

國立東華大學 2026 年校慶系列—4.0K 夜光超慢跑活動簡章

- 一、活動宗旨：提倡校園超慢跑運動風氣，培養本校教職員眷屬終身運動的習慣，促進各年齡層達到健康生活與福祉的永續目標，特舉辦本活動
- 二、主辦單位：國立東華大學洄瀾學院體育中心
- 三、活動日期：115 年 12 月 4 日 星期五，晚上 18：30 報到(備案 12 月 10 日星期四)
- 四、活動承辦人：江正發老師
- 五、活動集合地點：體育中心前廣場。
- 六、活動地點：國立東華大學壽豐校區。
- 七、超慢跑里程數：4.0 公里
- 八、參加對象：本校教職員工生及其眷屬皆可參加。
- 九、錄取人數：本校教職員與本校在學學生共計 60 名（依 google 報名先後順序錄取）。
- 十、報名網址：<https://forms.gle/nCuFvSzAC8Kt8AQ27>
- 十一、報名截止日期：簡章發佈日起至 115 年 11 月 20 日（五），中午 12 點 30 分止。
- 十二、報名費：免費。
- 十三、活動說明：
 - （一）本活動雖非競賽性質，仍請參加者評估自身健康狀況無虞後再報名參加。
 - （二）本次活動錄取者需依活動的報到時間完成報到，未完成報到者視同放棄參賽。
 - （三）錄取名單將於 11 月 27 日（五）前全校公告與發佈於體育中心網頁。
 - （四）起跑時間 12 月 4 日（五）晚上 18：40 分；關門時間晚上 20：00 分。
 - （五）完賽者如有需要完賽證明者，請記得填寫表單中之 mail 提出。
 - （六）建議穿著運動服裝，運動鞋參加活動。
- 十四、注意事項：
 - （一）體育館設置飲水機數台，自備環保杯取用，並建議攜帶毛巾。
 - （二）本活動無投保，請參加者自行投保。
 - （三）主辦者擁有該活動調整、解釋權。

十五、活動流程

時間	內容
18：20~18：30	報到與集合(體育館前廣場)
18：30~18：35	活動安全規範說明與暖身操
18：35~18：40	開幕與長官致詞
18：40~	鳴笛起跑
20：00	關門時間

註：依現場實際狀況調整。

十六、活動路線圖

