葵青區體育節2026
合辦團體：
葵青青年團
葵青發展義工團
青聯體育會
葵青民政事務處
贊助：
民政事務總署
政府資助計劃 Government-funded programme



慶祝中華人民共和國成立77周年

葵青區體育節2026

田徑錦標賽

十一月二十八至二十九日

青衣運動場

賽事章程

目錄

1. 地點 1
2. 日期 1
3. 比賽時間 1
4. 組別 2
5. 項目 3
6. 程序表# 5
7. 報名 6
8. 報名條款 7
9. 規則 8
10. 器材 11
11. 獎項 14
12. 號碼布 15
13. 聲明 16

章程

1. 地點

青衣運動場

新界青衣青敬路

2. 日期

二零二六年十一月二十八日~二十九日

3. 比賽時間

上午八時三十分至晚上八時

合辦團體：
葵青青年團
葵青發展義工團
青聯體育會
葵青民政事務處
贊助：
民政事務總署
政府資助計劃 Government-funded programme

4. 組別

參賽組別	出生日期
U10	1/1/2017 ~ 31/12/2018
U12	1/1/2015 ~ 31/12/2016
U14	1/1/2013 ~ 31/12/2014
U16	1/1/2011 ~ 31/12/2012
U18	1/1/2009 ~ 31/12/2010
U20	1/1/2007 ~ 31/12/2008
公開組	28/11/1991 ~ 31/12/2006
35~39	28/11/1986 ~ 27/11/1991
40~44	28/11/1981 ~ 27/11/1986
45~49	28/11/1976 ~ 27/11/1981
50~54	28/11/1971 ~ 27/11/1976
55~59	28/11/1966 ~ 27/11/1971
60~64	28/11/1961 ~ 27/11/1966
65~69	28/11/1956 ~ 27/11/1961
70~74	28/11/1951 ~ 27/11/1956
75~79	28/11/1946 ~ 27/11/1951
80~84	28/11/1941 ~ 27/11/1946
85~89	28/11/1936 ~ 27/11/1941
90~94	28/11/1931 ~ 27/11/1936
95~99	28/11/1926 ~ 27/11/1931

400 米親子賽組別

參賽組別	出生年份
U6	2021 - 2022
U8	2019 - 2020
U10	2017 - 2018

* 不得越級挑戰

合辦團體：葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處
贊助：民政事務總署
政府資助計劃 Government-funded programme

葵青區體育節 2026 - 田徑錦標賽

5. 項目

男子	青少年組							先進組												
	U10	U12	U14	U16	U18	U20	公開組	35~39	40~44	45~49	50~54	55~59	60~64	65~69	70~74	75~79	80~84	85~89	90~94	95~99
60 米	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
100 米	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
110 米跨欄					✔	✔	✔	✔	✔	✔										
100 米跨欄											✔	✔	✔	✔						
80 米跨欄															✔	✔				
200 米	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
400 米		✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
800 米			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
5000 米					✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
5000 米競走							✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
跳遠		✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
跳高			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
推鉛球			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
擲壘球	✔	✔																		
擲鐵餅			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
擲標槍			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
五項全能								✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
4x100 米^	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
4x400 米^			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
混合接力^*			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔

* 混合接力，每隊必須由 2 名男隊員及 2 名女隊員組成（共 4 人）。

^ 在每個年齡組別 4x100 米、4x400 米及混合接力接力項目中，各屬會/團體可派出上限兩隊作賽。U35 或以上之接力，每隊接力隊伍只需一人(最年輕隊員) 報名 ；U10~**公開組**之接力，每隊接力隊伍只需一人(最年長隊員) 報名 。

合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處 贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

葵青區體育節 2026 - 田徑錦標賽

女子	青少年組							先進組												
	U10	U12	U14	U16	U18	U20	公開組	35~39	40~44	45~49	50~54	55~59	60~64	65~69	70~74	75~79	80~84	85~89	90~94	95~99
60 米	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
100 米	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
100 米跨欄					✔	✔	✔	✔												
80 米跨欄									✔	✔	✔	✔								
200 米	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
400 米		✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
800 米			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
5000 米					✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
5000 米競走							✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
跳遠		✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
跳高			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
推鉛球			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
擲壘球	✔	✔																		
擲鐵餅			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
擲標槍			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
五項全能								✔	✔	✔	✔	✔								
4x100 米^	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
4x400 米^			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
混合接力^*			✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔

* 混合接力，每隊必須由 2 名男隊員及 2 名女隊員組成（共 4 人）。

^ 在每個年齡組別 4x100 米、4x400 米及混合接力接力項目中，各屬會/團體可派出上限兩隊作賽。U35 或以上之接力，每隊接力隊伍只需一人(最年輕隊員) 報名 ；U10~**公開組**之接力，每隊接力隊伍只需一人(最年長隊員) 報名 。

合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處
贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

6. 程序表#

第一天 (暫定)

檢錄時間	比賽時間	男子		女子	
		徑項	田項	徑項	田項
09:00 – 17:00		100 米 (決)	跳遠 跳高 推鉛球 擲標槍 擲壘球 五項全能 (跳遠, 擲標槍, 擲鐵餅)	100 米 (決)	跳遠 跳高 推鉛球 擲標槍 擲壘球 五項全能 (跳高, 跳遠,推鉛球)
		400 米 (決)		400 米 (決)	
		800 米 (決)		800 米 (決)	
		4x100 米 (決)		4x100 米 (決)	
		混合接力 (決)		混合接力 (決)	
		男子五項全能 (200,1500 米)		女子五項全能 (短跨欄 , 800 米)	
17:00 – 20:00		5000 米 (決)		5000 米 (決)	
		5000 米競走 (決)		5000 米競走 (決)	

第二天 (暫定)

檢錄時間	比賽時間	男子		女子	
		徑項	田項	徑項	田項
09:00 – 15:00		80 米跨欄 (決)	跳遠 跳高 推鉛球 擲鐵餅	80 米跨欄 (決)	跳遠 跳高 推鉛球 擲鐵餅
		100 米跨欄 (決)		100 米跨欄 (決)	
		110 米跨欄 (決)		60 米 (決)	
		60 米 (決)		200 米 (決)	
		200 米 (決)		4x400 米 (決)	
		4x400 米 (決)		400 米(親子賽) (決)	
		400 米(親子賽) (決)			

#各項賽事實際比賽時間將依報名人數及比賽當天情況或會作出調整，參賽者請於比賽前 2 天留意本會網站，及當天網頁或 Facebook 之更新。

合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處
贊助： 民政事務總署
政府資助計劃 Government-funded programme

7. 報名

填妥網上報名表 https://forms.gle/aFfpL3qfyKQNW7NU8

- 所有報名以先到先得為準，先到先得是以成功登記之日期為準。報名人士請確認收到 google form 最後確認之自動回覆電郵
- 報名日期： 二零二六年十月二十七日（星期二）
  名額 ： 1,000 人
- 截止日期 ： 二零二六年十一月十三日中午 12:00 或額滿即止
  報名費用 ： 港幣$40/項
  ： 接力項目~~每隊~~每人港幣$40 (總數為$160)
  ： 親子接力每隊 $40 (一大人一小朋友)
  ： 五項全能 $100
- 報名費 經本會確認後方可提交，敬希注意 !!!
- 報名費必須經本會電郵正式確認後方可提交 (不是 Google Form 確認電郵) ，參加者請確保電郵地址準確。

合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處
贊助： 民政事務總署
政府資助計劃 Government-funded programme

8. 報名條款

8.1. 整個賽事每名運動員祇可代表一個單位作賽。如被發現有重複，賽會將取消重覆的報名者申請而不作另行通知。重覆報名者將不獲退回重覆繳付的報名費用。

8.2. 截止日期後約一星期，本會將於網站 www.pacers.org.hk 上載確認名單，及電郵發出繳款通知，請於收到通知後一星期內繳付，逾期者，該參賽資格將由項目後補名單參賽者補上) 比賽時間表及線道表亦將於網站公佈，所有成功報名以比賽前 2 天於網上公布版本為準。

8.3. 退款: 報名表格一經收取，報名費將不獲發還。

8.4. 接力賽事之運動員必須出示個人號碼布，未有個人項目者亦需提前登記。

8.5. 所有賽事不接受即場登記報名 (包括接力及親子接力)。

8.6. 團體報名只限於 學校、註冊舊生會 或 中國香港田徑總會屬會為單位。每個團體只可提交一份報名表。

9. 規則

9.1. 請所有運動員帶備年齡證明文件副本，以便工作人員核對其年齡及姓名。

9.2. 運動員必須穿著代表團體之隊服作賽。

9.3. 只限比賽時間之運動員及 比賽前三十分鐘進行熱身之運動員，方可進入田徑場，其餘觀眾或運動員需於看台觀看比賽。

9.4. 觀眾進場後只能到安排的看台觀賽。

9.5. 完成所有比賽的運動員，請盡快離開比賽場地。

9.6. 徑賽項目將會使用全自動計時及終點攝影系統 (Fully Automatic Timing and Photo Finish System) 計時。

9.7. U10~公開組別比賽按世界田徑聯會(WA)及中國香港田徑總會(HKAAA)規則進行，35~39 或以上先進組別 比賽 按世界大師田徑協會(WMA), 國際田徑聯會(WA) 及 中國香港田徑總會(HKAAA)規則進行，裁判之決定為最後判決。

缺席任何項目比賽之運動員將不會影響隨後項目之參與權利，(即世界田徑聯會規例 4.4.1 及 4.4.2 將不會在此賽事執行)，全能項目內之個別項目除外。

9.8. 如因成績出現問題，賽會會保留重賽權利。

合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處

贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

9.9. 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。錯過的輪次不補，但錯過的輪序可補，若輪序已過，裁判長可安排運動員在該輪次最後試跳，若運動員提出要求提早試跳，裁判長亦應允許。

9.10. 請注意：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。

9.11. U18~公開組運動員 400 米或以下 (包括 4x100 及 4x 400) 必須用蹲踞式起跑及使用起跑器；U16 或以下可選擇使用起跑器。

9.12. 田項賽事中(跳高除外)， U20 及 U18 組別之運動員將會有 3 次試跳 / 擲機會，之後首 8 名運動員將會多獲 3 次試跳 / 擲之機會；如參賽人數於 8 人或以下，所有運動員將會獲得 6 次試跳 / 擲機會。U16 或以下組別則有 3 次試跳/擲機會。

9.13. 跳高賽事中，若完成賽事後多於一名運動員並列第一，將不進行名次賽(Jump off)。

9.14. 如參加人數少，賽會有權將不同組別合併進行，但成績根據組別分開。

9.15. 若某項目之總報名人數不足 3 人、或接力項目少於 2 隊，大會有權取消該比賽項目。如賽事當日到場報到人數不足 3 人、或接力項目少於 2 隊，大會有權取消該比賽項目賽事，如仍照常舉行，惟其成績將不獲大會承認。

9.16. 場內不設廣播，運動員需按照賽事時間表之檢錄時間到檢錄處報到，由工作人員帶領到比賽場地。所有項目需於檢錄處報到。

9.17. 接力隊伍運動員必須於該項接力項目截止檢錄時把接力隊名單交往檢錄處，逾時遞交者將不獲參賽資格。

9.18. 接力項目賽事：所有同一隊之運動員隊服必須相同 (親子接力則不在此限)。

9.19. 親子接力賽小朋友及家長必須要完成整段 400 米，中途不可抱起小朋友進行賽跑。

9.20. 親子接力賽成績只會計算全隊抵達終點成績。

9.21. 檢錄時間:

徑賽檢錄時間 (跨欄除外)	開始檢錄 截止檢錄	比賽前20分鐘 比賽前10分鐘
跨欄	開始檢錄 截止檢錄	比賽前25分鐘 比賽前15分鐘
田賽	開始檢錄 截止檢錄	比賽前30分鐘 比賽前20分鐘

五項全能檢錄時間只適用於每個比賽日的第一個項目，屆時運動員請留意賽事時間表。

9.22. 報名前請細閱報名及賽事規則。

合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處

贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

10. 器材

10.1. 鉛球

	生產商	型號	顏色	數量
1	No Information	Shot 7.26 kg Steel, diameter 121mm	Yellow	1
2	No Information	PK-7,26 7.26 kg Steel, diameter 127mm	powder painted Red	2
3	Polanik	PK-6 6.0 kg Steel, diameter 121mm	powder painted Red	2
4	No Information	Shot 6.0 kg Steel, diameter 119mm	Red	1
5	Polanik	PK-5 5.0 kg Steel, diameter 116mm	powder painted Red	2
6	No Information	Shot 5.0 kg Steel, diameter 116mm	Red	1
7	No Information	Shot 4.0 kg Steel, diameter 106mm	Red	1
8	Polanik	PK-4 4.0 kg Steel, diameter 106mm	powder painted Red	2
9	No Information	3.0 kg, diameter 94mm	Black	1
10	Polanik	PK-3 3.0 kg Steel, diameter 90mm	powder painted Red	2
11	Polanik	Shot 2.0 kg Steel, diameter 85mm	Yellow	2
12	Amber Sports	CIS-2K 2kg Cast Iron Shot	Blue	2

10.2. 鐵餅

	生產商	型號	顏色	數量
1	Polanik	CPD11-1 (COMPETITION DISCUS) 1kg	Red	2
2	No Information	1kg Discus	Red	3
3	Polanik	CPD11-1,5 (COMPETITION DISCUS) 1.5kg	Red	2
4	No Information	1.5kg Discus	Red	2
5	Apex	1.75kg Discus	Green	4
6	Polanik	CPD11-2 (COMPETITION DISCUS) 2kg	Red	3
7	No Information	2kg Discus	Red	2
8	Polanik	CPD11-0,75(DE) (COMPETITION DISCUS)	Blue	2
9	Nelco	Nelco Lo Spin Competition Discus - 0.75 kg	Red	2

葵青區體育節2026 合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處 贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

10.3. 鏢槍

	生產商	型號	顏色	數量
1	Apollo	Aeroflo Javelins 800g	Green	4
2	Polanik	700g	Yellow/Red	2
3	Silver Arrow	700g certified Javelin	White/Red	2
4	Polanik	600g	White	3
5	Silver Arrow	600g certified Javelin	White/Red	2
6	APEX	APEX Javelin 500g	Green	1
7	No Information	500g	Yellow x2+White x2	4
8	Polanik	AF11-400 (AIR FLYER 400g)	Lila-Pink	4

葵青區體育節2026 合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處 贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

11. 獎項

11.1. 所有項目獎項須於成績公佈及確認後到領獎處領取。如未能即日領取請於 11/12/2026 前電郵至本會預約補領時間，逾時聯絡本會則不獲補發獎項。

11.2. 各組別將設個人總冠軍獎項，以各項目名次分數計算(冠軍 9 分、亞軍 7 分、季軍 6 分……第八名 1 分)，累積分數最高者(只計算最高分數的三個項目)，本會將於比賽當日頒發各組別總冠軍。(如同分數則計算獲較多冠軍為優勝，如冠軍數量相同則獲較多亞軍為優勝，...)。

11.3. 男/女子青少年組/先進組 將設共四個團體總冠軍獎項，團體分數按該團體所有年齡組別之運動員於項目所取得之分數總和計算（接力項目分數以雙倍計算）。所有得分方式，請參閱下表(團體計分方法):

團體計分方法 Overall Scoring System

出席比賽人數	名次							
	1st	2nd	3rd	4th	5th	6th	7th	8th
8 人或以上	9 分	7 分	6 分	5 分	4 分	3 分	2 分	1 分
7 人	8 分	6 分	5 分	4 分	3 分	2 分	1 分	
6 人	7 分	5 分	4 分	3 分	2 分	1 分		
5 人	6 分	4 分	3 分	2 分	1 分			
4 人	5 分	3 分	2 分	1 分				
3 人	4 分	2 分	1 分					
2 人	3 分	1 分						
1 人	2 分							

- 若名次相同，則以相關名次所得之分數總和平均分配。
- 若總分相同，則計算同分隊伍獲得冠軍之數目，多者為勝，再相同，則計算亞軍數目，依次類推，接力項目與個人項目無分輕重。

合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處 贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

11.4. 每項個人賽事首三名運動員將獲發獎牌一個。接力賽事及親子賽首三名每名運動員將獲發獎牌一面。

11.5. 若對成績存疑，可於成績宣佈後 30 分鐘內以書面提出，並須繳交港幣 300 元上訴費，如上訴得值，有關費用可獲全數退還。

12. 號碼布

12.1. 個人參賽者可於比賽當日到場領取。參賽者必須在胸前扣上大會派發之號碼布，如需補領號碼布，需到檢錄處辦理及須即場繳付每張港幣 50 元，款項將不會退還。

葵青區體育節2026 合辦團體： 葵青青年團 葵青發展義工團 青聯體育會 葵青民政事務處 贊助： 民政事務總署 政府資助計劃 Government-funded programme

13. 聲明

13.1. 所有參賽者在往返比賽場地中受到任何財物損失、受傷或致死亡時，主辦賽會、贊助商及其他有關合辦機構均無須負上任何責任。

13.2. 主辦單位/活動策劃及其代理商有權使用任何有關活動之相片、錄像及賽事記錄作任何合法用途，包括活動宣傳之用。

13.3. 如因場地問題或比賽開始前八小時，天文台懸掛八號或以上熱帶氣旋警告信號、紅色或黑色暴雨警告信號，當日比賽將取消舉行。天文台懸掛三號或以上熱帶氣旋警告信號，U16以下組別及親子接力賽事亦會取消，所有因惡劣天氣取消之賽事將不得要求退款。

13.4. 所有比賽項目和參賽名額將會隨時作出更改或取消。

13.5. 所有參賽者/觀眾必須遵守一切比賽規則安排，主辦單位保留解釋及修改上述規則之權利。如不遵從，大會有權請該參賽者/觀眾離開場地而不作任何退款安排，並保留追究權利。

合辦團體：
葵青青年團
葵青發展義工團
青聯體育會
葵青民政事務處
贊助：
民政事務總署
政府資助計劃 Government-funded programme