“我们的节日·春节”

2024年滨海新区“健身大拜年”主题系列活动启动仪式暨第四届社区运动会

全民健康跑竞赛规程

**一、主办单位**

滨海新区教育体育局

**二、承办单位**

滨海新区全民健身活动中心、滨海新区长跑运动协会

**三、活动日期**

2024年2月4日（星期日）上午9:30

**四、活动地点**

滨海新区全民健身活动中心第一分中心体育场

**五、活动项目**

2000米（400米x5圈）

**六、参赛办法**

**（一）参赛选手年龄要求**

凡新区居民年满18周岁（2006年1月31日前出生）身体健康者均可参赛。

**（二）参赛选手健康要求**

1.须在领取参赛物品前提交由本人签字的《健康安全责任承诺书》。

2.跑步比赛具有一定风险的运动项目。如果运动不当，可能造成不同程度的身体损伤，甚至危及生命。因此，参赛选手应身体健康，而且要有经常参加跑步锻炼或训练的基础，确保身体健康，选手赛前自行体检。

有以下身体状况者不宜参加本次比赛所设各项目比赛：

（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）心肌炎和其它心脏病患者；

（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）比赛日前两周以内患过感冒者；

（7）比赛日前两周以内献血者；

（8）赛前一晚大量饮用烈性酒或睡眠不足者；

（9）孕妇；

（10）其他不适合运动的疾病患者。

在比赛中，因个人身体及其他个人原因导致的人身损害和财产损失，由选手个人承担责任。

**（三）组委会购买的保险为人身意外伤害险。**由于自身疾病、身体原因（包括但不限于自身有慢性疾病、隐形疾病、身体承受力不足等原因）所引起的不良后果，若最终被保险公司认定不属于理赔范围，则由此产生的一切全部法律责任及后果（包括但不限于医疗救治费用、误工损失、伤残赔偿或补偿、死亡赔偿金等）均由参赛者自行承担，与组委会无关。

**（四）报名办法**

长按下面二维码，打开链接填写报名表



**七、竞赛办法**

**（一）按照中国田径协会最新审定的田径规则及相关滨海新区“健身大拜年”系列活动组织有关规定为准。**

**（二）选手凭号码布须在组委会指定的区域集结、检录，比赛时统一出发。**

**（三）计时办法：采取计圈、计时方式。**

**八、录取名次与奖励**

男子取前八名、女子取前八名，颁发证书。

**九、未尽事项，另行通知。**

滨海新区教育体育局

  2024年1月26日