



光愛慈善馬拉松 2026

參加者須知

Mara-B051/26

活動簡介

日期：2026年4月3日（星期五）
 地點：灣仔運動場
 時間：下午3:00報到（下午4:00起跑）
 結束時間：晚上7:30（參加者可按能力隨時結束）
 報名：每位、每項目 HKD \$380（建議捐款）
 預早報名：每位、每項目 HKD \$340 / 11-17歲 HKD \$200
 （只限2月13日或之前）
 備註：鼓勵每位參加者參與籌款行動，建議不少於\$100，籌款贊助表可於網上下載。
 （報名捐款必須於報名時交付作實）

截止報名日期：3月6日

組別	個人男子	個人女子	隊際男子	隊際女子	隊際混合
全馬組 (2014年或以前出生)			✓	✓	✓
半馬公開組 (2008年或以前出生)	✓	✓			
先進組 (1975年或以前出生)	✓	✓			✓
長青組 (1965年或以前出生)	✓	✓			✓

*大會收到報名表及報名捐款後，於7天內以電話或電郵通知，如未有收到，請即致電查詢。

比賽規則

1. 參賽者可選個人或/及隊際接力形式在運動場上挑戰馬拉松、半馬拉松最高圈數或最短完成時間（詳情請留意光愛中心網頁 LLHome.org.hk/chi/marathon2026.html）。
 ① 跑道線 1-3：105/53 圈 ② 跑道線 4-6：100 圈 ③ 跑道線 7-8：95/48 圈
2. 每名隊際的接力組員，比賽中最多只可進場跑 2 次，每次圈數不限。
3. 隊際組員最少 3 人。男子組最多 8 人。女子及混合組最多 12 人，混合組別中「女隊員」所跑總圈數最少為 25 或全隊總圈數的一半，否則或不會獲得獎項。
4. 個人參賽者須自選一位「計圈人」及以大會提供的「圈次記錄表」記錄已完成圈數的時間，並用已在報名時登記有 WhatsApp 功能的智能電話，每半小時傳送「圈次記錄表」之影像給大會。沒有計圈人仍可參與活動，惟將失去獲獎機會。
5. 由於場地限制，「半馬個人組別」參加者的總人數上限為 40 人，額滿即止。
6. 個人組在同一位置起跑。而隊際的起跑點分佈於跑道上不同之指定位置，各隊成員須在該位置外圍等候接力。
7. 參賽者必須在所屬組別的特定跑道線內進行比賽。越過跑道線者可被取消競賽資格。
8. 號碼布必須掛在胸前，不可掛在其他位置，也不可掛多過一塊號碼布。活動期間遺失號碼布或使用他人的號碼布將失去獲獎機會。
9. 參賽隊伍須以大會提供的「圈次記錄表」記錄已完成圈數的時間，並用已在報名時登記有 WhatsApp 功能的智能電話，每半小時傳送「圈次記錄表」之影像給大會，而大會亦不時派出記錄員巡查各隊紀錄。
10. 參加者當跑步結束後，請儘快將贊助表格交回登記處，以便大會填寫個人跑步圈數及貼上專用貼紙。參加者可憑此表格向贊助人證明所跑的圈數，用作取得贊助款項。
11. 贊助人如需正式收據向稅務局申請減免稅項（包括贊助報名捐款），請保留存款收據，惟須留意存款日期之所屬財政年度。
12. 如當日下午 12:30，天文台發出紅色或以上之暴雨警告或 3 號或以上颱風訊號，當日活動取消。若活動取消，相關各項安排將於機構網站另行通告。
13. 賽事期間(下午 4:00-晚上 7:30)不足 11 歲者禁止進入跑道。11-17 歲人士欲參加比賽，必須獲監護人簽署同意，方可參加。
14. 場地設有貯物櫃，場地使用者可免費存放個人物品，建議自備「鎖頭」，貴重物品請自行保管。
15. 因賽事引發的任何爭議，可向大會總裁判提出上訴，機構方擁有最終裁決權。
16. 如有任何查詢，可致電 2427 7122 或電郵：LLHho@LLHome.org 與余小姐聯絡。

以下各組得獎人士將獲頒發獎牌（各隊得獎隊伍同時可獲獎座壹個）：

獎項

	個人男子 公開組	個人女子 公開組	個人男子 先進/長青組	個人女子 先進/長青組	隊際男子	隊際女子	隊際混合
全馬組					冠、亞、季	冠、亞、季	冠、亞、季
半馬組	冠、亞、季	冠、亞、季					
先進組			冠、亞、季	冠、亞、季			冠、亞、季
長青組			冠、亞、季	冠、亞、季			冠、亞、季