

# 110年宜蘭縣運動會 01-田徑技術手冊

一、比賽日期：110年3月27-28日

二、比賽場地：宜蘭運動公園田徑場

第一條 田徑競賽項目：

男子：

1. 跳高。2. 跳遠。3. 撐竿跳高。4. 三級跳遠。5. 鉛球。6. 鐵餅。7. 鏈球。8. 標槍。9. 100公尺。10. 200公尺。11. 400公尺。12. 800公尺。13. 1500公尺。14. 5000公尺。15. 馬拉松。16. 10000公尺。17. 110公尺跨欄。18. 400公尺跨欄。19. 3000公尺障礙。20. 4\*100公尺接力。21. 4\*400公尺接力。22. 十項全能。

女子：

1. 跳高。2. 跳遠。3. 撐竿跳高。4. 三級跳遠。5. 鉛球。6. 鐵餅。7. 鏈球。8. 標槍。9. 100公尺。10. 200公尺。11. 400公尺。12. 800公尺。13. 1500公尺。14. 5000公尺。15. 10000公尺。16. 100公尺跨欄。17. 400公尺跨欄。18. 馬拉松。19. 4\*100公尺接力。20. 4\*400公尺接力。21. 七項全能。22. 3000公尺障礙。

第二條 選手參賽資格：

1. 須年滿12足歲（民國98年3月27日（含）以前出生）。
2. 馬拉松須年滿17足歲（民國93年3月27日（含）以前出生）。
3. 3000公尺障礙、5000公尺、10000公尺等項目須年滿15足歲（民國95年3月27日（含）以前出生者）以上始可參賽。
4. 戶籍規定：凡中華民國國民，在其代表單位之行政區域內，設籍連續滿（含）半年以上（即民國109年9月1日含以前設籍者，且至報名該競賽種類賽事完成前，無遷進或遷出戶籍等異動情形）。

第三條 報名人數規定：

每單位每項比賽，至多可報三人。接力每單位以參加一隊為限，註冊隊員均可參加。選手個人參賽項目不予限制。

第四條 比賽細則：

1. 依總則第七條獎勵：實際參加人數頒發獎狀。
2. 馬拉松男子組比賽全程時間限定4：00：00內完成；女子組比賽全程時間限定4：30：00內完成。

第五條 比賽規則：

採用中華民國田徑協會最新審定出版之田徑規則。

第六條 比賽器材規定：

凡自備器材者須於賽前送大會檢定。

第七條 技術會議：3月24日(星期三)下午3時於縣體育會會議室舉行。各單位須於技術會議時提出「不出賽名單」，各單位若無法派人出席會議致使選手權益受損，責任自負。

第八條 本技術手冊經宜蘭縣政府核備後實施，修正時亦同。

馬拉松路線

宜蘭運動公園體育場南門(南一區入口)-場區內環-公園路-凱旋路-南津路-浮洲橋-溪洲路-長堤路-長堤路通過路燈#831235折返(第1、3折返點)溪洲路-浮洲橋-南津路-凱旋路-凱旋與公園路路口(第2折返點)-公園路-宜蘭運動公園-南門入口進入體育場內朝110Mh 第二道往終點直行-抵達終點