:00~18:00	28937596
明愛圖書館	高地烏街 64 號東方花園商場地庫	周一至周日 12:00~22:00	28713270
黑沙環天主教牧民中心	黑沙環祐漢新邨第二街二號祐添大廈地下	周一至周五 09:00~22:00 周六 09:00~18:00	28341924
康暉長者日間護理中心	氹仔布拉干薩街濠景花園 28 座翠菊苑地下	周一至周六 9:00-18:00	28842577

- 2) 透過櫃員機或銀行入數 中國銀行 1801-012-078618-87 (MOP)
國際銀行 10212-100237-7 (MOP)

填妥報名表，連同櫃員機或銀行入數紙傳真至: 28554049 或電郵至: charityruncm@gmail.com，成功報名將以短訊回覆確實。

- 3) 識別手機報名 QR Code 進行報名，並使用電子支付「過數易」(FPS ID12885653) 或 Mpay 支付起跑費或進行捐款，成功報名將以短訊回覆確實。

7. 活動章程倘有爭議，主辦單位保留最終決定權。



明愛 Facebook



手機報名



Mpay



查詢電話：2893 7596、2871 3270