

109 年礁溪鄉「百年傳承、歡盪中鞦」 盪鞦韆報名及比賽辦法

一、活動宗旨

礁溪鄉 109 年中秋節活動，重頭戲就是傳承百年歷史的盪鞦韆比賽。延續 130 年歷史的盪鞦韆活動，從傳統節慶文化的角度，更應將中秋節的精神及歷史意義代代傳遞下去，爰特於「中秋民俗遊藝傳承文化」活動中，舉辦盪鞦韆比賽。

二、主辦單位：礁溪鄉公所、礁溪鄉民代表會。

三、協辦單位：礁溪協天廟、宜蘭縣後備憲兵荷松協會礁溪分會、礁溪鄉體育會、礁溪國中、大忠村辦公處、大忠社區發展協會。

四、贊助單位：礁溪協天廟。

五、比賽地點：礁溪國中（礁溪路 4 段 23 號）。

六、比賽時間：109 年 10 月 1 日（四）中秋節當天。

（一）社會公開組

1. 預賽：17 時至 20 時。

2. 決賽：20 時 30 分至 21 時 30 分。

（二）挑戰組：19 時至 21 時 30 分。

（三）體驗組：19 時至 21 時 30 分。

七、報名時間：自 109 年 8 月 10 日（一）起至 9 月 25 日（五）止，每星期一至五，上午 8 時 30 分至 12 時、下午 13 時至 16 時 30 分。

八、報名費用及好禮

（一）報名費用：免費。

（二）報名好禮：

1. 凡報名社會公開組及挑戰組之選手，並且親自參與比賽者，現場即贈送專屬紀念服、毛巾及號碼布。無法親自參與比賽者，視同放棄報名好禮，由候補選手遞補，不得異議。

（1）紀念服尺寸：未填寫尺寸，一律以 L 號尺寸發給。



尺寸	XS	S	M	L	XL	2L	3L
胸圍	44	46	48	50	52	54	56
身長	66	68	70	72	74	76	78
袖圍	16	16.5	17	17.5	18	18.5	19
袖長	17	17.5	18.5	20	21	21.5	22
領圍	14.5	15	15.5	16	16.5	17	17.5
領深	7	7.5	7.5	8	8.5	9	9
亞規尺碼(單位：公分)							

(2) 紀念毛巾尺寸：22 公分*110 公分。

(3) 憑號碼布可至礁溪溫泉公園（森林風呂）
或礁溪溫泉游泳池擇一免費泡湯一次。

a. 礁溪溫泉公園（森林風呂）泡湯時間：109 年 10 月 1 日至 10 月 4 日。

b. 礁溪溫泉游泳池泡湯時間：109 年 10 月 2 日至 10 月 4 日。



社會公開組



挑戰組



2. 凡報名體驗組之選手，並且親自參與比賽者，現場即贈送應景柚子 1 顆，備有 300 顆，送完為止。

九、報名組別及名額

(一) 社會公開組：60 名，10 名候補，額滿為止。

(二) 挑戰組：60 名，10 名候補，額滿為止。

(三) 體驗組：名額不限。

十、報名資格

(一) 社會公開組：年齡 18 歲至 65 歲、體重 100 公斤以下之男女。

(二) 挑戰組：年齡 18 歲至 80 歲、體重 100 公斤以下之男女。

(三) 體驗組：體重 90 公斤以下之男女，7 歲以下必須由家人陪同。

十一、報名文件

- (一) 報名表。(20 歲以下報名者，必須由父親、母親或監護人併同簽章)
- (二) 切結書。
- (三) 國民身分證正面及反面影本。

十二、報名方式及規則

- (一) 社會公開組及挑戰組：採電子信箱、傳真、或親至礁溪鄉公所報名。為免爭議，電子信箱或傳真報名後，請來電確認是否完成報名。
- (二) 體驗組：採現場報名。
- (三) 選手不可重複報名，不可跨組比賽，否則取消資格及獎金。

十三、報名受理人員：礁溪鄉公所民政課李清秀先生，電話 03-9881311 分機 213，報名傳真 03-9889327，報名電子信箱：
873490@mail.e-land.gov.tw。

十四、比賽規則及獎勵

- (一) 社會公開組：以踢中鈴鐺次數區分勝負，由大會輔助員助盪放手後，開始計時。
 1. 預賽：鈴鐺高度約 5 公尺，每名選手限時 2 分鐘，取前 10 名進入決賽。
 2. 決賽：鈴鐺高度約 5.5 公尺，每名選手限時 3 分鐘，取前 10 名頒獎。
 3. 預賽及決賽如有同分者，再進行 P K 賽，每名選手限時 2 分鐘。
 4. 獎金：冠軍 30,000 元、亞軍 20,000 元、季軍 10,000 元、殿軍 6,000 元、優勝 3,000 元(第五名至第十名)。獎金 2 萬元以上者，必須代扣 10% 所得稅。
 5. 獎盃：第一名至第十名頒發獎盃。
 6. 請得獎者於決賽後，至報到處簽立獎金領據，並參加頒獎。
- (二) 挑戰組：以踢中鈴鐺次數區分次數，由大會輔助員助盪放手後，開始計時。
 1. 青壯組(年齡 18 歲至 54 歲)：鈴鐺高度約 5 公尺，踢中鈴鐺一次獎金 200 元，限額最高獎金 2,000 元整，每名選手限時 2 分鐘。
 2. 長青組(年齡 55 歲至 80 歲)：鈴鐺高度約 4.5 公尺，踢中鈴鐺一次獎金 300 元，限額最高獎金 3,000 元整，

每名選手限時 2 分鐘。

3. 請得獎者至報到處簽立獎金領據，並領取獎金。

- (三) 體驗組：以踢中鈴鐺次數區分次數，由大會輔助員助盪放手後，開始計時。鈴鐺高度約 3.5 公尺，踢中鈴鐺贈送紀念品，備有 300 份，送完為止，每名選手限時 1 分鐘。

十五、檢錄報到時間

(一) 社會公開組

1. 預賽：16 時至 16 時 40 分止，參賽者須親自攜帶身分證至檢錄處完成報到後，抽籤決定賽程號次。超過 17 時視同放棄，由候補選手遞補，不得異議。
2. 決賽：20 時至 20 時 20 分止，決賽者須親自攜帶身分證至檢錄處完成報到後，抽籤決定賽程號次，超過 20 時 30 分視同放棄。

- (二) 挑戰組：18 時至 18 時 40 分止，參賽者須親自攜帶身分證至檢錄處完成報到後，抽籤決定賽程號次。超過 19 時視同放棄，由候補選手遞補，不得異議。

十六、選手練習時間

- (一) 9 月 22 日 (二) 10 時 30 分至 12 時。
- (二) 9 月 30 日 (三) 16 時至 19 時。
- (三) 闔家體驗時間：10 月 2 日 (五) 18 時至 22 時，開放體驗組鞦韆架讓大家體驗，歡迎踴躍參加。

十七、注意事項

- (一) 賽程期間，請所有選手務必開手機，俾利連絡相關事宜。
- (二) 參賽選手嚴禁使用大會以外之任何輔助工具，否則，取消參賽資格。
- (三) 參賽者禁忌：患有心臟病、高血壓、酗酒者，請勿報名及參賽。家屬有坐月子者或係為喪家者，不宜參賽。
- (四) 選手務必遵守比賽規則，服從大會裁判之指導及判決。
- (五) 本活動投保公共意外責任險，並針對社會公開組及挑戰組選手投保選手傷害保險（意外險，含身故險、殘廢險、傷害醫療險），體驗組因採現場報名，無法投保選手傷害保險。
- (六) 社會公開組及挑戰組選手，建議穿著大會紀念服及披掛號碼布進行比賽。
- (七) 報名相關資訊，請上礁溪鄉公所及礁溪觀光旅遊網官網與粉絲專頁查詢。

附表 1 109 年礁溪鄉盪鞦韆報名及比賽辦法簡明表

項目	社會公開組		挑戰組		體驗組
	預賽	決賽	青壯組	長青組	
報名名額	60 名		60 名		不限
報名費用	免費		免費		免費
報名資格	18 歲至 65 歲、100 公斤以下之男女		18 歲至 80 歲、100 公斤以下之男女		90 公斤以下之男女
報名好禮	紀念服、毛巾、號碼布、礁溪森林風呂或溫泉游泳池擇一免費泡湯一次		紀念服、毛巾、號碼布、礁溪森林風呂或溫泉游泳池擇一免費泡湯一次		柚子 1 顆，備有 300 顆送完為止
集合時間	16:00	20:00	18:00		-
比賽時間	17:00	20:30	19:00		19:00
比賽時間	2 分鐘	3 分鐘	2 分鐘		1 分鐘
鈴當高度	5 公尺	5.5 公尺	5 公尺	4.5 公尺	3.5 公尺
比賽獎勵	獎金：冠軍 30,000 元、亞軍 20,000 元、季軍 10,000 元、殿軍 6,000 元、優勝 3,000 元（第五名至第十名） 獎盃：第一名至第十名 詳附表 2 獎勵表		踢中鈴鐺一次獎金 200 元，限額最高獎金 2,000 元	踢中鈴鐺一次獎金 300 元，限額最高獎金 3,000 元	踢中鈴鐺贈送紀念品，備有 300 份，送完為止

附表 2 109 年礁溪鄉盪鞦韆比賽社會公開組獎勵表

名次	獎勵	名次	獎勵
1	30,000 元+獎盃	31	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
2	20,000 元+獎盃	32	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
3	10,000 元+獎盃	33	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
4	6,000 元+獎盃	34	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
5	3,000 元+獎盃	35	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
6	3,000 元+獎盃	36	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
7	3,000 元+獎盃	37	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
8	3,000 元+獎盃	38	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
9	3,000 元+獎盃	39	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
10	3,000 元+獎盃	40	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
11	首都客運台北-礁溪回數票 10 張	41	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
12	首都客運台北-礁溪回數票 10 張	42	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
13	首都客運台北-礁溪回數票 10 張	43	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
14	首都客運台北-礁溪回數票 10 張	44	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
15	首都客運台北-礁溪回數票 10 張	45	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
16	山多利大飯店下午茶券 2 張	46	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
17	山多利大飯店下午茶券 2 張	47	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
18	山多利大飯店下午茶券 2 張	48	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
19	山多利大飯店下午茶券 2 張	49	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
20	山多利大飯店下午茶券 2 張	50	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
21	護眼檯燈 1 組	51	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
22	護眼檯燈 1 組	52	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
23	護眼檯燈 1 組	53	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
24	護眼檯燈 1 組	54	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
25	護眼檯燈 1 組	55	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
26	護眼檯燈 1 組	56	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
27	護眼檯燈 1 組	57	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
28	護眼檯燈 1 組	58	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
29	護眼檯燈 1 組	59	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組
30	護眼檯燈 1 組	60	礁溪溫泉鄉湯杯 1 組

附表 3 109 年礁溪鄉盪鞦韆比賽報名表

一、報名組別

社會公開組：18～65 歲、91～44 年次

挑戰組：青壯組：18～54 歲、91～55 年次

長青組：55～80 歲、54～29 年次

二、紀念服尺寸（報名社會公開組及挑戰組請勾選）

XS S M L XL 2L 3L

三、切結書

立切結書人_____，本人自願參加 109 年礁溪鄉「百年傳承、歡盪中鞦」盪鞦韆比賽，報名前已詳閱本次報名及比賽辦法，並願意遵從大會相關規定。本人保證身心健康，競賽期間如發生意外事件，一切損失與責任，均由立切結書人負完全責任，並願意放棄先訴抗辯權。

此致

宜蘭縣礁溪鄉公所

立切結書人：

（本人簽章）

身分證字號：

91 年次以上

出生年月日：

父親簽章：

電話、手機：

母親簽章：

體 重：

或請監護人簽章：

地 址：

中 華 民 國 109 年 月 日

附表 3 109 年礁溪鄉盪鞦韆比賽報名表

四、國民身分證正面及反面影本

<p>身分證（唯一證件） 正面影本黏貼 （電子檔貼上正面照片）</p>	<p>身分證（唯一證件） 反面影本黏貼 （電子檔貼上反面照片）</p>
---------------------------------------------	---------------------------------------------

百年傳承

109年 10/01(四) 中秋節當天

地點 礁溪國中 礁溪路4段23號

主辦單位：礁溪鄉公所、礁溪鄉民代表會
協辦單位：礁溪協天廟、礁溪後慈、礁溪鄉體育會、礁溪國中、大忠村辦公處、大忠社區發展協會 贊助單位：礁溪協天廟