



選手手冊

Athlete guide

2020 tSt 小鐵人賽 (2020 tSt Kid Triathlon)

主辦 新北市超級鐵人運動發展協會 官網 <http://tstgroup.com.tw/> 官方粉絲頁 [tSt GROUP](#)

日期 2020 年 10 月 31 日 (六) 地點 大台北都會公園微風運河周邊 ([google MAP](#))

大會連絡電話： 02-25236905

選手物資領取 Athlete package pick-up :

1. 賽前一周郵寄 home deliver one week before
2. 現場領取 **10/31 (Sat.) 9 : 00 — 9 : 40**

1. 請攜帶身分證明文件領取

When checking-in please present your personal ID or documents.

2. 代領人請攜帶選手證件影本(手機拍照亦可)

We accept agent to do the registration. Please bring the copy of participant ID card or documents.

選手交車： (交車後領晶片)

Bike Check in : get time chip after bike check-in.

10/31 (Sat.) 9 : 00 — 9 : 40

時間	流程
09 : 00 — 09 : 40	1.現場領物資選手領物 (已郵寄領物的選手不須再報到) 2.小鐵人轉換區開放交車 (交車後領取計時晶片) 1. Athlete package pick-up 2. TA Open (Bike Check-in)
09 : 40 — 09 : 50	開幕，全部小鐵人至 舞台前集合 列隊由工作人員帶至下水點。 Opening. Athletes assemble
10 : 00	小鐵人三項游泳出發 Kid Triathlon start.
10 : 10	小鐵人游跑兩項 游泳出發 Kid Swim & Run start.
10 : 20	親子游跑兩項 小朋友游泳出發 親子組大人在轉換區旁接力帳篷裡等候 Parent-child Swim & Run start. (Parent wait in TA)
10 : 40	預計領車時間 (此為預計領車時間，實際依現場大會公布為準。) TA Open (Bike Check-out)
11 : 00	頒獎 (此為預計頒獎時間，實際依現場大會公布為準。) Ceremony

取名次 prize	小鐵人三項 kid triathlon	小鐵人游跑兩項 kid swim & run	親子游跑兩項 Parent-kid
女 A 組	4	1	1
女 B 組	4	1	1
女 C 組	3	1	
男 A 組	6	1	1
男 B 組	8	1	1
男 C 組	6	1	1

項 目 item	競賽距離 distance	
小鐵人三項 Kid triathlon	SWIM 130 m - BIKE 3.5 km - RUN 1.5 km	
小鐵人游跑兩項 Kid swim & run	SWIM 130 m - RUN 1.5 km	
親子游跑兩項 Parent-kid swim & run	SWIM 130 m	小朋友游泳 Kid swim
	RUN 1.5 km	親子一起跑 Parent & kid run together

單項未完賽或棄賽選手，至轉換區帳篷向工作人員登記選手編號後依照指示，可持晶片繼續參加下一項目。

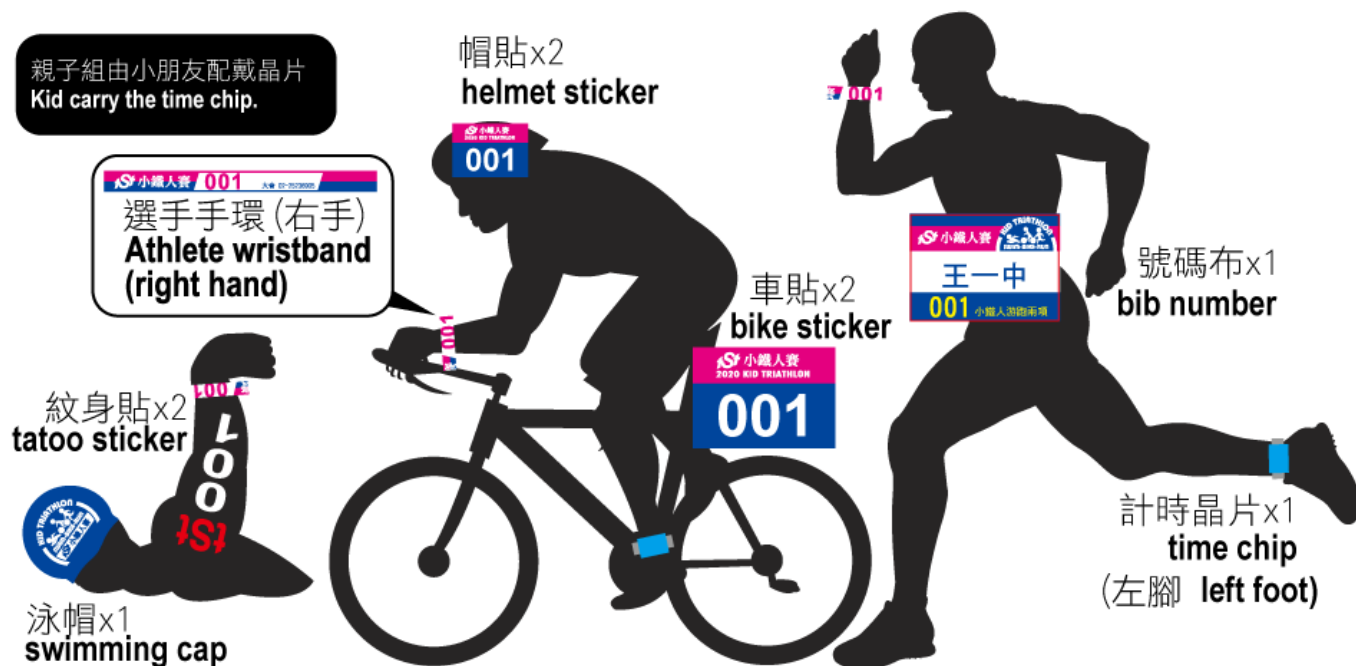
Athletes who don't finish the single event can still continue the next one with time chip after registering at the tent in the transfer area.

游泳開放防寒衣及魚雷浮標，唯攜帶魚雷浮標選手請最後下水，晶片計時不影響排名。

Rolling start. Wetsuit is allowed. Rescue tube is allowed.

選手物資袋內容物 athlete package contains:

號碼布 bib number	選手手環 athlete wristband	泳帽 swimming cap	游泳轉印號碼貼 tattoo stickers	紀念 T T shirt	帽貼 helmet sticker	車貼 bike sticker
1	1	1	2	1	2	2
親子 x2	親子 x2	男藍女粉	小朋友貼左右兩手	親子 x2	僅小鐵人三項有	



* 晶片感應計時 (交車後領取晶片及晶片帶，領車時歸還)

* Get time-chip after bike-check-in and return it when bike-check-out.



游泳

1. 選手須自備泳鏡，並配戴大會提供之泳帽。
2. 游泳可使用腰部浮具(便當)、跟屁蟲、魚雷浮標，不可使用浮板或游泳圈、手臂圈。
3. 可穿著防寒衣，若新購買請事先穿著下水試游過。
4. 下水前請聽廣播於舞台前方集合，依照工作人員指示依照組別列隊。
5. 每五秒鐘放五個小朋友下水，過晶片感應墊開始計算成績。

單車

1. 小鐵人三項選手須自備單車頭盔及單車，單車上僅可放置單車水壺於水壺架上，不可使用寶特瓶或玻璃瓶。
2. 不可裝有菜籃及車燈、車包等多餘物品影響安全。
3. 可使用輔助輪。
4. 若需要租借腳踏車可事先聯繫成廬租借站 02-8978-5600。

轉換區

1. 每位選手配有一個車架，其上貼有選手編號，選手將單車及物品放置個人位置，請勿占用或任意翻動他人物品。(鐵人賽無寄物區)
2. 轉換區僅提供選手置放單車及相關物品，大會並不負責保管，貴重物品請選手自行保管。
3. 選手自車架取下自行車至比賽結束將車放回車架上止，須一直戴好安全帽頭盔。
4. 選手須在上下車線區上、下車，在轉換區內不允許騎行。
5. 親子組家長請在轉換區旁帳篷等候小朋友起跑。
6. 觀賽家長不可進入轉換區。

其他注意事項：

1. 選手完成競賽總時間包含轉換區時間。
2. 選手參賽時除游泳項目外，其他兩項禁止裸露上身。
3. 為維護賽事安全，選手不得佩戴耳機或使用玻璃容器，若因此而衍生意外，由選手自負。
4. 單項未完成或棄賽向裁判登記後依指示仍可持晶片繼續比賽。
5. 活動當天如因天氣或環境不良有安全顧慮時，大會得變更賽程或終止比賽。
6. 比賽當天請攜帶健保卡。大會為選手投保公共意外責任險，選手如另有需要請自行加保。



2021.05.08 (六)

10:00 小鐵人三項

10:10 小鐵人游跑兩項

10:20 親子游跑兩項

本次參賽選手
2020. 12. 31前報名

早鳥價再 9 折

現場報名繳費
請至大會服務區

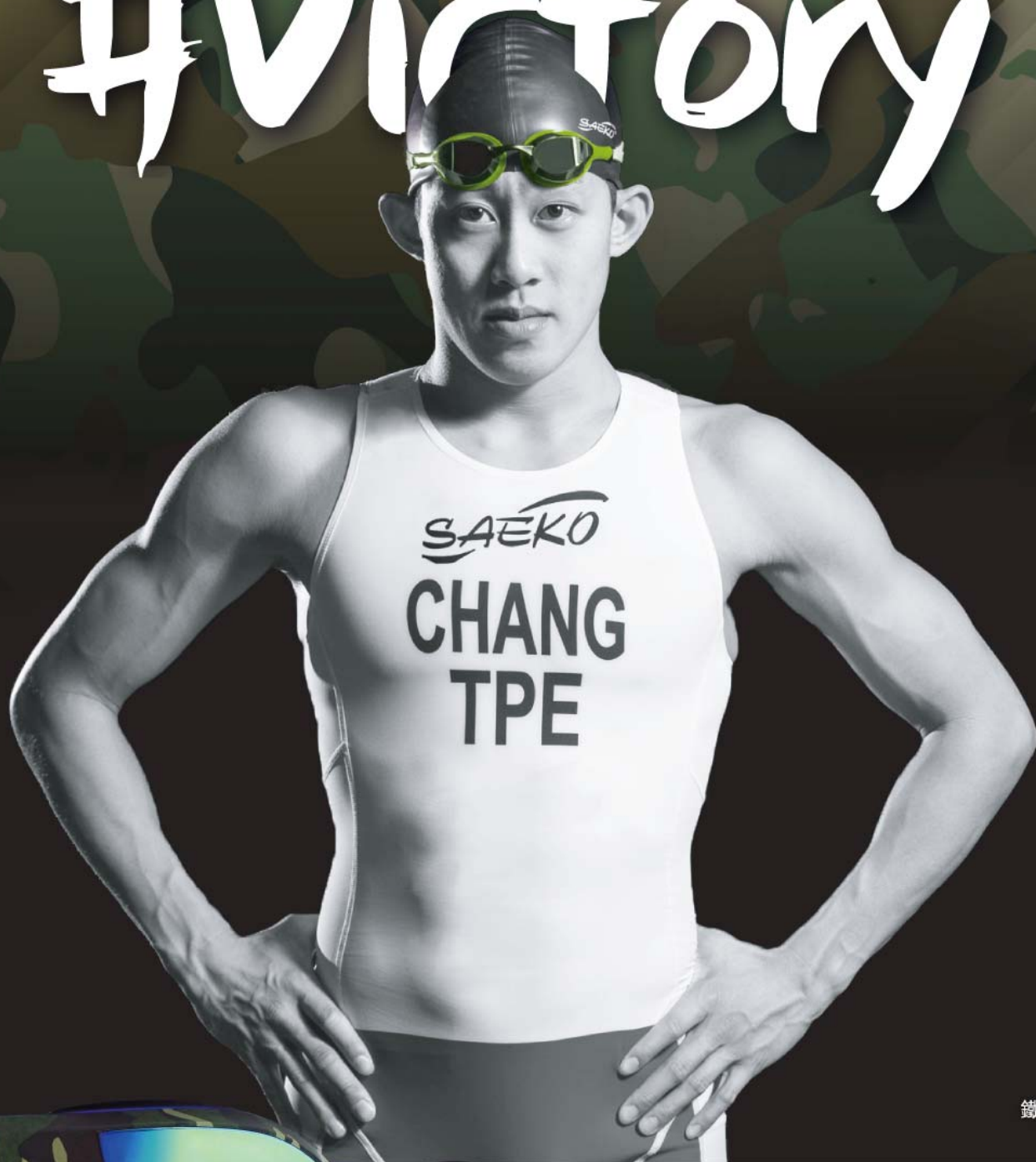
tSt選手賽前裝備檢核表 (參考用)

確認	項目	備註
	晶片及晶片帶	交車時才領晶片，賽後領車時繳回。
一、游泳		
	1. 大會提供之泳帽	
	2. 大會提供之選手編號紋身貼 (貼於雙上臂)	撕開透明膠膜，將有字的一面貼合手臂，再噴水將背面弄濕，數秒後輕撕掉白紙。
	3. 大會提供之選手手環 (建議戴右手)	防水，一次性使用，拆下貼不回去
	4. 三鐵衣或泳衣 (褲)	
	5. 泳鏡	
	6. 防寒衣 (有無皆可)	請平時穿著下水練習過
	7. 魚雷浮標 (有無皆可)	
二、自行車		
	8. 腳踏車 (手煞車須正常)	牛角、車前燈、車後燈須拆下
	9. 頭盔	無頭盔不得參賽
	10. 單車專用水壺	安全考量禁止使用寶特瓶或其他容器
	11. 單車號碼貼、頭盔號碼貼-大會提供	大張兩張貼車座管，小張兩張貼頭盔兩側
	12. 鐵人服 / 車衣褲 / 排汗衣褲	
	13. 車鞋 / 跑鞋	
	14. 襪子 (有無皆可)	
	15. 單車手套 (有無皆可)	
	16. 太陽眼鏡 (有無皆可)	
	17. 防曬袖套 (有無皆可)	
三、路跑		
	18. 大會提供之號碼布	
	19. 大會提供之別針 (或自行準備號碼帶)	
	20. 鐵人三項連身衣/ 排汗衣褲	
	21. 跑鞋	
	22. 運動帽 (有無皆可)	
四、其他 (依個人需求...)		
	23. 個人藥物 (非運動禁藥)	
	24. 水 / 補給飲料	
	25. 食物 / 能量補充包	
	26. 防曬乳 / 凡士林	
	27. 毛巾、替換衣物	
	28. 打氣筒 / 維修工具組 / 備胎	大會維修站提供免費打氣服務，及收費維修。
	29. 運動錶 / 車錶	

注意：

1. 大會提供魚雷浮標租借，數量有限有需要請事先聯繫。
2. 寶特瓶及其他容器易在行進時掉落禁止使用，單車僅可使用單車水壺裝水，違者禁止出賽。

Swim to #Victory



鐵人王者 張團峻



SAEKO

HOT新品上市

S68UV 三鐵廣角泳鏡

TAIWAN SWIMMING GOGGLES