



# 保良局 PO LEUNG KUK

於1878年成立的慈善機構  
A charity established since 1878

顧問局當然主席  
民政事務局局長  
Advisory Board  
Ex Officio Chairman  
Secretary for Home Affairs

辛丑年董事會  
Board of Directors  
2021-22

主席 Chairman:  
林潞先生  
Mr. L. LAM

副主席 Vice-Chairmen:  
陳正欣博士, MH  
Dr. Daniel C.Y. CHAN, MH  
陳黎惠蓮女士  
Mrs. Winnie W.L. CHAN  
龐董晶怡女士  
Mrs. Helena C.Y. PONG  
李何芷韻女士  
Mrs. Amanda T.W. LEE  
譚毓楨小姐  
Miss Jenny Y.C. TAM

總理 Directors:  
鄧宣宏雁女士  
Mrs. Emily H.Y. TANG  
何猷亨先生  
Mr. Arnaldo Y.H. HO  
林承毅先生  
Mr. Louie S.N. LAM  
陳健文太平紳士  
Mr. Clement J.W. CHEN, JP  
郭浩泉先生  
Mr. Patrick H.C. KWOK  
廖偉芬小姐  
Miss Jennifer W.F. LIU  
湯振傑先生  
Mr. Jonathan C.K. TONG  
顏肇臻先生  
Mr. Andrew NGAN  
何許頴嘉女士  
Mrs. Candy W.K. HO  
蔡加敏女士  
Ms. Carmen K.M. CHOI  
伍穎梅太平紳士  
Ms. Winnie NG, JP  
卓歐靜美女士, MH  
Mrs. Corona C.M. CHEUK, MH  
鄧李璧蓮女士  
Mrs. Stephanie TANG  
陳思暉先生  
Mr. Simon S.W. CHAN

二零二一年七月

保良局主席兼總校監

林潞

林潞

謹啟

敬啟者：本局謹訂於本年十月九日（星期六）上午八時三十分在西貢北潭涌舉辦——保良局慈善跑——，由本局副主席李何芷韻女士、總理郭浩泉先生、湯振傑先生及鄧李璧蓮女士擔任節目籌委會主席，為本局青少年及各項服務籌募拓展經費。是次活動起跑儀式及頒獎禮於本局賽馬會北潭涌度假營舉行，設半程馬拉松、十公里及三公里組別，並有多個賽事及籌款獎項，歡迎各界以個人或團體名義參與。本年更新新增親子競技賽，適合三至十一歲兒童於家長陪同下參與。

現呼籲各屬校校友會鼎力支持，鼓勵校友熱烈響應，藉此機會互相交流及切磋，共同推動全城運動風氣。隨附是次活動相關資料以供察閱。倘有查詢，請與本局高級籌募主任黃惠山先生聯絡（電話：二二七七八四三九）。

保良局各屬校校友會

此致

宏安地產呈獻：保良局慈善跑  
保良局屬校校友會參加回條

為方便統計參加人數，請屬校校友會於 2021年9月15日或之前 將參加者名單交保良局籌募部。  
電郵：[amy.chau@poleungkuk.org.hk](mailto:amy.chau@poleungkuk.org.hk) 傳真：2882 9036

親身遞交/郵寄：香港銅鑼灣禮頓道 66 號保良局莊啟程大廈 10 樓籌募部

有關 2021 年 10 月 9 日「宏安地產呈獻：保良局慈善跑」，本會樂意支持：

1. [ ] 參與慈善跑，名單如下：

組別	參加者姓名	性別(M/F)	年齡
<b>親子競技賽</b> 最低捐款額 (每個活動項目)：\$180	1.		
	2.		
	3.		
<b>三公里公開組</b> 最低捐款額：\$300	1.		
	2.		
	3.		
<b>十公里分齡組</b> 最低捐款額：\$300	1.		
	2.		
	3.		
<b>半馬拉松分齡組</b> 最低捐款額：\$300	1.		
	2.		
	3.		
<b>十公里團體賽</b> 最低捐款額：\$5,000 4 人一隊，可男女混合，以全隊成績總和計算名次	1.		
	2.		
	3.		
	4.		

註 1：親子競技賽參加者必需為 3 至 11 歲兒童及有家長/監護人陪同；三公里公開組、十公里及半馬拉松分齡組參加者必需為 18 歲或以上，請確保參加者符合資格；

註 2：如表格不敷應用，請自行影印填寫；

註 3：活動名額有限，倘參加人數超逾賽道可容納人數上限，將以先到先得分配；

註 4：親子競技賽最低捐款額為每個活動項目\$180；三公里公開組、十公里及半馬拉松分齡組最低捐款額為每位\$300；團體賽為每隊\$5,000。

2. [ ] 捐款港幣\$ \_\_\_\_\_ 支持保良局青少年及各項服務。

隨附 \_\_\_\_\_ 銀行支票 (抬頭：「保良局」或 Po Leung Kuk)，號碼 \_\_\_\_\_，共銀\$ \_\_\_\_\_

校友會名稱：\_\_\_\_\_ 聯絡人：\_\_\_\_\_

通訊處：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 傳真：\_\_\_\_\_ 捐款收據抬頭：\_\_\_\_\_

正楷署名  
二零二一年九月 日

註：1. 捐款\$100或以上可憑正式收據申請扣稅。

2. 此表格上之個人資料除作上述用途外，保良局將不時透過直接郵遞、電郵、電話、手機短訊、通訊應用程式及傳真等途徑，向閣下提供有關保良局動向、服務推廣及籌募活動等的資訊，如不擬收取，在以下方格內加「√」號後交回保良局，傳真：28829036。

本人不欲收取任何保良局上述的宣傳郵件。

## 宏安地產呈獻：保良局慈善跑

日期：2021年10月9日(星期六)  
 起點：保良局賽馬會北潭涌度假營  
 起跑時間：上午8時30分  
 頒獎禮：上午9時45分至11時(嘉年華至下午3時)  
 善款用途：保良局青少年及各項服務

路線：

3公里	10公里	半馬拉松
保良局賽馬會北潭涌度假營 → 大網仔路 → 西貢萬宜路及麥理浩徑一段至 迴旋處 → 折返回北潭涌傷健樂園	保良局賽馬會北潭涌度假營 → 大網仔路 → 西貢萬宜路及麥理浩徑一段 → 萬宜水庫西壩 → 折返回北潭涌傷健樂園	保良局賽馬會北潭涌度假營 → 大網仔路 → 西貢萬宜路及麥理浩徑一段 → 萬宜水庫東壩 → 西壩旁至近創興水上活動中心 → 折返回北潭涌傷健樂園



組別	報名費(捐款)	獎項
<b>3公里個人賽</b> -男子、女子公開組(18歲或以上) -男子、女子少年組(12-17歲)	每位\$300 (少年組每位\$180)	每組第一至第五名
<b>10公里個人賽</b> -男子、女子長青組(45歲或以上) -男子、女子壯年組(30-44歲) -男子、女子青年組(18-29歲)	每位\$300	每組第一至第五名
<b>半馬拉松個人賽</b> -男子、女子長青組(45歲或以上) -男子、女子壯年組(30-44歲) -男子、女子青年組(18-29歲)	每位\$300	每組第一至第五名
<b>10公里團體賽</b> 每隊4人，18歲或以上， 可男女混合，以全隊成績總和計算名次	每隊\$5,000	團體第一至第五名
註一：捐款港幣\$100或以上可獲發捐款收據申請扣稅； 註二：每位參加者只可報一項賽事。		

## 宏安地產呈獻：保良局慈善跑

### 防疫安排：

因應政府的防疫要求，所有跑手必須完成疫苗接種以參加比賽（在賽事前的最少 14 天前，即 2021 年 9 月 24 日，已完成接種兩劑政府認可的 2019 冠狀病毒病疫苗，同時必須在賽事開始前 48 小時內進行 COVID-19 聚合酶連鎖反應 (PCR) 測試並提供陰性的檢測結果。（檢測需由跑手自費進行）若未能提供有效紀錄，跑手將不予獲發跑手包及參加比賽，所有報名捐款亦不予退回。

### 領取跑手包：

跑手包將於 10 月上旬經學校派發予參加者。每位參加者將獲大會跑手包乙個內含跑衣、號碼布連晶片（額外捐款\$100 可指定編號 / 名稱）、跑手禮品等。賽事當日不設補領。  
( 經 Sportsoho 網頁報名者則按有關提供方式領取跑手包 )



跑衣

### 獎項：

賽事獎項：各組設冠、亞、季軍，於比賽當日頒獎禮頒發

另設屬校籌款及參與獎項（截計日期為 2021 年 9 月 30 日），包括：

1. 屬校個人最高籌款冠、亞、季軍 - 全屬校計（不分組別），獎勵籌得款項最高之三位學生或教職員
2. 屬校最高籌款冠、亞、季軍 - 全屬校計（不分組別），獎勵籌得款項最高之三間屬校
3. 屬校最高參與人數冠、亞、季軍 - 全屬校計（不分組別），獎勵參與人數最高之三間屬校

完成賽事者將獲發電子證書及獎牌；個人成績及名次將於本年 10 月 15 日在活動網頁公佈

### 親子競技比賽：

活動特設親子競技比賽，適合 3 至 11 歲兒童及家長/監護人於度假營內足球場進行：

競技項目	參與人數	報名費(捐款)	獎項
二人三足	一名 3 至 11 歲兒童 及 一名家長/監護人	\$180	第一至第五名
跳布袋	一名 3 至 11 歲兒童	\$180	第一至第五名

## 宏安地產呈獻：保良局慈善跑

### **比賽當日安排：**

報到時間：6:30am 至 8:15am

報到地點：保良局賽馬會北潭涌度假營

行李寄存：營內將設有行李寄存區，如需寄存行李，請於 8:15am 或之前到寄存區辦理

設施：參加者可使用度假營內洗手間及更衣室，大會設急救服務及水站(為響應環保，請自攜水樽)

交通安排：由於場地所限，大會不提供泊車位予參加者，亦**不建議**參加者駕車前往，以免引起交通阻塞；

**請使用公共交通或大會安排之收費接駁巴士前往( 有關車資請連同贊助表格及捐款一併繳交，車票將連同跑手包一併派發 )**

**去程收費接駁巴士 ( 準時開出，逾時不候，不設退款 )**

地區	上車地點	時間	費用
香港	灣仔港鐵站 B1 出口	6:30am (第一班) 7:00am (第二班)	\$30
九龍	旺角朗豪坊 (上海街)		
新界	沙田東鐵站 B 出口 (排頭街)		

### **回程免費接駁巴士**

時間	路線
時段 1 : 12:00nn 至 1:00pm 時段 2 : 3:00pm 至 4:00pm ( 15-20 分鐘一班，滿座開出，班次或因應交通情況或人流有所調整 )	度假營 → 西貢市中心

### **其他：**

查詢： 2277 8438 / 2277 8118 ( 保良局籌募部 )

健康提示：大會建議參加者於報名前考慮個人技術水平及健康狀況是否適合。

凡報名參加，即聲明個人技術水平及健康狀況適合參加，並同意主辦機構、協辦機構及贊助商毋須為活動所發生的意外及財物損失作出賠償及負上任何法律責任。

惡劣天氣安排：若比賽當日早上 5 時 30 分或之後，天文台懸掛八號或以上颱風、黃色、紅色、黑色暴雨警告，比賽將會取消，不設補賽及退款。



活動網頁：<https://plkrun.sportsoho.com/zh-hant>

**比賽當日熱線：9145 1056**