

第五十七屆陸運會
學生最後簡報
安全及注意事項



地點: 屯門鄧肇堅運動場

日期:
17/11/2026(二)
18/11/2026(三)

時間:
17/11- 8:05 A.M. -4:15 P.M.
18/11-8:05 A.M. -4:30 P.M.

屯門鄧肇堅運動場出入口



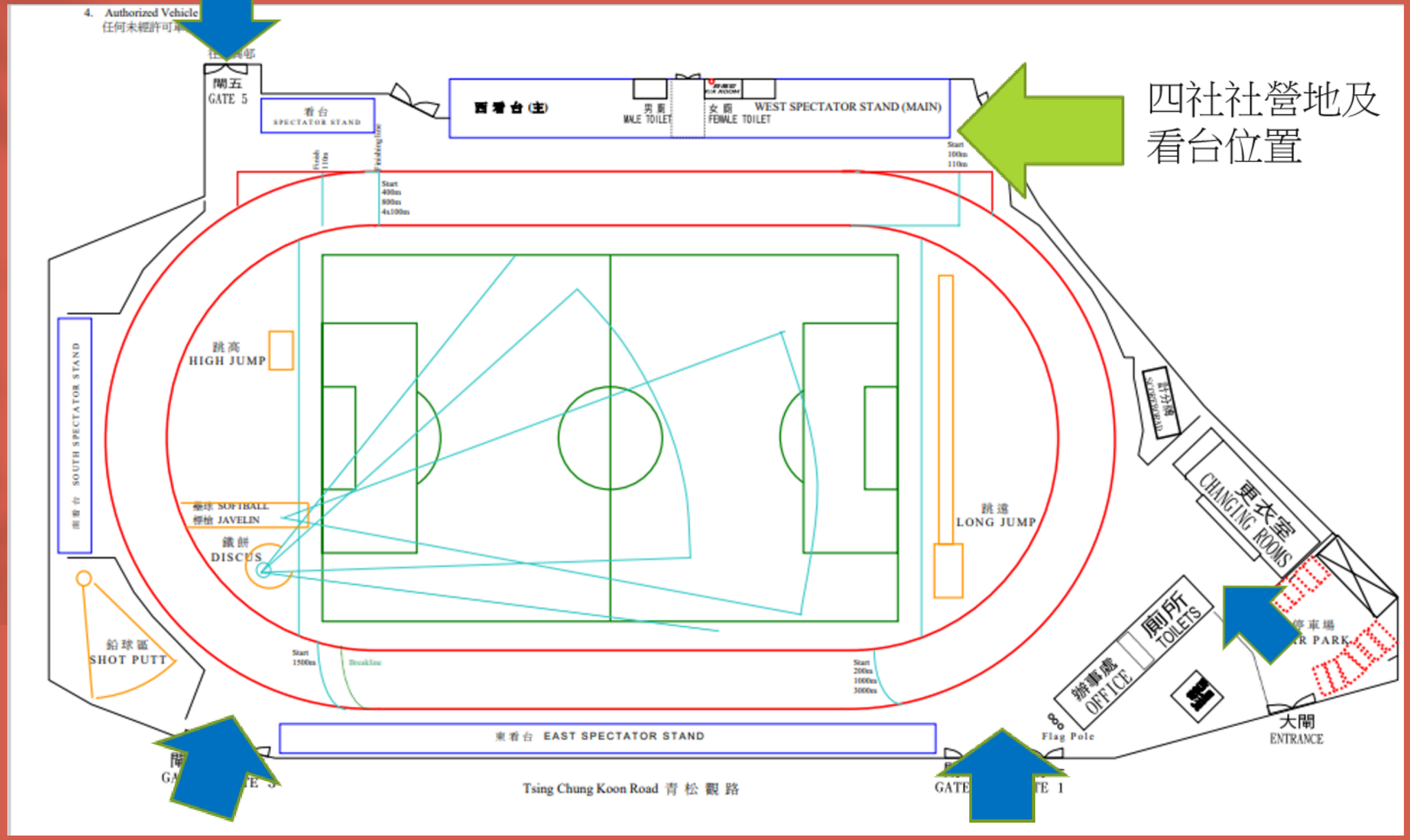








場地平面簡圖



四社社營地及
看台位置

第一天賽程

地點

日期：2026 年 11 月

組別 時間	女　丙	女　乙	女　甲	男　丙	男　乙	
8:10	集　隊　點　名					
8:20	開　幕　禮					
8:45		100 米欄(決)(7)[1] 跳遠(決)(27)[5]	100 米欄(決)(3)[2] 鐵餅(決)(12)[6]		100 米欄(決)(7)[3] 跳高(決)(18)[7]	100 米欄 鉛球(決)
9:15	400 米(決)(12)[9]	400 米(決)(13)[10]	400 米(決)(8)[11]	400 米(決)(6)[12]	400 米(決)(11)[13]	400 米(決)(1
10:00	100 米(初)(43)[15] 跳遠(決)(38)[21]	100 米(初)(25)[16]	100 米(初)(14)[17]	100 米(初)(70)[18]	100 米(初)(25)[19]	100(初)(12)[20]
10:30		鉛球(決)(34)[22]				
11:10	跳高(決)(11)[23]	1500 米(決)(7)[24]	1500 米(決)(5)[25]	1500 米(決)(14)[26]	1500 米(決)(6)[27]	1500 米(決)(12)[28]
12:00	社際拔河比賽　準決賽（路德社 VS 慕迪社）					
12:30	午　膳					
1:30	集　隊　點　名					
1:45			鉛球(決)(32)[29]	跳高(決)(14)[30]	鐵餅(決)(14)[31]	跳遠
2:00	200 米(初)(27)[32]	200 米(初)(11)[34] 鐵餅(決)(11)[35]	200 米(初)(10)[33]	200 米(初)(31)[36]	200 米(初)(14)[37]	
2:30				鉛球(決)(40)[41]		
2:45	a) 社際女子丙組 4x400 米接力賽　b) 社際男子丙組 4x400 米 c) 社際女子乙組 4x400 米接力賽　d) 社際男子乙組 4x400 米 e) 社際女子甲組 4x400 米接力賽　f) 社際男子甲組 4x400					
3:45	社際拔河比賽　準決賽（司布真社 VS 衛斯					

比賽日點名安排及開幕禮集隊

-8:10 各班點名，派發號碼布(班主任)
-8:20 各班站立於跑道上，進行開幕典禮。
-8:30 -開幕禮完成後

-學生工作人員到100 M 終點報到及最後簡報
-訓導老師 按看台社別或級別，解散學生返回看台

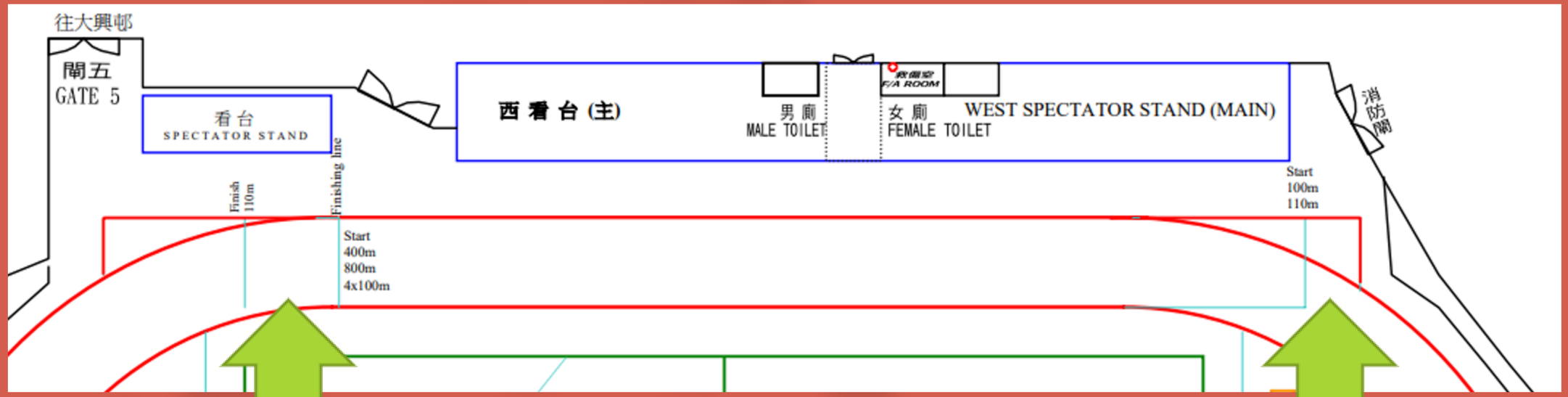
-8:45 比賽正式開始- 欄項
-12:30 午膳
-1:30 集隊點名- 報告班際盾形勢及四社形勢
-1:45 下午比賽開始
4:15 第一天比賽完成 (訓導) 按社別解散同學

第二天比賽日點名安排及閉幕禮安排

組別 時間	女丙	女乙	女甲	男丙	男乙
8:10	集隊點名				
8:30	100米(決)[42] 鉛球(決)(39)[48]	100米(決)[43]	100米(決)[44] 跳高(決)(14)[49]	100米(決)[45]	100米(決)[46] 跳遠(決)(24)[50]
9:00	800米(決)(6)[51]	800米(決)(11)[52]	800米(決)(6)[53]	800米(決)(10)[54] 跳遠(決)(40)[57]	800米(決)(10)[55]
10:00	200米(決)[58]	200米(決)[59] 跳高(決)(12)[64]	200米(決)[60] 跳遠(決)(23)[65]	200米(決)[61]	200米(決)[62] 鉛球(決)(35)[66]
10:30	三千米(公開)(14+3)(決)[68] 中六級畢業班歡樂跑(第五至八線)				
11:00	a)社際女子丙組 4x100米接力賽			b)社際男子丙組 4x100米接力賽	
	c)社際女子乙組 4x100米接力賽			d)社際男子乙組 4x100米接力賽	
	e)社際女子甲組 4x100米接力賽			f)社際男子甲組 4x100米接力賽	
11:30	a) 中一級班際 4×100米接力賽			b) 中二級班際 4×100米接力賽	
	c) 中三級班際 4×100米接力賽			d) 中四級班際 4×100米接力賽	
	e) 中五級班際 4×100米接力賽			f) 中六級班際 4×100米接力賽	
12:00	午膳				
1:20	集隊點名				
1:30	社際拔河比賽-決賽(總決賽及季軍戰)				
	畢業班師生拔河比賽				
1:50	師生4X100米接力賽				
2:00	友校 4X100米接力邀請賽				
2:30	頒獎典禮				

- 8:10 各班點名+
  體育科 - 報告首天班際及四社形勢
- (訓導老師解散學生返回四社社營地)

- 8:30比賽正式開始
- 12:00 午膳
- 1:20 集隊點名
- 1:45 下午拔河及師生接力及友校接力比賽
- 2:30 閉幕及頒獎典禮
- 3:45 解散及清場

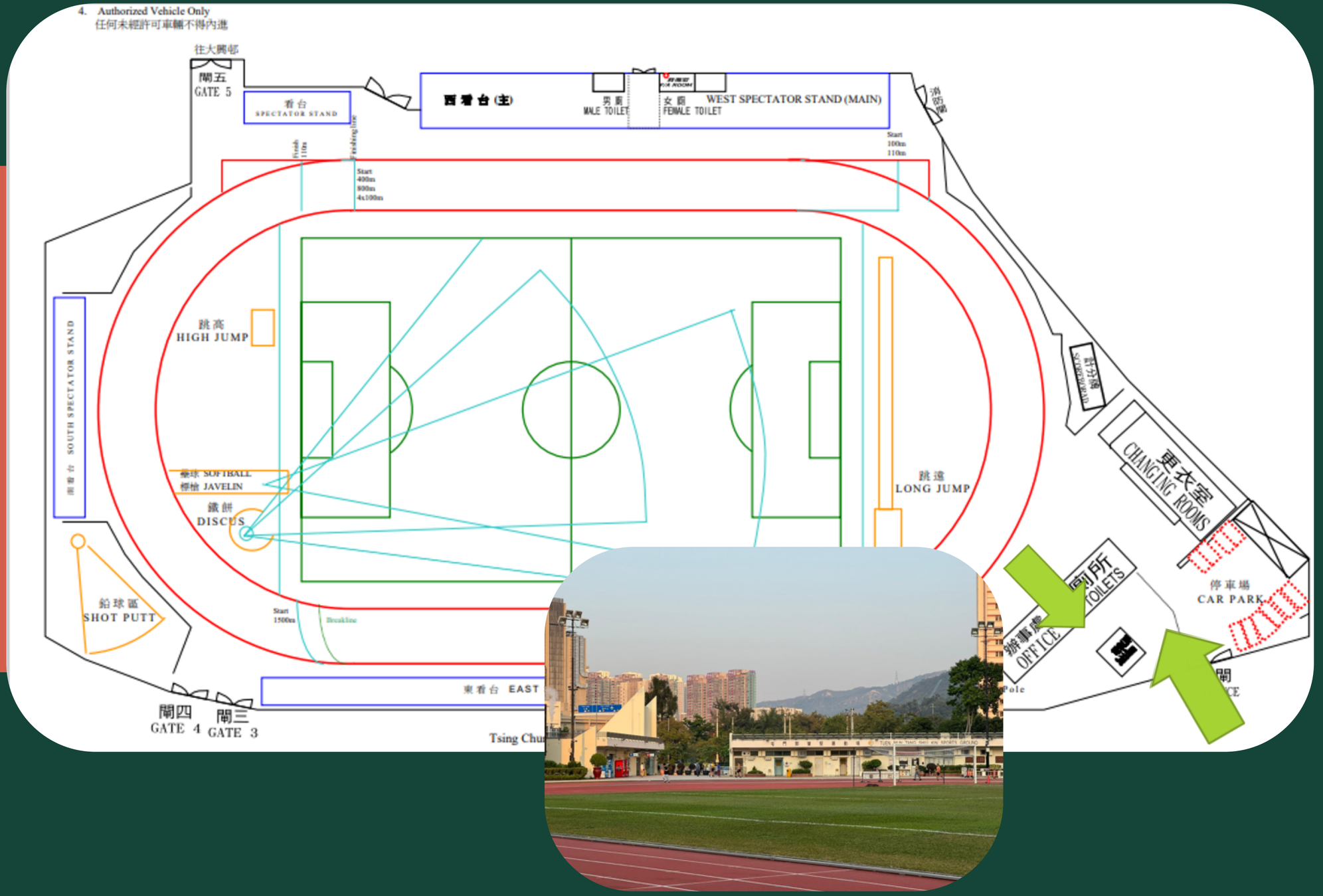


中一級

中六級

比賽日點名安排及開幕禮集隊

同學遲到
入口


4. Authorized Vehicle Only
任何未經許可車輛不得內進
往大興邨
閘五
GATE 5
看台
SPECTATOR STAND
西看台(主)
男廁
MALE TOILET
女廁
FEMALE TOILET
WEST SPECTATOR STAND (MAIN)
消防局
Start
100m
110m
Finish
110m
Finishing Line
Start
400m
800m
4x100m
跳高
HIGH JUMP
南看台 SOUTH SPECTATOR STAND
壘球 SOFTBALL
標槍 JAVELIN
鐵餅
DISCUS
跳遠
LONG JUMP
鉛球區
SHOT PUTT
Start
1500m
Breakline
東看台 EAST
閘四
GATE 4
閘三
GATE 3
Tsing Chu
更衣室
CHANGING ROOMS
停車場
CAR PARK
辦事處
OFFICE
廁所
TOILETS
Pole

點名

1. 班主任利用ECLASS 點名.
2. 派發各同學號碼布 (遲到、缺席請放回袋- 訓導組代為分發)







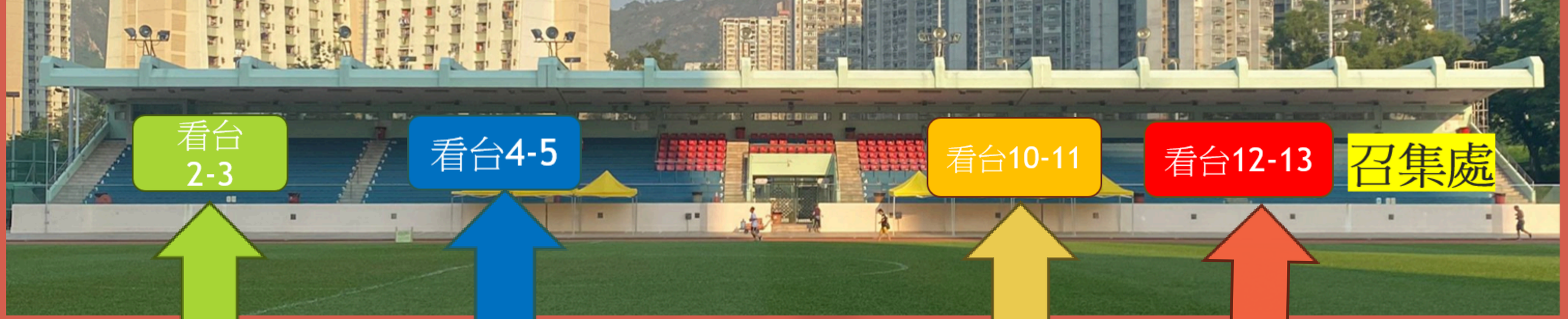


比賽安排(號碼布)



點名後，同學會獲派發號碼布
同學請用扣針將號碼布扣於胸前
以便讓比賽各個單位識認比賽同學。
##大會不會補發有關號碼布

大會照片同樣透過AI 辨識學生發放



路德社

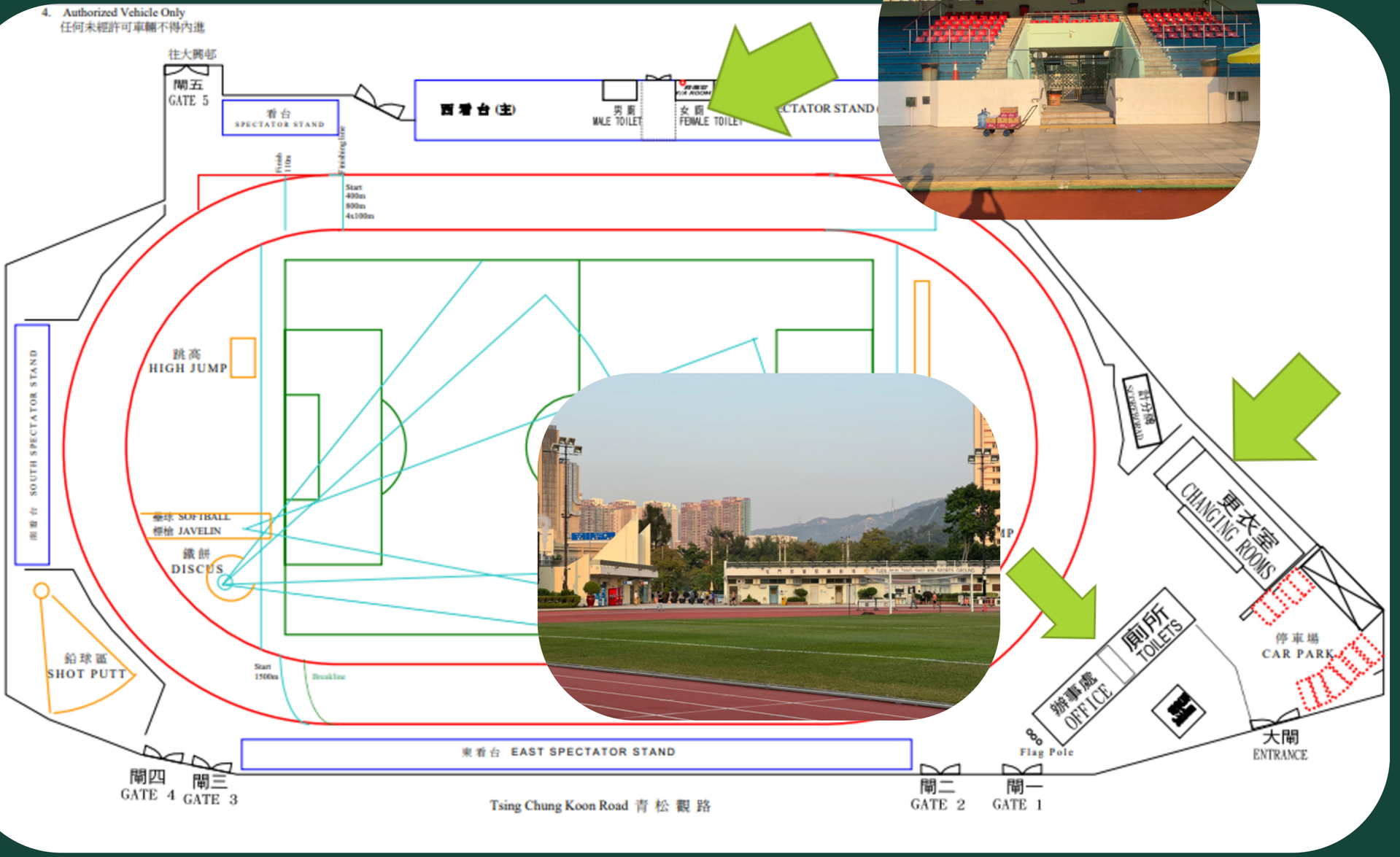
司布真社

衛斯理社

慕迪社

四社社營地座位安排

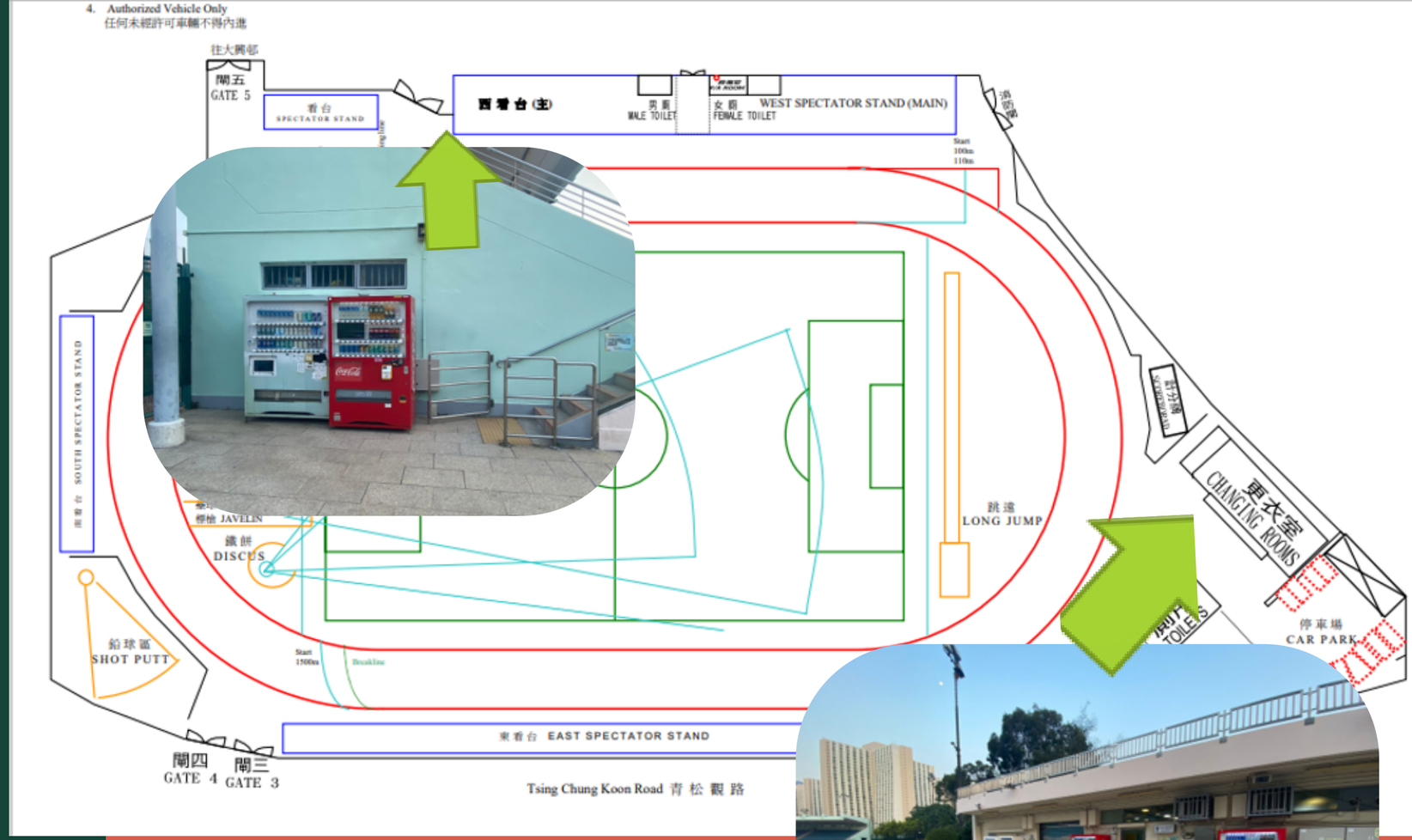
場地洗手間


4. Authorized Vehicle Only
任何未經許可車輛不得內進
往大興邨
閘五
GATE 5
看台
SPECTATOR STAND
西看台(主)
男廁
MALE TOILET
女廁
FEMALE TOILET
Start
400m
800m
4x100m
跳高
HIGH JUMP
南看台 SOUTH SPECTATOR STAND
壘球 SOFTBALL
標槍 JAVELIN
鐵餅
DISCUS
鉛球區
SHOT PUTT
Start
1500m
Breakline
東看台 EAST SPECTATOR STAND
閘四
GATE 4
閘三
GATE 3
Tsing Chung Koon Road 青松觀路
閘二
GATE 2
閘一
GATE 1
更衣室
CHANGING ROOMS
辦事處
OFFICE
廁所
TOILETS
停車場
CAR PARK
Flag Pole
大閘
ENTRANCE

救傷室安排(急救當值服務)-聖約翰救傷會



場內飲料自動售賣機位置



1.場內不設小食部。

2.運動場汽水機暫停使用，請自備足夠飲用水(學生)

學生工作人員

大 會 職 員 表

顧　問：	吳肇展校長	
陸運會籌委成員	施岳忠老師　劉嘉慧老師（比賽項目及統籌） 吳麗匡助理校長　陳禧銳老師（頒獎、典禮及開閉幕）	
上訴委員會：	吳肇展校長　胡永申副校長 譚振基副校長　羅素芝副校長 施岳忠老師　劉嘉慧老師	
緊急情況負責人	譚振基副校長（17/11）胡永申副校長(18/11)	
宣佈組：	*陳守駱先生 張佩恩老師	
宣佈組服務員：	5B(11)詹悅彤、5B(16)何柏希	
禮儀及獎品組：	*李堯斌老師 陳曜銓老師 陳劍明老師(17/11)	
獎品組服務員：		
升旗降旗代表：	男童軍	
學生紀律組：	訓導老師- *唐浣邦助理校長 羅素芝副校長 雁敏媚老師 蕭安智老師 余樂恆老師 曾珮虹老師 Ms. Sharice(17/11+18/11A.M) 郭琛怡小姐 李佩珊小姐 風紀隊	
開幕閉幕學生代表：		
運動員宣誓：	四社代表宣誓	
持旗手：		
器材組：	*練子建老師 陳芷君小姐	
音響：	陳守駱先生	
救傷組：	聖約翰救傷隊 及 紅十字會青年團(宣道)	
總紀錄：	*鄭達鴻老師 周紹峰先生（電腦記錄）吳潔冰小姐（板書記錄）	
總紀錄員：	3A(27)吳仲熙、3A(28)岑冠霆、3D(22)何梓朗、4D(21)曾昊文 5A(24)曾曉樂、5E(16)殷浚傑、6A(5)黃芷晴、6A(8)孫家欣	
攝影、短片拍攝： (頒獎)	外聘運動攝影 羅世陽老師 劉俊彥老師 盧啟航先生	
佈置組：	施岳忠老師	
各社導師：	慕迪社：*張國維老師 李玉燕老師 路德社：*何綺珊老師 蔡俊杰老師 衛斯理社：*李梓軒老師 曾洛雯老師 司布真社：*武敏輝老師 何慧儀老師	
各社社長：	慕迪社：	
	路德社：	
	衛斯理社：	
	司布真社：	

大 會 裁 判

大會總裁判：	施岳忠老師
徑賽裁判長：	施岳忠老師
召集：	*張伯軒老師 鄭偉健老師 施珑忻老師 何愷祈老師
召集服務員：	4A(2)陳森堯、4A(9)鄧曉柔、4A(18)李詠豪、4A(16)許博鑫 5D(16)溫儁陞
指引長：	*李英濠先生 譚庭知先生 陳文偉老師 陳禧銳老師
指引員：	2D(22)劉承熹、3C(3)蔡穎、3C(9)唐伊、3D(17)鄭玲珑
檢察長+彎道裁判：	*李德聰老師 羅世陽老師 李卓森老師
彎道及棒區檢察員：	5B(27)袁卓軒、5C(6)吳曉渝、5C(9)余願、5D(10)許慧慧 5E(2)麥可兒、6C(6)李悠靜
發令員：	*劉偉基先生 黃志聰先生
發令服務員：	4B(15)陳鎧浚、4B(19)范睿桓、4B(23)梁珀瑋
終點裁判長：	*盧惠怡助理校長
名次裁判：	*王禮華老師 葉永綠老師(實習) 梁展榛先生 方詠怡老師 李惠萍老師 蔡淑芳老師 梁頌慈老師(18/11) 許兆基老師(17/11+18/11A.M) 梁凱林小姐
名次服務員：	4B(10)彭逸晴、4C(6)賴曉潼、4D(9)黃泳淇、5A(14)周永諾、5A(15)蔡梓軒、5A(19)鄺卓健、5A(20)梁家浩、5A(27)楊暖盈、5A(25)黃凱寶
計時長：	*薛家玲老師 鍾麗芳老師 梁伊敏老師 馬淑玲老師 黃家榮助理校長 李恩華老師(17/11) 鄭慧恩老師(18/11) 林毅慧老師 吳啟怡老師 黃希婷老師
計時員：	6A(11)香竣軒、6A(19)曾梓銘、6C(3)蔡晞兒、6C(4)鍾曉瑄、6C(5)江雅雯、6C(8)吳嘉希、6C(9)文樂瑤、6E(1)鄭梓懸、6E(2)霍欣希
終點紀錄員：	*林斯迪小姐 吳麗匡助理校長
終點聯絡員：	6C(2)曾善欣、6C(7)廖佩如、6C(9)葉靜雯
田賽裁判長：	劉嘉慧老師
跳高裁判：	*李永成老師 徐淑珠老師
跳高服務員：	4A(12)張俊希、4A(13)張栢軒、4A(19)吳柏高、4A(21)曾海星
跳遠裁判：	*廖智樑老師 陳家輝老師
跳遠服務員：	4A(17)黃金海、4A(23)徐琪智、4A(24)黃煒峰、4D(10)胡熹桐 5B(22)曾泳一、5C(11)戴威、5D(13)莫俊威、5D(17)黃正熙
鉛球裁判：	*吳淑燕老師 李家彥老師
鉛球服務員：	2C(7)薛貝怡、2C(8)杜靖淳、2C(14)謝思行、3A(5)郭卓劭 3A(7)李思晴、6E(4)劉美映、6E(9)曾芷晴
鐵餅裁判：	*趙浩文老師 何鈺澎老師
鐵餅服務員：	5B(19)羅駿森、6A(2)鄧鳳儀、6A(3)傅莉萍、6A(7)歐陽思語、6B(1)陳秀賢、6B(12)黃康琳、6B(17)周奕帆、6D(6)蕭珍妮、6D(7)沈曉晴
留校校務處職員：	黃舒茜小姐 馮思慧小姐 郭惠心小姐 黃善恆小姐 曾嘉慧小姐
同聲同氣大獎評判：	吳肇展校長、胡永申副校長、羅素芝副校長、譚振基副校長

學生工作人員

請各同學工作人員自行稍後時間查閱體育組壁報板
請記緊記緊於第一天開幕後到100米終點與
劉嘉慧老師報到及領取工作人員證。

並進行工作人員最後簡報。



個人競逐獎項

個人獎---各項目前三名🥇🥈🥉

小組個人冠軍🏅（該組別個人積分最高之運動員，同分則以破紀錄的項目數量，如破紀錄的項目數量相同則再以接力比賽獎牌數目計算為優）



26/27 年度第五十七屆周年陸運會
個人及社分數計算方法

名次	1	2	3	4	5	6	7	8
單項分數	9	7	6	5	4	3	2	1
接力分數	18	14	12	10	8	6	4	2

報名每項目獲得1分，出席比賽獲得1分，缺席者則倒扣2分

各項目比賽最後名次將以以下列表計分。

破紀錄者額外加兩分。

班際項目將不計算團體及個人成績內。

拔河賽 將不列入全場總分計算內

班際盾

第五十七屆周年陸運會
班別 競逐獎項

計算班際參與分 🏃 🏃 🏃
獎項分 🏆 🏆 🏆 及
接力分 🥇 🥇
初中組及高中組 冠軍
以個人平均得分計算



班別	參與分數	班別	參與分數	班別	參與分數
1A (SKL+SWS)	67(2.16)	2A (CKF+CPH)	49(1.58)	3A (NLH+HYP)	47(1.47)
1B (WHT+SOC)	53(1.76)	2B (LKW+HIN)	47(1.47)	3B (LCL+NCY)	24(0.75)
1C (LYY+LTC)	55(1.71)	2C (LTH+LYU)	68(2.12)	3C (HHK+PMM)	43(1.48)
1D (SNC+LMJ)	57(1.83)	2D (HYS+CMW)	65(2.03)	3D (LWP+HSK)	38(1.27)

排除值

4A(FWY)	4B(LCY)	4C(CWK)	4D(WKW)	4E(CHM)
39(1.56)	21(0.75)	29(1.16)	31(1.35)	38(1.73)

5A(WLW)	5B(CYC)	5C(CPY)	5D(TLM)	5E(CCK)
58(2.07)	22(0.79)	29(1.45)	24(1.26)	26(1.53)

6A(HWY)	6B(CSC)	6C(YLH)	6D(LCS)	6E(CKW)
11(0.42)	38(1.58)	17(0.94)	17(1.06)	19(1.06)



社際競逐獎項

1. 團體全場總分冠軍、亞軍、季軍🥇 🥈 🥉
(除名次得分及參與分, 棄權，每一人次扣2分並計算入團體全場總分內)
2. 女子團體冠軍 (計算全年四社總獎項)🥇
3. 男子團體冠軍 (計算全年四社總獎項)🥇
4. 同聲同氣大獎 設冠、亞軍 🥇 🥈
(以社員氣氛，啦啦隊，社營地佈置等作評分標準，由校長及副校評分)
5. 拔河比賽 (四社抽籤淘汰制，三局兩勝，首局男隊-8人，次局女隊-6人，
決勝局男女3+3 混合)　## 不計算入社際總分（獨立獎項）# 設季軍戰



社際

路德	衛斯理	司布真	慕迪
269	265	265	248



班際接力

每班派出兩男兩女代表
於第二天比賽天到召集
處報到



社際拔河

首日下午:
路德社 VS 慕迪社

首日放學前:
司布真社 VS 衛斯理社

歡迎各社健兒一較高下!!

拔河比賽
(四社抽籤淘汰制，三局兩勝，首局男隊-8人，次局女隊-6人，決勝局男女3+3混合)
##不計算入社際總分
(獨立獎項)



師生拔河

決賽日下午

教師隊 VS 應屆畢業生



師生接力

決賽日下午
仍接受各科及各同學
組隊參與

已報名隊伍
地理: 何鈺澎老師
科學:黃希婷老師

友校接力邀請賽



友校邀請賽名單

1.仁愛堂陳黃淑芳紀念中學

2.崇真書院

3.宣道會陳瑞芝紀念中學

4.中華基督教會譚李麗芬紀念中學

5.保良局百周年李兆忠紀念中學



陸運會訓導提醒事項

1.服飾：學校運動上衣+學校運動長褲+白色為主運動鞋，如有需要，可穿學校運動外套, 學校冷衫, 學校校褸，其他服飾要求與平日上課相同。
同學必須於穿著白色為主的運動鞋
#####　短褲(進場開幕禮後才可更換)
2. 不設小食部（建議各位同學帶備足夠食水)，場內汽水機不能使用。
3. 提醒各位須帶學生證，用作登記洗手間之用。
4. 使用手機/平板電腦：學生不可在運動會期間使用手機/平板電腦
5. 同學沒有比賽/服務期間須留在各社所屬看台，不可於跑道旁或賽場停留。
6. 提醒各個同學提早到達運動場，避免遲到。
7. 如同學請假缺席，必須提供醫生紙證明。
8. ***妥善保管好個人財物。



天氣

香港九天天氣預報

天氣概況:

受高空擾動影響，未來一兩日華南有驟雨及幾陣狂風雷暴。預料一股偏東氣流會在下週初影響廣東沿岸，該區有幾陣雨，早晚較為潮濕。而一道冷鋒會在下週中期抵達廣東沿岸，受隨後的東北季候風影響，下週後期該區轉吹偏北風，氣溫顯著下降。

11月13日 (五)	11月14日 (六)	11月15日 (日)	11月16日 (一)	11月17日 (二)	11月18日 (三)	11月19日 (四)	11月20日 (五)	11月21日 (六)
23 | 26 °C	23 | 27 °C	24 | 28 °C	24 | 26 °C	24 | 27 °C	21 | 26 °C	19 | 23 °C	18 | 23 °C	20 | 24 °C
70-95%	70-95%	70-90%	75-95%	75-95%	55-90%	50-75%	55-80%	60-85%
中高	高	低	中低	低	中低	低	低	低
東風4級，離岸5級，晚上高地間中6級。	東風3至4級，初時離岸5級，高地間中6級。	微風2級，稍後東風3至4級。	東風4級，離岸5級。	東至東南風3至4級，漸轉微風2級。	微風2級，漸轉北至東北風3至4級，離岸5級。	北至東北風4至5級。	東北風4級，間中5級。	東至東北風4級。
大致多雲，日間短暫時間有陽光。稍後有幾陣驟雨，晚上驟雨增多及有雷暴。	大致多雲，間中有驟雨，初時雨勢頗大及有幾陣狂風雷暴。稍後驟雨減少，短暫時間有陽光。	大致多雲，日間部分時間有陽光。	多雲，有幾陣雨。	大致多雲，早晚有一兩陣雨，局部地區能見度較低。日間短暫時間有陽光。	大致多雲。初時有幾陣雨。日間短暫時間有陽光及乾燥，稍後氣溫顯著下降。	短暫時間有陽光，早上稍涼，日間乾燥。	短暫時間有陽光，早上稍涼，日間乾燥。	短暫時間有陽光。

完

感謝各位老師，單位
為各老師舉行陸運會上付出
特別感謝(四社、班主任及各工作單位)
第五十七屆陸運會順利
求主保守及帶領
謝謝各位