

賽事日期&地點: 2026 年 8月 15日 西貢鄧肇堅運動場

場內不設廣播，請運動員按賽事時間表時間表準時到檢錄處檢錄，逾時將作缺席論，不得參與賽事

所有項目 (田項及徑項) 均需到檢錄處 (1號看台- 近一百米起點位置) 檢錄，由工作人員帶往比賽場地

!!! 為確保運動安全及賽事順利進行，所有比賽場地嚴禁家長及教練進入 !!!

如未經許可下進入比賽場地，賽後或會被取消資格

| 比賽時間  | 開始檢錄時間 | 截止檢錄時間 | 女 子       |           |           |           |            |            |            | 男 子       |           |           |           |            |            |            |
|-------|--------|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|------------|
|       |        |        | 21年<br>U6 | 20年<br>U7 | 19年<br>U8 | 18年<br>U9 | 17年<br>U10 | 16年<br>U11 | 15年<br>U12 | 21年<br>U6 | 20年<br>U7 | 19年<br>U8 | 18年<br>U9 | 17年<br>U10 | 16年<br>U11 | 15年<br>U12 |
| 9:35  | 9:15   | 9:25   |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            | 跳遠         | 跳遠         |
| 9:40  | 9:20   | 9:30   | 60米 初     |           |           |           |            |            |            | 擲豆袋       | 立定跳高      | 立定跳高      |           |            |            |            |
| 9:50  | 9:30   | 9:40   |           |           |           | 60米 初     |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 9:55  | 9:35   | 9:45   |           |           |           |           |            | 60米 初      |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 10:05 | 9:45   | 9:55   | 立定跳遠      | 立定跳遠      |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 10:15 | 9:55   | 10:05  |           | 擲豆袋       | 擲豆袋       |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 10:25 | 10:05  | 10:15  |           |           |           |           |            |            |            | 60米 初     | 60米 初     |           |           |            |            |            |
| 10:30 | 10:10  | 10:20  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 10:35 | 10:15  | 10:25  |           |           |           |           |            |            |            |           |           | 60米 初     |           |            | 60米 初      |            |
| 10:40 | 10:20  | 10:30  | 擲豆袋       |           |           |           |            | 跳遠         | 跳遠         | 立定跳高      |           |           |           |            |            |            |
| 10:45 | 10:25  | 10:35  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            | 60米 初      |
| 10:50 | 10:30  | 10:40  |           |           |           | 60米障礙賽 決  |            |            |            |           | 立定跳遠      |           | 60米障礙賽 決  |            |            |            |
| 10:55 | 10:35  | 10:45  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 11:00 | 10:40  | 10:50  |           |           | 60米障礙賽 決  |           |            |            |            |           |           | 60米障礙賽 決  |           |            |            |            |
| 11:05 | 10:45  | 10:55  |           | 立定跳高      | 立定跳高      |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 11:10 | 10:50  | 11:00  | 60米障礙賽 決  | 60米障礙賽 決  |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 11:15 | 10:55  | 11:05  |           |           |           |           |            |            |            |           |           | 擲豆袋       |           |            |            |            |
| 11:20 | 11:00  | 11:10  |           |           |           |           |            |            |            | 60米障礙賽 決  | 60米障礙賽 決  |           |           |            |            |            |
| 11:25 | 11:05  | 11:15  |           |           | 立定跳遠      |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 11:30 | 11:10  | 11:20  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 11:35 | 11:15  | 11:25  | 立定跳高      |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 11:40 | 11:20  | 11:30  |           |           |           | 200米決 1   | 200米決1     |            | 200米決1     |           |           |           |           |            |            |            |
| 11:45 | 11:25  | 11:35  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           | 200米決 1   | 200米決 1    | 200米決 1    | 200米決 1    |
| 12:05 | 11:45  | 11:55  | 30米 決     | 30米 決     |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 12:10 | 11:50  | 12:00  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 12:15 | 11:55  | 12:05  |           |           |           |           |            |            |            | 30米 決     | 30米 決     | 立定跳遠      |           |            |            |            |
| 12:35 | 12:15  | 12:25  | 60米決      | 60米決      | 60米決      | 60米決      | 60米決       | 60米決       | 60米決       |           |           |           |           |            |            |            |
| 12:45 | 12:25  | 12:35  |           |           |           |           |            |            |            | 60米決      | 60米決      | 60米決      | 60米決      | 60米決       | 60米決       | 60米決       |
| 12:55 | 12:35  | 12:45  |           |           |           | 跳遠        | 跳遠         |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 13:05 | 12:45  | 12:55  |           |           |           |           |            |            |            | 立定跳遠      |           |           |           |            |            |            |
| 13:15 | 12:55  | 13:05  |           |           |           |           |            |            |            |           | 擲豆袋       |           |           |            |            |            |
| 13:30 | 13:10  | 13:20  |           |           |           | 100米 初    |            | 100米 初     |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 13:40 | 13:20  | 13:30  |           |           |           |           |            |            |            |           | 100米 初    | 100米 初    |           |            |            |            |
| 13:50 | 13:30  | 13:40  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            | 100米 初     | 100米 初     |
|       |        |        |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 15:00 | 14:40  | 14:50  |           |           |           |           | 400米 決     |            | 400米 決     |           |           |           | 跳遠        | 跳遠         |            |            |
| 15:00 | 14:40  | 14:50  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 15:05 | 14:45  | 14:55  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           | 400米 決     | 400米 決     |            |
| 15:40 | 15:20  | 15:30  |           | 100米 決    | 100米 決    | 100米 決    | 100米 決     | 100米 決     | 100米 決     |           |           |           |           |            |            |            |
| 15:50 | 15:30  | 15:40  |           |           |           |           |            |            |            |           | 100米 決    | 100米 決    | 100米 決    | 100米 決     | 100米 決     | 100米 決     |
| 16:00 | 15:40  | 15:50  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 16:05 | 15:45  | 15:55  |           |           |           | 4X100接力 決 |            |            |            |           |           |           | 4X100接力 決 |            |            |            |
| 16:20 | 16:00  | 16:10  |           |           |           |           | 1000米 決    |            |            |           |           |           |           |            |            |            |
| 16:30 | 16:10  | 16:20  |           |           |           |           |            |            |            |           |           |           |           | 1000米 決    |            |            |

兼項情況：運動員須先向田賽裁判長請假，裁判長允許運動員以不同抽籤排定的順序進行一次試跳後，方可離去參加徑賽項目。  
返回後，應即向裁判長消假。兼項情況：運動員須先向田賽裁判長請假，方可離去參加徑賽項目。返回後，應即向裁判長消假。  
If the athletes compete in track and field events at the same time, they should inform the field judges before they leave for the other event, and report to Call Room in person for their Track Event. Athletes should report to the field judges again immediately after finishing the track event.  
若運動員向田賽裁判長請假前往徑賽項目參賽，當返回田賽賽場時比賽已結束，恕不能追討重賽。  
If the athlete asked for leave from the field event to compete in a track event, and the competition is over when he returns to the field event, no rematch can be claimed.