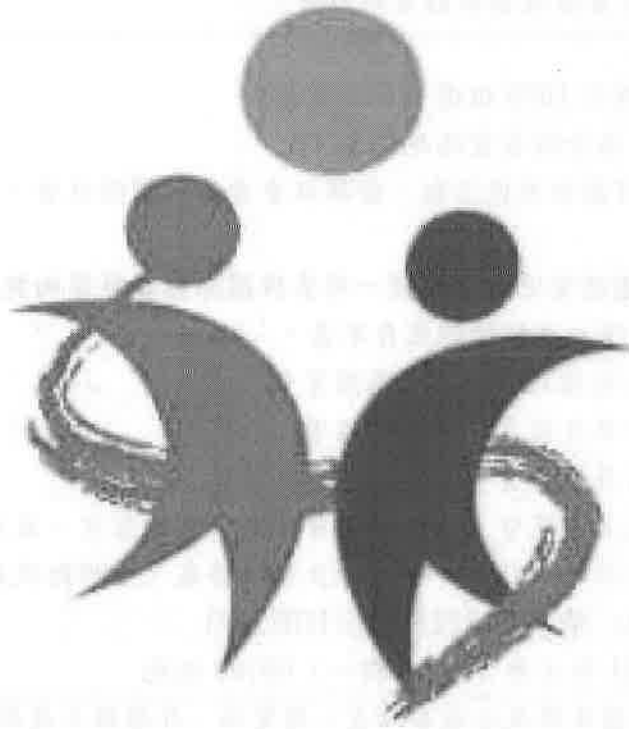


2021年漫遊東石之美暨第六屆「良閣盃」半程馬拉松

2021年漫遊東石之美暨第六屆「良閣盃」半程馬拉松

能源宣導嘉年華活動

活動計畫書



指導單位：嘉義縣政府、嘉義縣體育會

主辦單位：中華民國青少年體育協會

承辦單位：嘉義縣體育會青少年體育委員會

協辦單位：東石鄉農會、東石鄉漁會、東石鄉福靈宮、東石鄉港口宮、東石之美社團、蔡易餘立委服務處、徐明勳代表服務處

2021 年漫遊東石之美暨第六屆良闊盃半程馬拉松

能源宣導嘉年華活動

活動計畫書

- 一、**活動目的：**為紀念蔡良闊小朋友生前對於體育運動熱愛，活動將邁入第五年頭，本次將結合全民運動及運動觀光發展為主軸，以促進國人健康運動精神；並藉由競賽之交流，提升人際互動之能力，本次以卓越嘉義、榮耀東石為主題，透過青年的創新、創意以及活力，讓全台灣看見東石之美，凝聚青少年力量發展嘉義體育新力量。
- 二、**預期效益：**
 - 1、活動預計吸引 1000 位選手參與競賽。
 - 2、參與對象：為全國喜愛路跑民眾。
 - 3、青年學子可藉由參與活動，發揮社會責任，關懷社會，以實踐參與公共事務之精神。
 - 4、本活動將邀請當地能源團體一同參與擺攤集宣導節約能源活動，並配合活動讓民眾更深入了解能源來自不易。
- 三、**指導單位：**嘉義縣政府、嘉義縣體育會
- 四、**主辦單位：**中華民國青少年體育協會
- 五、**承辦單位：**嘉義縣體育會青少年體育委員會
- 六、**協辦單位：**東石鄉農會、東石鄉漁會、東石鄉福靈宮、東石鄉港口宮、東石之美社團、蔡易餘立委服務處、徐明勳代表服務處
- 八、**賽事計時單位：**樂活資訊服務股份有限公司
- 九、**活動日期：**2021 年 4 月 5 日(星期一) 06:00 起跑
- 十、**報名資格：**全國民眾及全國各婦女、銀髮族、外籍移工及新住民所屬團體鼓勵踴躍參與
- 十一、**報名時間：**2021 年 12 月 20 日(星期日) 凌晨 00:00 起 ~ 2021 年 2 月 20 日 23:00 止
- 十二、**報名辦法：**本次賽會一律採網路報名，不接受現場報名。

十二、競賽路線圖(如附件)

21 公里:東石鄉福靈宮- 龍港國小-笨港口港口宮-東石鄉福靈宮



10 公里:東石鄉福靈宮-笨港口港口宮-東石鄉福靈宮



5 公里:東石鄉福靈宮-龍港國小-東石鄉福靈宮



十三、報名資訊

賽種	21 公里	10 公里組	5 公里組
報名人數	500 人	200 人	300 人
報名費	新台幣 800 元	新台幣 700 元	新台幣 600 元
晶片押金	100 元 (賽後退還)	100 元 (賽後退還)	100 元 (賽後退還)
限制時間	3.5 小時	2.5 小時	1.5 小時

一、競賽組別及獎勵資訊

1. 為顧及安全及學童骨骼發育尚未齊全，報名 21 公里須年滿 16 歲。
2. 國中生以下發育未完全不建議參加長距離路跑，如要參加請選擇 10 公里組及 5 公里組，且必須由家長陪同。若堅持參加，一切後果需自行負責與主辦單位無關。

3. 21 公里年齡分組與獎勵辦法

組別	性別	年齡	獎勵辦法
高齡組	男	70 歲以上	1. 男子和女子組總排名取 6 名，頒發獎金及獎盃。 2. 男子組和女子組總排名取 6 名，頒發獎金及獎盃。 3. 入總排名者不再列入分組排名。 4. 分組人數報名 50 名內取 3 名，每增加 15 名錄取 1 名，最多錄取 15 名。 5. 分組得獎者，頒發獎盃乙座。
男甲組	男	60-69	
男乙組	男	50-59	
男丙組	男	40-49	
男丁組	男	30-39	
男戊組	男	18-29	
女甲組	女	50-59	
女乙組	女	40-49	
女丙組	女	30-39	
女丁組	女	18-29	

4. 10 公里/5 公里組

組別	性別	年齡	獎勵辦法
男生組	男	不限	10 公里及 5 公里組不設分組排名，10 公里取男女總排各 6 名頒發獎盃，5 公里取男女總排各 6 名頒發獎盃。 *如人數達到報名人數將再增額錄取人數。
女生組	女	不限	

5. 路跑賽獎勵資訊

半馬 男子總排	獎勵資訊	半馬女子總排	獎勵資訊
第 1 名	新台幣 3,000 元+獎盃	第 1 名	新台幣 3,000 元+獎盃
第 2 名	新台幣 2,500 元+獎盃	第 2 名	新台幣 2,500 元+獎盃
第 3 名	新台幣 2,000 元+獎盃	第 3 名	新台幣 2,000 元+獎盃
第 4 名	新台幣 1,500 元+獎盃	第 4 名	新台幣 1,500 元+獎盃
第 5 名	新台幣 1,200 元+獎盃	第 5 名	新台幣 1,200 元+獎盃
第 6 名	新台幣 1,000 元+獎盃	第 6 名	新台幣 1,000 元+獎盃
10 公里 男子總排	獎勵資訊	10 公里 女子總排	獎勵資訊
第 1 名	新台幣 1,000 元+獎盃	第 1 名	新台幣 1000 元+獎盃
第 2 名	新台幣 800 元+獎盃	第 2 名	新台幣 800 元+獎盃
第 3 名	新台幣 500 元+獎盃	第 3 名	新台幣 500 元+獎盃

6. 10 公里組獎勵資訊

男女總排各錄取 6 名頒發獎盃乙座。*如人數達到報名人數將再增額錄取人數。

7. 5 公里組獎勵資訊

男女總排各錄取 6 名頒發獎盃乙座。*如人數達到報名人數將再增額錄取人數。

8. 注意事項

A. 得獎者務必攜帶身分證件核對得獎資料，若不符合身分將取消獎勵，並取消成績證書、完賽獎牌等物品發給。

獲得總成績獎勵者當日請攜帶身分證件/外籍選手請攜帶護照至獎典組登記填寫資料。得獎者務必當天下午 10:30 前領取獎金、獎盃，未領取者恕不另行補發。(得獎者請於領獎時，附上身份證影印本存查)

二、賽事流程

寄物時間	05:00
大會公告注意事項	05:30
來賓致詞、表演	05:40
21 公里起跑	06:00
10 公里起跑	06:10
5 公里起跑	06:10
5 公里頒獎時間	07:30
10 公里頒獎時間	08:00
21 公里頒獎時間	08:30
賽事關門時間	09:30
活動結束珍重再見	10:00

三、參賽物資

	排汗衣	晶片	號碼布	別針	保險	選手須知
21 公里組	○	○	○	○	○	○
10 公里組	○	○	○	○	○	○
5 公里組	○	○	○	○	○	○

四、完賽禮

	獎牌	成績證明	完賽禮 八野爺 手工餅 乾	良闊盃 紀念束 口袋	雙層魔 幻涼感 巾	水
21 公里	○	○	○	○	○	○
10 公里	○	○	○	○	○	○
5 公里	○	○	○	○	○	○

五、注意事項

1. 賽事最新消息會不定時公告網站及社群：
運動筆記、跑者廣場、樂活資訊網站
2. 本賽事如遇颱風警報影響，本賽事順延 1 個月時間，會另行公佈於各社群網站。
3. 為維護選手安全，如感覺身體不適或無法完賽時請務必隨時停下腳步勿逞強，沿途會有巡護車輛隨時通過，請在路旁或補給站休息待援。
4. 7:30，21 公里第 4 站約 10 公里處撤站，7:30 未到站時須搭回收車回到終點，把晶片拔下給工作人員換取 100 元保證金。
5. 半馬全程共有 1 次晶片感應或信物拿取，10 公里一次晶片感應或信物拿取，無信物，如未經過感應區經證實，則取消資格，5 公里有一次信物拿取，請選手務必注意。
6. 會場，不設接駁車。住宿請搜尋嘉義市或朴子市區太保市區住宿資訊

六、會場位置交通指引

． 國道 1 號下水上交流道→沿嘉 168 縣道往西（朴子、東石方向）前行→至東石大橋右轉台 17 線→往三家村方向→即可循指標抵達。

七、聯絡方式

1. 報名問題請洽資訊，電話：05-5336010 樂活報名網
2. 賽事相關問題請洽： 05-5336010 樂活報名網
3. 其他相關問題請洽：中華民國青少年體育協會粉絲團洽問
4. 完成報名手續並繳完費用之選手，請自行上網查詢是否完成繳費狀態，以確認報名成功。
5. 完成報名手續並繳完費用之選手如欲申請退費，需於 3 月 23 日下午 5 時前提出方算完成，款項最晚將於 3 月 31 日前完成退費。請詳閱退費標準。
6. 網路報名時請詳填相關基本資料，以免誤發各項相關報名資訊。
7. 報名時請詳加評估自身實力，報名手續完成者，不論任何理由不得要求更換

人名、參賽項目、衣服尺寸。

8. 因配合限時交通管制請選手考量自己身體狀況及長跑實力報名不同距離組別。
9. 大會保有更改所有參賽禮物品樣式之權利。
10. 報名系統已連結身分證辨識系統，同一人不能重複登錄，請注意不要請別人幫忙報名又自己報名。
11. 比賽前如遇颱風天災等不可抗力之因素，大會以選手安全為考量，有權決定是否取消、擇期比賽或改用其他替代路線，參賽選手不得有議。如果因颱風天災等不可抗力之因素取消比賽，大會將扣除已經產生之費用及匯款手續費後退費給選手。

十六、繳費方式

7-ELEVEN 超商 ibon 繳費流程：於網路報名完成手續 72 小時內，請至 7-11 利用 i-bon 系統列印繳費單繳交報名費。請確認報名事項無誤，一經報名後即不接受報名事項更改，使用 7-11 i-bon 系統繳費者，建議於線上報名取得繳費序號後盡速於 3 天內完成繳費動作。

ibon 繳費操作流程：線上報名網站登錄，完成報名後，取得 1 個 i-bon 的繳費代碼(訂單編號) → 憑此代碼至全省全家超商門市 → ibon 機器螢幕左上方點選『代碼輸入』 → 輸入『CCAT』+12 碼繳費代碼『520000000000』 → 確認您的『繳費金額及選取繳費項目』 → 『確認，列印繳費單』 → 三小時內持繳費單至櫃檯繳費。提醒您 超商 ibon 繳費流程(須自付兩萬元以下每筆 30 元手續費)

使用 MASTER、VISA、JCB，不限金額，需加收 3% 手續費，不限持卡人輸入信用卡刷卡號進行線上刷卡付費。

十七、報到方式

1. 郵寄報到：郵資及處理費如下表(限台灣本島)。

人數	1-2 人	3-5 人	6-10 人	11-20 人	21-30 人	31-50 人	51-80 人	81 人以上
郵資	100 元	200 元	300 元	400 元	500 元	600 元	800 元	1000 元

2. 凡已報名參加者，郵寄包裹將於月日前寄發(實際寄發日期於官網公告)，若於月日前未收到包裹者，請速與大會連絡。為避免影響比賽的進行，比賽當天不接受現場報到，請務必於賽前依規定方式完成報到。
3. 為避免影響比賽的進行，比賽當天不接受現場報到，請務必於賽前依規定方式完成報到。報到完成後，晶片、號碼布等物資請妥善保管。

★寄物注意事項:

1. 跑友行李保管時間為當天 05 時 30 分開始，活動結束 13:30 前取回。
2. 選手一律以置物袋寄物並至寄物區由工作人員使用母子貼紙照順序貼好，大張貼紙貼在包包上，小張貼紙貼在號碼布上，賽後憑號碼布所貼貼紙領回寄物。
3. 貴重物品請自行保管，若有遺失，大會概不負責。

★賽事規則限制

1. 為維護賽事品質，保障選手權益，凡於報名截止後異動組別或更名者皆取消敘獎資格。
2. 賽事當天請於鳴槍起跑前至指定地點集合，不須再報到檢錄。
3. 晶片計時成績以大會『鳴槍時間』為開始，主辦單位依選手抵達終點時之時間作為成績之依據。選手必須從晶片感應地墊上方通過，若無起、終點或賽道上檢查點感應時間紀錄之選手將被取消資格亦不發給成績證明。
4. 領獎選手需提供證件，核對身份並簽章，獎項不得代領，需允許頒獎影像公佈於相關公開網路平台。
5. 得獎選手請於現場領取，若未及時上台領獎者，請自行至獎典組領取，活動結束前司儀唱名三次仍未領取者，獎項將不另行補發。
6. 成績證明：完跑立即發給，請務必現場領取，如未領取恕不補寄。若遇大風大雨、停電、當機、網路斷線等意外，完賽證書改由活動結束一週後於樂活報名網自行下載列印。
7. 完賽選手進入終點憑晶片與信物兌換成績證明與完跑紀念獎牌。
8. 選手成績將於賽後一周內公告於樂活報名網平台。

★賽事違規罰則

違反下列規定者，取消比賽成績、拒絕參與大會相關賽事。

1. 互換晶片、配帶他人號碼布或晶片、一人帶二個晶片等違反賽事規則者皆判定失格，成績全部不予以計算。
2. 號碼布未確實佩帶好於胸前或未將信物戴於手腕處，導致無法辨識身份，終點裁判將禁止選手進入終點。
3. 不遵從裁判引導者。
4. 競賽途中借助車輛(含自行車)或人員陪跑(如乘車、扶持…等)。
5. 違反運動精神與道德者，如(打架、辱罵裁判或大會工作人員。不當行為或散播謠言或不實言論、行為足以影響大會聲譽者)。
6. 嚴禁非報名者取代報名者參加比賽，或(私下轉售者)，代跑者及被代跑者

一經查明屬實，由裁判宣佈 7. 成績無效外，另將於網路上公佈代跑者及被代跑者姓名(歡迎選手具體舉發)。

無受檢查點晶片感應或無持有信物者皆判定為失格，不得異議。

8. 棄賽、賽道異動未將晶片交予裁判者。

★賽事爭議申訴

1. 比賽爭議：競賽中各選手不得當場質詢裁判，若與田徑規則有同等意義之註明者，均以裁判為準，不得提出申訴。

2. 成績異議：參賽選手對於成績如有異議，請向主辦單位計時組申請查核及更正，並以裁判長之判決為終決。

3. 申訴程序：有關競賽所發生之爭議，須於各組成績公佈 30 分鐘內向大會提出，同時繳交保證金 NT \$ 1,000，由競賽組簽發收執單，請妥善保管好；所有申訴以審判委員會之判決為終決，若審判委員會判決認為申訴無理，應沒收保證金。

★緊急應變辦法

(一)緊急醫療規劃：安全維護工作及應變計畫是活動最重要的事情，有完善的安全計畫可快速解決問題，將傷害降至最低。

1. 現場每位選手投保【公共意外險】。

2. 現場設置專業醫療單位。

3. 建立緊急醫護聯繫網-配合當地醫療單位達到最快速的緊急救援。

4. 主要醫療團隊將由專業醫療小組協助，提供活動會場路線上及主會場所有參與者的人身安全。

(二)兩備方案規劃

1. 若因颱風來襲或天災，將透活動官網平台公告活動延期或停辦資訊。

2. 若賽事前一周由天氣預報表示賽事當天可能會有較高的機率下雨，將視情況增加活動會場帳篷數量。

★安全提示

1. 未報名參賽者請勿於比賽時間內進入賽道奔跑，影響選手權益。

2. 沿途設多處檢查點，無號碼布者影像將被公告於公開網路平台上。

3. 競賽路線為一般開放性道路，仍有大小車輛正常行駛，請注意自身安全。重要路口設有方向標示牌或大會志工協助指揮引導，賽事舉辦以不干擾居民正常生活為要件，附近居民仍需正常生活外出，又假日期間遊客較多，車輛行駛頻繁，路口如遇管制請稍做等候，請勿對工作人員咆哮或硬闖、如無法認同本項約定者請勿勉強參賽。

4. 請衡量自身能力參賽，除發揮精神、力克艱難、突破自我極限達成目標外，並請於活動前一日做充足的睡眠及當日跑步前 2 個鐘頭吃早餐，切忌空腹出發，以免中途體力不濟，嚴重者可能因血糖過低而引發瞬間昏厥等危險。
5. 大會裁判或醫師(醫護)有權視選手體能狀況，中止選手繼續比賽，選手不得有異議。請參賽選手務必考量本身健康狀況，安全第一，身體不適時，請立即停止參加競賽，競賽中若發生任何意外事件選手應自行負責。
6. 參加本次活動者請注意身體健康，如有心臟、血管、糖尿病等方面病歷者，請勿參加。
7. 參與者皆為志願參加並願意承擔期間所發生之意外風險責任，若於活動過程中發生任何傷亡或其他任何形式上的損失，按本活動投保之公共意外險處理，所有細節依投保公司之保險契約為準，一切與主辦單位無關。
8. 請攜帶身分證明及健保卡。

★注意事項

1. 本賽事兩天照常舉行，如遇海陸上颱風警報或不可抗拒之天然災害，為考量選手及參與者安全，大會有權宣佈當日活動取消並延期或調整賽事路線，參賽者不得以此作為退費的理由。
2. 參與活動者須同意大會有權將比賽過程之錄影、相片(肖像)、成績含(報名者的姓名、所屬單位名稱等資訊)對外公告、或於世界各地播放、展出、刊登於網站及刊物上或用於相關賽事宣傳活動上。
3. 選手通過終點前後請勿逗留占用賽道，影響其他選手進場安全，如欲拍照請進入終點後至兩側拍照留影。
4. 參與本次活動之選手一旦登入報名系統完成繳費者，視同同意本賽事規程所有規定。
5. 本賽事規程及相關資訊將陸續於樂活報名網公佈，若有未盡事宜，大會得隨時增補修訂之，將不另行通知。

★保險特別說明

1. 報名表內各欄請務必詳實填寫，如有錯漏導致喪失保險效力，應自行負責。
2. 大會為本次活動貴賓、裁判、志工及參賽者投保公共意外責任險。
3. 請選手檢視自己當日狀況量力而為，並於活動前一日做充足的睡眠及當日出發前 2 個鐘頭吃完早餐再行出發。本會在現場設有必要的緊急醫療救護，對於本身疾患引起之病症不在承保範圍內，公共意外險只承保因意外所受之傷害做理賠。
4. 大會為本次活動針對貴賓、裁判、志工及參賽者投保公共意外責任險，依

照中華民國104年11月2日內政部研訂發文之字號內授消字第1040823601號之規定投保：

(一)1000人以下公共意外險說明：

1. 每人體傷責任新台幣：伍佰萬元。
2. 每一意外事故責任體傷新台幣：參仟萬元。
3. 每一意外事故財物損失責任新台幣：貳佰萬元。
4. 保險期間最高賠償金額新台幣：陸仟肆佰萬元。

(二)1000-3000人公共意外險說明：

1. 每人體傷責任新台幣：伍佰萬元。
2. 每一意外事故責任體傷新台幣：伍仟萬元。
3. 每一意外事故財物損失責任新台幣：貳佰萬元。
4. 保險期間最高賠償金額新台幣：壹億肆佰萬元。

(三)3000-10000人公共意外險說明：

1. 每人體傷責任新台幣：伍佰萬元。
2. 每一意外事故責任體傷新台幣：壹億元。
3. 每一意外事故財物損失責任新台幣：貳佰萬元。
4. 保險期間最高賠償金額新台幣：貳億肆佰萬元。

(四)10000人以上公共意外險說明：

1. 每人體傷責任新台幣：伍佰萬元。
2. 每一意外事故責任體傷新台幣：壹億伍仟萬元。
3. 每一意外事故財物損失責任新台幣：貳佰萬元。
4. 保險期間最高賠償金額新台幣：參億肆佰萬元。
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跑步在本保單載明之競賽路線上發生之意外事故。

被保險人在競賽路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。

6. 特別不保事項：

*個人疾病導致運動傷害。

因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如休克、心臟症、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外險只承擔因外來意外所受之傷害理賠。

*選手如遇與跟第二項所述之疾病之病史，建議選手慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。

*如您曾發生過以下病況及有以下疾病狀況，屬猝死高危險群，請諮詢醫師專業的判斷及請勿勉強參加。

*不明原因的胸部不適於(胸悶、胸痛)

*不明原因的呼吸困難

*不明原因頭暈*突然失去知覺

*高血壓(>140/90 mm Hg)*心臟病

*腎功能異常*糖尿病

*高血脂(總膽固 → 240mg/Dl)

*家族心臟病史(一等親在 60 歲前發生心臟病或猝死)*癲癇

十二、資源節合規劃

東石鄉文化簡介:

東石鄉是蚵的故鄉，長達十四公里的海岸線是其最重要的經濟命脈，境內有數千公頃的漁塭，和全國最大的外海養殖蚵棚，蚵產量佔全國的三分之一以上。對東石人來說，海有如陸地的延伸，是另一種田地，不但在西側的外傘頂洲周邊海域有著豐富的魚蝦資源，自古便為此地帶來人氣與繁榮，位處鹽分地帶北端的東石，也因為地層下陷、土地鹽化等因素，不利耕稻，因而發展出鹽田、養殖漁塭、以及海上蚵棚等產業模式。除了產銷全國各地，每逢假日，更吸引無數饕客爭相湧赴東石嚐鮮，各式海鮮料理一應俱全，總令人齒暇留香、回味再三。

東石鄉最早的開發，包括東石、猿樹二村。據說先民開拓初期，這裡時常有猿猴在叢林間跳躍嬉戲，商船便以此作為航路入港的標誌，並稱之為猿樹港或猿江。康熙年間，一對來自泉州晉江縣東石地方的黃氏兄弟渡海來台開墾，落腳於此，並以原鄉為此地命名。即使古早的原始叢林景觀不再，但東石的鰲鼓溼地，仍孕育著多樣化的動植物生態，號稱是全台最大的溼地，也是一處教育、休閒、觀光的自然教室。朴子溪畔的船仔頭，在當地年輕人返鄉推動社區總體營造的努力之下，更成為當地文史、觀光的重要據點。如果從空中俯瞰東石鄉，就彷彿一塊塊半溶在海水中的陸地，在熾熱的陽光下，這兒那兒的閃耀著光點，每一分土地與海域，都是鄉民珍貴的資產。

東石鄉觀光簡介:

南華大學碩士李佩真發表過東石鄉產業與觀光發展策略之研究，東石鄉的產業活動、老古厝以及農、漁業生活文化與觀光做結合，必能發掘東石鄉的觀光資源。另外要充實觀光內涵，用特色化、及在地化的經營模式，可以提高遊客再遊的意願。因此，整合民間力量、培養在地人才以及加強旅遊深度，使東石鄉的產業及觀光能永續發展。

東石鄉船仔頭藝術村介紹：

船仔頭是朴子溪畔的桃花源，位在東石、朴子、六腳三鄉市交界，鄉親經過十餘年自發性推動農村社造，以『休閒藝術村』重新定位。船仔頭雞犬相聞，訪客可以搭牛車漫遊鄉間、可乘筏遊賞朴子溪、可以休閒體驗划龍舟、獨木舟，可以騎單車在朴子溪堤頂自行車道上飽覽自然田園風光，在船仔頭市民農園聆聽田園交響曲，晚上在完全無車馬喧的質樸農家夜宿，這種放慢步調的悠閒生活，是緊張忙碌的現代人轉換生活的新體驗。

東石鄉鰲鼓溼地介紹：

鰲鼓濕地森林園區早期為台灣糖業公司填海造陸從事農、漁、牧事業及種植甘蔗的大本營，但由於地層嚴重下陷、海水入侵地下水層，農場逐漸沒落荒廢。地勢低窪加上周邊海堤圍繞，大雨過後，魚塭及舊有農地形成天然的蓄水池，久而久之，這些水塘濕地之棲地，越來越多候鳥與留鳥棲身及停留於此，成為現今之鰲鼓濕地森林園區。大面積的造林地十年或是二十年後將茁壯成林，鰲鼓濕地將會成為具有多樣林相及豐富濕地生態資源之國際級生態環境。

鰲鼓濕地森林園區以「濕地保育」與「環境教育」做為園區主要發展定位，使鰲鼓濕地森林園區成為生態旅遊及教學研究的基地。

東石鄉東石漁人碼頭介紹：

東石漁人碼頭規劃以「風」、「陽光」、「魚」、「船」、「海洋」以及「燈塔」等元素，呈現出多重海洋風貌，重塑漁人碼頭的意象及荷蘭風味的入口意象。東石漁人碼頭希望以新鮮漁產及夕陽美景等資源作為觀光賣點，以港區景觀、文化特色、休閒遊憩及自然生態資源等，打造特有的主題意象，營造出一個具主題特色的觀光據點，繁榮地方經濟。目前東石漁人碼頭，主體設施包含海洋文化館、特產館、商店街、觀海亭、浮橋市場、海邊漫步平台等，並結合原有的漁港功能，提供多元化的服務。

走入東石漁人碼頭即可看見仿荷蘭風車；夕陽林蔭堤道散步之外更可觀看林立的蚵棚；碼頭區則有牽罟、蚵殼、漂流木等裝置藝術，展現沿海獨特風俗民情；親水沙灘可堆沙戲水，適合親子同樂；草皮廣場放風箏或騎腳踏車，享受悠閒舒適時光；矗立景觀台上迎著徐徐海風，欣賞著名的東石夕陽，海天一色美不勝收。走一趟東石漁人碼頭，感受漁村風貌，欣賞朴子溪河口夕陽美景，附近還有許多餐廳，可享用美味海鮮大餐，更能親自到鄰近觀光漁市場享受拍賣、比價的樂趣，適合全家大小或好友同遊。

東石鄉東石自然生態展示館介紹：

東石自然生態展示館與廣達 1500 公頃的鰲鼓濕地、賞鳥區連成一線，周邊連結諸多景點，包含東石漁人碼頭、台糖蔗埕文化園區、布袋觀光漁市等。

場館中設有服務中心，並且有單車租借，二樓更有史料及農村、漁村器物展覽、溼地生態導覽介紹，有助遊客了解當地文化與生活及環境生態，為具有前瞻性的展示場館。

東石鄉余順豐花生觀光工廠介紹:

余順豐花生創始於民國 45 年，從花生的採集到成品包裝，不借他人之力，全程一手包辦。在這個科技發達、機器代替人力的時代，余順豐花生堅持用人工進行花生的篩選，透過阿嬤們長久累積的經驗，一顆顆飽滿花生皆成銳利雙眼的階下囚。因應時下產業的轉變，余順豐花生結合休閒觀光，轉型成為全台灣第一座以花生為展覽主題的觀光工廠，希望藉由透明化的製作流程，讓民眾能了解飽滿的花生是需要經過多少道嚴選的製作流程，才能送進消費者的口中。

東石鄉朴子溪河口濕地介紹:

朴子溪河口濕地東北邊自港口大橋起，以河道兩岸堤岸為界，西至外傘頂洲南端，南至東石漁人碼頭止，包括地層下陷區的一些魚塭，為朴子溪口感潮河段，有海茄苳與水筆仔混生的紅樹林，面積 8,522 公頃，為全國最大濕地，也是國際鳥盟劃設的重要野鳥棲地。

濕地及周邊地區曾記錄 179 種鳥類，每年約有 3,000 隻的紅嘴鷗在此度冬，及大量的黑腹燕鷗及白翅黑燕鷗過境；以小水鴨為主的雁鴨則群聚在較上游的雙連段，蘆葦棲地有東方澤鶩度冬；靠東石橋的紅樹林有黃頭鷺、中白鷺及夜鷺繁殖。泥灘地有招潮蟹，紅樹林區鋸緣青蟬等。

向禾休閒漁場介紹:

向禾休閒漁場不抽地下水，用護岸植物取代水泥，並採用友善的混養生態方式，成功轉型成友善環境的休閒產業。現在經營者蔡恭和要更進一步，結合鰲鼓的海盜文化設計環境教育課程，將漁場再次轉型成為兼顧生態、教育、產業的環境教育認證場所。

外傘頂洲觀光介紹:

外傘頂洲是台灣沿海最大的沙洲，1914 年建造了塭港堆燈塔，警示行走周邊海域的船隻留意附近的沙洲，以免擱淺。但因為外傘頂洲受到波浪、沿岸流及東北季風影響，每年平均會往西南方向漂移 60 至 70 公尺，燈塔曾因沙洲漂移、海水侵蝕等因素多次傾斜倒塌，前後至少歷經 7 次重建，是全台灣燈塔中重建次數最多者。

東石鄉主要宗教信仰特色

福靈宮:位在嘉義縣東石鄉三家村，三家村昔稱「三塊厝」，民國三十九年台灣省實施地方自治後，遂改今名，迄今鄰近居民仍習以為常的稱三家村為三塊厝。明永曆十年（西元一六五六），即在三百餘年前，先民自福建省泉州府晉江縣恭迎觀音佛祖渡台，擇在大坵田落腳，大坵田就是現在的東石鄉三家村。因當時定居大坵田村民只有蔡、高、黃三戶人家，後逐漸形成一聚落，乃命庄名為三塊厝，此即三塊厝原始庄名之由來。

來三塊厝由南至北有七坵沙崙，林投樹叢生，居中最大坵崙林投茂盛，花香撲鼻，實乃鍾靈毓秀之地，先民即擇此而居，應與佛緣有關。清順治十八年（西元一六六一），福建漳、泉二州住民隨延平郡王鄭成功移民台灣墾殖，大坵田人口增至

數十戶，在此之時，先民輪流在家供拜觀音佛祖，康熙二十三年（一六八四），則在大坵田北堡建一小廟奉祀，迨至清乾隆四十九年（一七八四），再修建成佛祖廟，供信徒膜拜。清同治十年（西元一八七一），眾議遷廟重建於中堡，當時建材以古石為主，取名「福靈宮」。民國七十三年因廟宇久遭風雨剝蝕有傾圮之虞，村長高江滿及地方人士商議重建，經觀音佛祖提示在新地點建廟、舊地點造蓮花池。隔天佛祖再度顯靈提示，內容：「吾自奉玉皇大帝旨意代天巡察至今，足有甲子一週，功勳篤著，玉帝大喜。特降旨在此（七星朝北斗）回龍活穴地，重建龐大宮殿，即能拱收朴津活龍水，永鎮三塊厝。」民國七十七年新廟落成安座，至今香火鼎盛。

【神格化的鐵嘴將軍】

清朝同治三年(1864)，村子因與東鄰村發生爭鬥，接連數載，索和未得，外地友人特送一尊鐵炮，以應攻擊。但觀音佛祖不忍雙方相殘，乃大發慈悲，特下鑿示：攻擊時炮口應離地七寸，且定時開炮。果射擊時擊中東鄰村廟旁榕樹，未見傷害牲靈。後東鄰村主事恐攝，前來求和，雙方乃協議友好，村人感此炮功鉅。

光緒二十一年(1895)，日本犯台之時，村人恐此炮有所不利，及運至農田藏匿。迨至民國七十三年(1984)，適福靈宮重建，佛祖再鑿示：以鑼鼓舞獅迎回鐵炮至宮內，並命名為「鐵嘴將軍」，當佛祖右將，以攻善信祭拜。

福靈宮為本次良閣盃承辦地點，由蔡良閣爺爺蔡黨與已故前法務部長蕭天讚等善心人士共同建造而成，福靈宮更成為村民以及旅外遊子心靈寄託，藉由宗教以及文化打造東石鄉運動觀光之發展策略。

笨港口港口宮：本宮肇建於清康熙二十三年(西元一六八四年)，由先民林楷自大陸湄洲奉請媽祖金身渡臺，由笨港口登陸至蚶仔寮，相傳此地為『鯉魚吉穴』，遂擇為開基之地。結合六庄十一角頭集資共建草廟，取名為『笨港口天后行宮』。清嘉慶十六年(西元一八一一年)重建為磚瓦結構，清同治十年(西元一八七一年)易宮名為『港口宮』，清光緒三十年(西元一九〇四年)集資以嚕咕石重建，民國三十七年再次重建，歷時十年於民國四十七年竣工，並於四十八年舉行建醮祈安大法會，聖母據此靈地，神威顯赫遠播全台，蔚為本省一大宗教觀光聖地。

東石鄉美食特色

東石鄉美食以海鮮為主，每間餐廳各有文化特色，其中較有指標性的餐廳為樺榮海鮮餐廳、吳氏蚵捲、海龍園餐廳、168 海鮮餐廳、東石蚵仔煎、回嘉第一味、嘉宏海產快餐、上好吃海鮮餐廳。

東石之美社團:

本次協辦單位，東石之美為東石在地民眾余仁傑社長用手機實況紀錄東石的點點滴滴，該社團為東石民眾與東石旅外菁英們的共同網路生活圈，讓外地游子能透過社團了解家鄉每口狀況，該社團單純、活力、善良，以東石很美、但很少人知道！或許大家已習慣了它的美！生於斯長於斯、更取之於斯！我覺得有義務將它發揚光大！藉著相片、藉著文字來挖掘它的美！誠摯的邀請各位一起來加入、一起來發現、一起來宣揚！

十三、工作分配表

職稱	姓名	組員	內容
計畫總監	蔡良慶	蔡青芳、曾妙宜	協助計畫主持人
計畫副總監	林金櫻、江紀葶	陳尚羽	協助計畫主持人
計畫總執行	蕭安婷	謝宜宸、鄭開允	1、編列計畫書 2、設計計畫運作時間表 3、分析招生策略 4、本計畫總籌
行政組	黃亭維	廖冠賓、賴佩誼 李政杰、余佩諭	1、統整活動報名資料 2、規劃活動流程 3、協調工作人員分配
志工組	鍾柏霖	劉錦靜、洪頌翔	1、志工招募 2、志工規則說明 3、志工分配
公關組	吳姿瑩	蔡佳純、蔡紅佳 王靖淳、	1、對外接洽 2、負責聯絡贊助廠商

十四、能源宣導嘉年華活動

結合中油公司、台灣電力公司、自來水公司一同辦理，藉由賽事宣導能源取得不易以及愛護能源宣導，並藉由擺攤活動讓民眾更加了解相關節約能源知識。

十七、經費概算表

編號	項目	數量	單價(元)	小計(元)	備註
	報名費收入	500	800	400,000	
		200	700	140,000	
		300	600	180,000	
	總計			720,000	
1	誤餐費	1,000	80	80,000	
2	保險	1	10,000	10,000	
3	廣宣及印刷費用	1	100,000	100,000	
4	場地布置費	2	50,000	100,000	
5	雜支	1	10,000	10,000	賽事相關雜支
6	紀念獎牌	1,000	100	100,000	
7	交通費用	5000	10	50000	
8	獎品費用	300	1000	300,000	
9	獎盃費用	600	100	60,000	
	服裝費用	100	500	50,000	
	器材費用	2	10000	20000	
	住宿費	500	100	50000	
	線上報名服務費	1000	8	8000	
	計時晶片檢查站	10000	10	100,000	
合計 1,038,000 元					
以上經費均可互相勻支					

歷屆照片

第一屆良閣盃照片



第二屆良闊盃照片



第三屆良閣盃照片



第四屆良閣盃



第五屆良闊盃



選手報名個資及活動肖像使用說明

依據個人資料保護法第八條第一項規定，謹向您告知下列事項，敬請詳閱：

中華民國青少年體育協會（以下簡稱主辦單位）為「辦理活動報名」、「保險」、「領取或寄送紀念品」、「活動聯繫或緊急聯絡」之目的，需蒐集報名者的姓名、性別、身份證字號（護照號碼）、生日、電話號碼、地址、電子郵件信箱、緊急聯絡人姓名及電話等識別類及特徵類個資。

為達前述蒐集之目的，主辦單位將在活動期間內於與報名者或聯絡人進行必要之聯繫（例如電話連絡，或以簡訊、電子郵件寄送活動訊息）；並將提供必要個資給受主辦單位主管機關（嘉義縣政府社會局）審核成果之目的利用；亦會把必要個資提供給保險公司辦理保險。

參賽人員一旦報名，視為同意大會將此項比賽之錄影、相片及成績，於各地播放、展出或刊載於主辦單位刊物與網站上，參賽人員必須同意肖像與成績使用於本活動後續相關之宣傳活動上。

主辦單位基於上述原因而需蒐集、處理或利用您的個人資料時，您可以自由選擇是否提供您的個人資料。若您選擇不提供個人資料或是提供不完全時，將導致無法成功報名本活動，本會有權拒絕您的報名。經向您告知上開事項，您已清楚瞭解本會蒐集、處理或利用您的個人資料之目的及用途。

主辦單位保有您所提供的個人資料，依據個資法第三條規定，您可以對您本人的個人資料行使下述的權利：

- 查詢或請求閱覽您的個人資料。
- 請求製給您的個人資料複製本。
- 請求補充或更正您的個人資料。
- 請求停止蒐集、處理或利用您的個人資料。
- 請求刪除您的個人資料。

報名者（含聯絡人）得向主辦單位針對個資行使「請求查閱、更正、補充、提供複製本」及「請求停止蒐集、處理、利用」或「請求刪除」等權利，有需求者請洽中華民國青少年體育協會。

2021 年漫遊東石之美暨第六屆良闊盃半程馬拉松 能源宣導嘉年華活動

自願參與活動同意書

本人_____報名參加 2020 年看見東石之美暨第五屆良闊盃路跑賽簡介，保證本人身心健康(參與者為高風險者，應檢具醫師證明)，自願參加比賽，也明白運動具有已認可之危險性，大會將負責緊急應變處理，競賽中若發生任何意外事件，願意自行負責，一切責任與主辦單位無關。

另活動經主辦單位宣布結束後，倘參賽者仍堅持跑完全程路跑活動，過程中若發生任何意外，主辦單位概不負責，由參賽者自行負責。

立自願書人：

居住地址：

電話：

緊急連絡人 (或未滿 20 歲選手監護人)：

與立自願書人關係：

緊急連絡人電話：

日期：__110__年__月__日

備註：健康諮詢問卷及自願參與活動同意書請詳細填寫正確。

2021 年漫遊東石之美暨第六屆良閣盃半程馬拉松

能源宣導嘉年華活動

姓 名		衣服尺寸	
		性 別	
監護人姓名 (未滿18歲者)			
出生年月日	民國 年 月 日		
身分證字號			
通訊地址	郵遞區號 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>		
聯絡電話	(公) (手機)	(宅)	
E - m a i l			
附 註	1. 本報名表請詳填後於 110 年 2 月 5 日前完成報名 2. 基於風險管理，請參加者自行評估身體狀況決定是否適合參與。		

賽種	21 公里	10 公里組	5 公里組
報名人數	500 人	200 人	300 人
報名費	新台幣 800 元	新台幣 700 元	新台幣 600 元
晶片押金	100 元 (賽後退還)	100 元 (賽後退還)	100 元 (賽後退還)
運費	100 元	100 元	100 元
限制時間	3.5 小時	2.5 小時	1.5 小時