# 2018 年东南大学冬季阳光长跑活动

# 暨“庆祝改革开放 40 周年”主题活动竞赛规程

为纪念改革开放 40 周年，传承改革创新精神，展现当代学子的青春风采，丰富大学生的校园生活，我校决定在九龙湖校区举行“践行复兴路，青春铸辉煌”——2018 年东南大学冬季阳光长跑活动”暨“庆祝改革开放 40 周年”主题活动。具体竞赛规程如下：

一、主办单位：东南大学体育运动委员会

二、承办单位：体育系、共青团东南大学委员会

三、协办单位：党委学工部　党委研究生工作部　学生会体育部

四、运营单位：每步科技（上海）有限公司

五、竞赛时间、地点及路线距离

1、时间：2018 年 12 月 8 日（周六下午 13:30）

2、地点：九龙湖校区桃园田径场

3、路线距离：

（1）竞赛组：男子组学校内三环 1 圈（约 4500 米）；

女子组学校内二环 1 圈（约 2500 米）。

（2）健身组：跑学校二环 1 圈(约 4000 米)



六、参赛单位：

全校师生和校友

七、参赛办法：

1、凡东南大学在校学生（含研究生）、教职工、校友均可报名参赛。

2、竞赛组：（关门时间为发枪后 1 小时）

学生组：以学院为单位报名参加，每队设领队 1 名，参赛运动员 30 名（其中男子 20 名、女子 10 名）。

教工（校友）组：个人报名，男子组限 30 人，女子组限 30 人，先报先得，额满为止。

3、竞赛组参赛要求

参赛者须身体健康（强烈建议参加体检），并有经常参加跑步锻炼或训练的习惯。有下列疾病者不宜参加比赛：

1）先天性心脏病和风湿性心脏病患者；

2）高血压和脑血管疾病患者；

3）心肌炎和其他心脏病患者；

4）冠状动脉病患者和严重心律不齐者；

5）血糖过高或过低的糖尿病患者；

6）其它不适合运动的疾病患者。

4、报名时间：

学生组：各学院将参赛名单于 2018 年 11 月 28 日 17：00 前以电子文档的形式发至 dndxqtjs@163.com 邮箱。报名表见附件。

教工（校友）组：短信报名，将个人信息（姓名、性别、单位名称、身份证号，联系方式）在 11 月 28 日前发至 16605221919 王毓洲，报名是否成功请在赛前 1 周登录东南大学体育系微信平台查询。

5、竞赛组参赛声明

所有参赛选手报名之前必须认真阅读竞赛规程。参赛选手提交报名信息即被默认为同意此竞赛规程上的一切内容并做出以下声明：

1）本人自愿报名参加 2018 年东南大学冬季阳光长跑活动

2）本人全面理解并同意遵守组委会及承办单位所制订的各项规程、规则、

规定、要求及采取的措施；

3）本人身心健康，已为参赛做好充分准备；

4）本人全面理解参赛可能出现的风险，已准备必要的防范措施，愿意承担比赛期间发生的自身意外风险责任，且同意主办单位、承办单位等赛事机构作出的对于非承办单位原因造成的伤害、死亡或其他一切损失不承担任何形式的赔偿之责任；

5）本人同意接受承办单位在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由参赛选手自理；

6）本人承诺以自己的名义报名并参赛，绝不将报名后获得的号码布及计时标签以任何方式转让给他人，否则产生的后果完全由本人负责；

7）本人保证向组委会提供有效的身份证件和资料用于核实身份，并同意承担因身份证件和资料不实所产生的全部责任；

8）本人已认真阅读并全面理解以上内容，且对上述所有内容予以确认并承担相应的法律责任。

6、健身组：要求各学院组织好学生参加（请带好校园卡），同时也请学院把研究生和教职工列入参加本次活动中，各学院人数安排如下：

小院（系）组学生参加人数不少于 200 人；大院（系）组学生参加人数不少于 500 人。其中研究生和教职工人数包括在各学院总人数内。

八、竞赛办法：

1、比赛采用国家体育总局审定的最新田径竞赛规则。

2、组委会为竞赛组提供比赛服、号码布、赛包及芯片计时服务，参赛者需严格按照说明书提供的方式正确佩戴号码布及计时标签以记录成绩，如因参赛者本人未能正确佩带计时标签导致无法记录成绩，组委会概不负责。发令枪响后，参赛者以通过起点感应线开始计时，组委会在起（终）点和折返点处均设有计时感应带，参赛选手在跑进过程中，必须通过所有的感应区，如缺少任何一个分段点的成绩，将取消该参赛者的全部比赛成绩。关门时间为发枪后 1 小时。

3、总团体（学生组男、女相加）和个人比赛

1）团体比赛：学生组各学院分别取 15 个男子最好成绩相加作为各学院男子团体成绩、7 个女子最好成绩相加作为各学院女子团体成绩，分别参与男、女团

体排名奖励；取 15 个男子最好成绩于 7 个女子最好成绩相加作为各学院总团体成绩参与总团体排名奖励。男子成绩不足 15 人的或女子成绩不足 7 人的不参与各类团体排名奖励。

2）个人比赛：以运动员到达终点的净成绩决定名次。

九、录取名次与奖励

1、团体比赛：学生组男、女团体总分取前十名；总团体取前十名。

2、个人比赛：按完赛净时间分别录取学生男子组前 80 名，学生女子组前 50 名，教工（校友）组跑完全程成绩有效者均录取名次。对获个人名次奖的运动员颁发奖品，凡竞赛组参赛运动员（跑完全程者）均可以下载完赛证书，并获得纪念品一份，。

3、比赛结束后，按照枪声成绩对获得学生男、女组前 3 名，教工（校友）男、女前 3 名者颁奖。

4、比赛结束后，为获团体奖的各代表队颁发奖牌；

5、本次活动所有参赛人员,跑完全程者均计为完成 2 次早锻炼，竞赛组人员以按完赛时间为准，健身组人员以通过两个刷卡点打卡后取得（第一次打卡点设在西门附近，第二次打卡点设在桃园田径场内，两次刷卡时间在 30 分钟以内有效）。

**十、凡参加竞赛组的运动员，统一购买保险，请各参赛人员在填写报名信息时，务必填写真实信息，仔细核实身份证号码，以使保单有效。**

十一、组委会联系信息:沈老师，电话 52090821 13851548948；

十二、赛事安全提醒：

1、身体不适宜的运动员不能参加比赛；

2、注意赛前用餐和休息；

3、提前进行赛前适应和热身练习；

4、参赛选手妥善保管好自身贵重物品。

十三、本规程解释权属组委会。未尽事项，另行通知。

东南大学体育运动委员会

2018 年 11 月 20 日