

## 2026 tSt 新北微風鐵人賽 選手賽前通知

主辦 新北市超級鐵人運動發展協會 Email: [tstgroup.service@gmail.com](mailto:tstgroup.service@gmail.com) 電話： 02-25236905

地點 大台北都會公園微風運河周邊 <https://reurl.cc/n7GLjD>

官網 <http://tstgroup.com.tw/>

選手名單及物資領取方式及賽後資訊請上官網查詢 [官網 http://tstgroup.com.tw/](http://tstgroup.com.tw/)

後續線上證書下載及即時成績查詢 <https://www.bravelog.tw/contest/2026051001>。

(今年起不提供現場紙本證書列印)

**物資現場領取** 5/9 (六) 13:00-17:00 (本人領取請帶證件，接力任一人領取即可，代領請出示選手證件照片)

**物資郵寄領取**：4/27 宅配陸續派送。

選手交車時於轉換區帳篷領晶片，物資包裡不會有晶片。報名時並無收取晶片押金，故如遺失晶片需賠償新台幣 1000 元。

**前一天交車** 2026/05/09 (六) 13:00 – 17:00

**當天交車** 2026/5/10 (日) 4:30 – 5:40

### 流程

2026/5/9 (六)	
13 : 00 – 17 : 00	1.現場領物資選手領物 2.轉換區開放交車
	取消新手講座，會場有路線圖及配置工作人員提供諮詢。

游泳因戒護配置不開放試游，依照廣播在舞台前按預計完成時間列隊，由工作人員帶至下水點。

2026/5/10 (日)	
4 : 30 - 5 : 50	轉換區開放交車及置物
5 : 50	113 個人及 113 接力游泳選手依照廣播於舞台前集合。
6 : 00	113 游泳出發 (標鐵游泳第一位開始出發後，113 選手游泳為棄賽不得下水)
6 : 05	鐵人兩項選手於終點拱門前起跑點集合
6 : 10	鐵人兩項路跑出發
6 : 20 起	標鐵、半鐵、青少鐵、FUN 鐵人依照大會廣播陸續於舞台前集合。
6 : 30	標鐵游泳出發 (半程游泳第一位開始出發後，標鐵選手游泳為棄賽不得下水)
7 : 00	半程游泳出發 (青少鐵游泳第一位開始出發後，半程選手游泳為棄賽不得下水)
7 : 10	青少鐵人、體驗 FUN 鐵人游泳出發
09 : 00~10 : 00	頒獎時間會依照現場選手進場編排至取完整名次後陸續公告及頒獎。
09 : 30~10 : 30	領車時間會依照單車賽道狀況判定何時可領取，請依照廣播指示。
12 : 00 (最遲)	單車賽道封路解除，大會會依照單車賽道狀況調整廣播。

選手物資袋內容物 (泳帽及游泳轉印號碼貼僅三項選手有)

紀念 T	選手手環	泳帽	游泳轉印號碼貼	編號帽貼(小)	編號車貼(大)	號碼布
1	1	1	2	2	2	1
接力 x3	接力 x3	游泳使用	游泳選手	單車使用	單車使用	路跑使用
	全程佩戴	需佩戴	手及貼紙需乾燥 無乳液或防曬， 貼上後才噴濕。	貼在頭盔兩側	對貼在車坐管	佩戴胸前



每位選手需佩戴選手手環(建議配戴右手)  
Athlete Wristband must be worn.  
(Suggested on right wrist.)



計時晶片(建議配戴左腳)，接力選手共用。  
Timing Chip (Suggested on left ankle.)  
Shared by relay athletes.




泳帽:需配戴官方  
紋身號碼貼:貼於雙臂上手臂外側  
Official Swim Cap: must be worn.  
Tattoo Number: Stickers applied to upper arms.




帽貼兩張分別貼於頭盔兩側  
Helmet Stickers: apply to both sides.  
車坐管貼兩張對貼  
Seat Post Stickers: apply to both sides.




號碼布佩戴胸前供工作人員辨識  
Race Bib: worn on chest for identification,

項目、距離及時限：請注意各項目的折返點位置不同，安全無虞下大會會盡量讓選手完賽。

項目	距離	圈數	時限 (參考用)
113km 半超鐵 (個人、接力)	游泳 1.9 公里	1	游泳出發後 1 小時 30 分
	自由車 90 公里	6	游泳出發後 5 小時 30 分
	路跑 21 公里	2	游泳出發後 8 小時 30 分
51.5km 標鐵 (個人、接力)	游泳 1.5 公里	1	游泳出發後 50 分
	自由車 40 公里	4	游泳出發後 2 小時 50 分
	路跑 10 公里	1	游泳出發後 4 小時
25.75km 半鐵	游泳 750 公尺	1	游泳出發後 30 分
	自由車 20 公里	2	游泳出發後 1 小時 40 分
	路跑 5 公里	1	游泳出發後 2 小時 40 分
青少鐵人 體驗 Fun 鐵人	游泳 400 公尺	1	游泳出發後 20 分
	自由車 10 公里	1	游泳出發後 50 分
	路跑 2.5 公里	1	游泳出發後 1 小時 15 分
50km 鐵人兩項	路跑 5 公里	1	第一次路跑出發後 50 分
	自由車 40 公里	4	第一次路跑出發後 2 小時 50 分
	路跑 5 公里	1	第一次路跑出發後 4 小時







- 游泳路線圖的浮球顏色標示為暫定顏色，賽事前一日拉完水線後會做最後顏色確認，選手至現場後可注意大會服務區旁的路線圖及賽前集合時的廣播。
- 游泳開放防寒衣及魚雷浮標，攜帶魚雷浮標選手請最後下水，晶片計時不影響排名。
- 游泳過晶片感應墊才開始計時，時限為參考，大會會在安全狀況下儘量讓選手完賽，請依照現場裁判指示。

## 鐵人三項游泳選手紋身數字貼轉印方式



保持手臂乾燥，無擦乳液或防曬。



撕下數字貼上的塑膠薄片。



貼在上手臂外側（數字面朝下）。



噴濕貼紙背面，不移動按壓約10秒。



小心移除貼紙背紙。



留下完美數字編號在手臂上。

各項目組別取名次列表：（若有異動以現場公告為主）

1. 不取總排。以下得獎選手頒發獎座，無獎金。60 歲以上選手名次全取。
2. 頒獎時間會依照現場選手進場編排至取完整名次後陸續公告及頒獎，60 歲以上組別因名次全取，完賽時間差異較大，將採取陸續進終點後分次頒獎。
3. 頒獎的項目依照晶片公司完成名次的順序頒獎以節省時間。

取名次	113km	標鐵	半鐵	兩項
M20	3	7	7	3
M25	3	8	3	2
M30	5	8	6	3
M35	2	8	4	4
M40	4	10	5	5
M45	3	9	4	4
M50	2	8	2	3
M55	1	6	2	2
M60	1	20	3	12
M65	5	7	10	4
M70	1	4	3	2
F20	1	2	6	1
F25		2	3	1
F30	1	3	2	2
F35		2	2	2
F40	1	2	2	3
F45		2	2	3
F50	1	1	1	2
F55		1	1	1
F60	1	2	4	2
F65			1	
F70		1		
接力組	5	7		

青少鐵人	取名次
少男組	6
青男組	3
少女組	3
青女組	1

選手常遇問題：

1. 大會無合作之單車租借，選手若需要，會場旁有單車租借站(<https://reurl.cc/eMkWmj>)，請注意其營業時間，可在周六租借後完成交車，週日賽後再去還車。
2. 附近捷運站為蘆洲捷運站，請注意發車時間，可在周六交車周日搭乘計程車到會場，或是騎單車到會場再交車，賽後可攜帶單車上捷運。
3. 自行開車者請注意可停車停車場 <https://tstgroup.com.tw/?p=484>，停車場周邊道路為賽道，週日 6:00~12:00(預計)為封路時段，若開車之選手請注意停車及可開車離開時間，賽後大會會依照賽道狀況配合轉換區領車，屆時若賽道上仍有零星選手，請離開時放慢速度稍加注意。
4. 大會無可沖洗設備，在游泳選手全部上岸前水車會在游泳上岸處，游泳選手接上岸後，水車將移至大會流動廁所旁空地供水至大水桶。

## 選手競賽說明

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. 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。
  5. 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。
- 

## 游泳項目規則：

1. 選手須配戴大會提供之泳帽，於集合時依預計完成時間列隊，每 5 至 10 秒鐘放 5 人一梯次過晶片感應墊後下水，**該項目最後一梯次下水完畢即關閉該項目下水**，例如標鐵已開始下水，則 113 選游泳強制棄賽，但仍可持晶片繼續下一項目。
  2. 為避免危險，速度慢、蛙式選手及攜帶魚雷浮標者，請在隊伍後方下水。
  3. 選手可抓住浮標或拉繩休息或求助，但不得利用其前進。
  4. 選手發現身體不適或需要援助時，單手高舉泳帽在頭上揮動以利救生人員辨識前往協助，凡上船者以游泳棄賽論，救生員登記選手編號，上岸後仍可持晶片繼續下一項目。
- 

## 自行車項目規則：

1. 不可使用 U-bike、不可使用含有菜籃的單車、不可使用無手煞車之單車，不得使用牛角。
  2. 可使用小折及越野車，可使用休息把。
  3. 車輛不允許含有使其加速的機械裝置，每個輪上皆須有煞車裝置，**無頭盔者不得參賽**。
  4. 為了維護賽事安全，選手須使用單車水壺，不得使用玻璃容器、寶特瓶，**並不得穿著任何形式之拖鞋或涼鞋騎車，不得裸露上身**。
  5. 比賽途中不得更換車輛，車輛故障時應自行處理，無法繼續比賽時，可自行推車回轉換區。
  6. 禁止並騎。
  7. 抵達自行車終點時，選手本人〔含接力組〕須將自行車放置於自己的位置，始得交棒或進行下一項比賽。
- 

## 路跑項目競賽規則：

1. 選手須佩帶大會提供之號碼布且**不得裸露上身**。
  2. 路跑時請將號碼布置於**正面**，供工作人員及裁判辨識。
- 

## 轉換區規則：

1. 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。
2. 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於車架左方個人位置，無置物籃，選手可自行準備袋子置放**，請勿占用或任意翻動他人物品。
3. 選手只能使用大會的車架，並依大會規定將車置於車架上。
4. 選手在轉換區內不得妨礙其他選手前進，且不得碰觸或動用其他選手器材。
5. 選手須過「上車線」立牌後始得上車，在「下車線」立牌前下車推行，在轉換區內不允許騎行
6. 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。

tSt 選手賽前裝備檢核表（參考用） 黃底為大會提供

確認	項目	備註
	晶片及晶片帶	於轉換區交車時領取，賽後領車時再繳回，遺失須賠償新台幣 1000 元。
游泳		
	1. 泳帽	須配戴大會提供之泳帽，供辨識選手用。
	2. 選手編號紋身貼	雙手手臂及貼紙保持乾燥，請注意在黏貼前若先將貼紙弄濕即無法使用，請至大會或轉換區請工作人員手寫號碼。
	3. 選手手環	物資包裡長條紙防水紙，建議配戴右手，撕開雙面膠環繞手腕後黏貼，判別選手進出轉換區用。
	4. 三鐵衣或泳衣(褲)	
	5. 泳鏡	
	6. 防寒衣	
	7. 魚雷浮標或浮具	
自由車		
	8. 腳踏車 (手剎車須正常)	賽道安全考量，牛角、車前燈、車後燈須拆下。
	9. 頭盔	安全考量，無頭盔不得參賽。
	10. 單車用水壺	安全考量禁止使用寶特瓶或其他無法卡緊在車上的容器
	11. 單車號碼貼	上有選手編號，較大的兩張對貼在單車座管下。
	12. 頭盔號碼貼	上有選手編號，貼在頭盔兩側。
	13. 鐵人服/車衣褲/排汗衣褲	騎行單車不得裸露上身，可穿著選手自己的衣服。
	14. 車鞋/跑鞋 (襪子)	
	15. 防曬袖套、太陽眼鏡	
路跑		
	16. 號碼布	路跑時別於胸前或使用號碼帶配戴於正面
	17. 別針	物資袋已放，遺失或遺漏大會服務處及交車帳可拿取。
	18. 鐵人服或排汗衣褲	可穿著選手自己的衣服
	19. 跑鞋 (襪子)	
	20. 防曬袖套、太陽眼鏡、帽子	
其他 (依個人需求)		
	21. 個人藥物	
	22. 水、補給飲料	
	23. 食物、能量包	
	24. 防曬乳/凡士林	
	25. 毛巾、替換衣物	
	26. 維修工具組/備胎	大會有歐嘴及美嘴打氣筒、六角板手，其餘打氣規格及維修工具請自行準備。
	27. 運動錶/車錶	

## 其他注意事項 (與簡章上相同)

1. 為防止意外，身體不適者請勿勉強參加，大會裁判或醫師有權視選手體能狀況，中止選手繼續比賽或取消選手參賽資格，選手不得有異議，否則一切責任自負。
2. 公共意外險注意事項：
3. 大會投保公共意外責任險，須因「公共意外」所受之傷害做為理賠承保範圍。如可歸責選手自身之因素，包括但不限以下狀況皆為**不保範圍**。如**(1)個人疾病導致運動傷害**。**(2)因個人未善盡注意之責、體能狀況、體質或因自身心血管所致之狀況**，例如休克、心臟病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。**(3)大會於現場執行緊急醫療救護，選手自身疾患所引起的病症發作**。**(4)選手和選手之間的意外事故**。
4. 大會為本次活動針對參賽者投保①每一個人體傷責任 500 萬②每一意外事故體傷責任 3,000 萬③每一意外事故財損 200 萬保險期間內之最高賠償金額 6,400 萬之公共意外險。(所有細節依投保公司之保險契約為準)
5. 公共意外險承保範圍：  
被保險人因在保險期間內發生下列意外事故所致第三人體傷、死亡或第三人財物損害，依法應負賠償責任，而受賠償請求時，本公司對被保險人負賠償之責。  
被保險人或其受僱人因經營業務之行為在本保險單載明之營業處所內上發生之意外事故。  
被保險人在經營業務之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。  
大會所投保公共意外責任險，每人傷亡 500 萬元，自付額須達 2,500 元始理賠，均以「公共意外」所受之傷害做為理賠承保範圍。
6. 保險特別說明：
7. 選手如需較高保障請自行投保，維護自身權益。
8. **大會協助受傷選手就醫及傷後理賠作業，並請協助選手取得理賠金額，但無法提供其他補償金或慰問金。**
9. 請務必攜帶健保卡參賽，保障自身就醫權益。
10. 賽前如遇颱風、不可抗力之天然災害或 CDC 公布防疫警戒指標，主辦單位為考量選手及參與者安全，有權宣布取消、延期或調整賽事路線，相關變更通知請密切注意官網。
11. **如遇颱風或不可抗力之天然災害或 CDC 公布防疫警戒指標宣布延期舉辦，選手不克參加，大會不另退還已繳報名費用。**
12. 以上活動事項若視情況有異動，以活動現場公告為準。