

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 100米

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
	香港田徑總會紀錄	11.62	LAM ON KI 林安琪	2019年亞洲田徑錦標賽	卡達國家體育場2019/04/21

 2024/11/24  Start: 13:35  20°C  83%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	風速	備註
1	1-4	LI TSZ FAI	李芷暉	300816 屈臣氏	13.59	-1.3	
2	1-3	YIU CARLY	姚卡莉	300806 赤道	15.33	-1.3	
3	1-6	WONG KA LEE	黃嘉利	300814 警察	16.36	-1.3	
	1-5	LEE CHEUK LAM	李卓霖	300811 警察	DNS		

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 100米跨欄



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	13.14	CHAN SAU YING 陳秀英			1994/04/17



2024/11/24



Start: 09:10



20°C



83%

決賽

名次	賽組/ Name 線道	姓名	賽員編號/ 團體	成績	風速	備註
1	1-4 LI TSZ FAI	李芷暉	300816 屈臣氏	16.73	-0.5	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 200米



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	23.79	WAN KIN YEE 溫健儀			1999/05/16



2024/11/23



Start: 10:20



19°C



64%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	風速	備註
1	1-6	CHENG LONG YAN VIVIAN	鄭朗欣	300801 AVOHK	31.95	-2.1	
2	1-7	PONG CHEE TONE	龐梓彤	300804 赤道	35.34	-2.1	
	1-5	LEE CHEUK LAM	李卓霖	300811 警察	DNS		

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 400米



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	55.03	WAN KIN YEE 溫健儀			1999/03/02



2024/11/24



Start: 15:45



20°C



83%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1	1-4	TSO YUK YAN	曹玉恩	300813 警察	1:15.80	
2	1-5	WONG KA LEE	黃嘉利	300814 警察	1:15.94	
	1-6	NG CHAU YU	伍紬瑜	300808 拔萃	DNS	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 400米跨欄



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	1:01.04	WAN KIN YEE 溫健儀			1997/05/17
先進場地紀錄	1:11.25	LI TSZ FAI 李芷暉	第八屆香港先進田徑錦標賽	灣仔運動場	2023/10/27
先進田徑錦標賽紀錄	1:11.25	LI TSZ FAI 李芷暉	第八屆香港先進田徑錦標賽	灣仔運動場	2023/10/27



2024/11/23



Start: 14:30



21°C



60%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1	1-4	LI TSZ FAI	李芷暉	300816 屈臣氏	1:13.43	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 800米



紀錄 成績 紀錄保持者

賽事

地點

日期

香港田徑總會紀錄 2:11.92 LI YIN YEE 李燕儀

1996/11/03



2024/11/23



Start: 11:55



21°C



60%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1	1-6	SETO HOI YU ANTHEA	司徒愷儒	300815 RMAC	2:47.32	
2	1-5	CHAN YIN TING	陳燕婷	300807 懲教署	2:48.32	
3	1-4	TSO YUK YAN	曹玉恩	300813 警察	2:54.42	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 1500米



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	4:21.60	CHAN MAN YEE MAGGIE 陳敏儀	第八屆香港先進田徑錦標賽	灣仔運動場	1999/07/08
先進場地紀錄	5:50.46	NG SUET MAN 吳雪雯	第八屆香港先進田徑錦標賽	灣仔運動場	2023/10/27
先進田徑錦標賽紀錄	5:50.46	NG SUET MAN 吳雪雯	第八屆香港先進田徑錦標賽	灣仔運動場	2023/10/27



24 2024/11/24



Start: 10:30



20°C



83%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1	1-4	SETO HOI YU ANTHEA	司徒愷儒	300815 RMAC	5:46.22	HKMACR, R,
2	1-2	TSO YUK YAN	曹玉恩	300813 警察	6:08.86	
3	1-3	WONG KA LEE	黃嘉利	300814 警察	6:11.40	
	1-1	NG CHAU YU	伍紉瑜	300808 拔萃	DNS	
	1-5	PONG CHEE TONE	龐梓彤	300804 赤道	DNS	
	1-6	LAI YAN LAM	黎昕霖	300810 警察	DNS	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 2000米障礙



2024/11/23



Start: 08:30



18°C



83%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1-1		LAI YAN LAM	黎昕霖	300810 警察	DNS	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 5000米



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期	
			香港田徑總會紀錄	15:45.87	CHAN MAN YEE MAGGIE 陳敏儀	2002/05/03



2024/11/24



Start: 12:00



20°C



83%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1	1-1	NG CHAU YU	伍紉瑜	300808 拔萃	25:10.38	
<i>Split: 04:22.50 (4:22.50) 09:26.31 (5:03.82) 14:38.40 (5:12.08) 19:58.87 (5:20.48) 25:10.38 (5:11.12)</i>						
	1-2	LAI YAN LAM	黎昕霖	300810 警察	DNS	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 4X100米



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	45.17	HONG KONG TEAM	2023 全國田徑冠軍賽暨世錦賽	瀋陽奧體中心	2023/06/27



2024/11/24



Start: 17:15



20°C



83%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1	1-1	赤道體育會 黎曉彤, 吳肇陶, 謝文欣, 姚卡莉		赤道	1:00.71	
2	1-2	警察田徑會 鄧愷婷, 吳嘉莉, 黃嘉利, 曹玉恩		警察	1:03.47	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 4X400米



紀錄 成績 紀錄保持者

賽事

地點

日期

香港田徑總會紀錄 3:46.87 HONG KONG TEAM

Bangkok, THA 2023/07/16



2024/11/23



Start: 15:45



22°C



73%

決賽

名次	賽組/ 線道	Name	姓名	賽員編號/ 團體	成績	備註
1	1-3	赤道體育會 姚卡莉, LAM KWAN WAI, 謝文欣, 龐梓彤		赤道	5:23.88	
2	1-2	香港元老田徑會 羅蘭花, 李婭, 劉齡羚, NETO HELENE		AVOHK	5:39.54	

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 推鉛球



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	13.59	TO YUEN KWAN 杜婉筠	ASICS香港田徑系列賽 3		2021/05/23



2024/11/23



Start: 16:50



20°C



77%

決賽

名次	賽組/ 排序	Name	賽員編號/ 團體	成績	備註	1	2	3	4
1	1-1	HO YIN CHIU 賀賢昭	300809 德望	10.20m.		9.95	9.73	10.20	9.40
2	1-3	NG KA LEE 吳嘉莉	300812 警察	8.28m.		7.21	8.28	6.96	7.71
3	1-2	YIU CARLY 姚卡莉	300806 赤道	5.93m.		5.77	5.93	5.43	5.89

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 跳遠

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	6.50	YUE YA XIN 俞雅欣	杭州第19屆亞運會	杭州奥体中心体	2023/10/02

 2024/11/23  Start: 10:40  20°C  60%

決賽

名次	賽組/ 排序	Name	賽員編號/ 團體	成績	備註	1	2	3	4
1	1-1	YIU CARLY 姚卡莉	300806 赤道	4.64m.		x +1.8	4.64 +0.8	4.24 +1.0	3.93 -1.4

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 擲標槍



紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
香港田徑總會紀錄	49.37	NG KI SUM 吳其芯			2016/06/26



2024/11/23



Start: 08:30



18°C



83%

決賽

名次	賽組/ 排序	Name	賽員編號/ 團體	成績	備註	1	2	3	4
1	1-1	HO YIN CHIU 賀賢昭	300809 德望	20.45m.		20.38	20.45	17.97	16.00
2	1-2	YIU CARLY 姚卡莉	300806 赤道	13.61m.		10.38	11.44	X	13.61

香港先進田徑會

第九屆香港先進田徑錦標賽



女子 W30 - 擲鐵餅

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
	香港田徑總會紀錄 44.20	TO YUEN KWAN 杜婉筠			2022/05/28

 2024/11/24  Start: 09:40  20°C  83%

決賽

名次	賽組/ 排序	Name	賽員編號/ 團體	成績	備註	1	2	3	4
1	1-4	NG KA LEE 吳嘉莉	300812 警察	38.73m.		35.63	38.73	35.44	37.37
2	1-1	HO YIN CHIU 賀賢昭	300809 德望	23.01m.		22.79	15.99	21.89	23.01
3	1-3	YIU CARLY 姚卡莉	300806 赤道	14.78m.		X	X	X	14.78
	1-2	LAI YAN LAM 黎昕霖	300810 警察	DNS					