九龍塘基督教中華宣道會
宣 道 中 學
新界屯門良才里 11 號
Kowloon Tong Church
of the Chinese Christian & Missionary Alliance
Christian Alliance College
11 Leung Choi Lane, Tuen Mun, N.T., Hong Kong.
TEL: 2469 2080 FAX: 2463 7225

各位家長：

2026/27 年度第五十七屆陸運會

本校第五十七屆陸運會定於 2026 年 11 月 17 日（星期二）及 11 月 18 日（星期三）假屯門鄧肇堅運動場舉行，並於 11 月 18 日下午 2 時 30 分舉行閉幕典禮。有關注意事項詳見後頁附件。陸運會是本校的上課天，所有學生均**必須**出席是次陸運會。本校歡迎家長蒞臨觀賽及出席閉幕典禮。11 月 19 日（星期四）為陸運會假期，學生在家中休息，無須回校。

若 貴子弟報名參加比賽，請家長於回條中答覆同意及讓校方知悉學生身體健康狀況適合參與比賽。如學生因健康情況未能參與，請詳列有關原因。請於本年 **10 月 30 日（星期五）**或之前透過 eClass 電子通告系統回覆。

校長 吳聲展謹啟

2026 年 10 月 26 日

陸運會家長回條

本人已知悉 貴校陸運會詳情，並當囑咐敝子弟嚴守各項安全規則及謹慎聽從老師之指示。【請✓選適合者】

☐ 本人 **同意** 敝子弟參加陸運會比賽，其健康狀況可應付各項賽事。

☐ 本人 **不同意** 敝子弟參加陸運會比賽，其健康狀況不適宜參加陸運會之比賽，情況如下(須詳細說明):

_____

_____

_____

陸運會惡劣天氣及空氣污染指引

1. 陸運會當天早上六時三十分前天文台若懸掛紅色或黑色暴雨警告/熱帶氣旋警告訊號(三號或以上)，或教育局已正式宣佈全日制學校停課，則所有同學毋須到運動場。

2. 陸運會當天早上六時三十分前若懸掛黃色暴雨警告或雷暴警告，所有同學仍須到運動場集合。若屆時天氣及場地情況許可，所有比賽將如常進行。

3. 同學在運動場集合後，若天文台宣佈黃色暴雨警告、雷暴警告或天氣狀況並不理想(例如持續大雨)，校方將於不遲於中午十二時決定會否取消當天全部賽事，並在安全情況下，讓各同學離開場地。

4. 陸運會當天下午若懸掛紅色或黑色暴雨警告，或教育局宣佈學校停課，校方將會取消當天下午的賽事，在安全情況下，讓各同學離開場地。

5. 陸運會當天早上若空氣質素健康指數達 10+ 級，所有同學仍須到運動場集合。若空氣質素健康指數達 10+ 級而持續至中午十二時，校方將會取消當天賽事，各同學在中午十二時離開場地。

6. 若陸運會當天下午空氣質素健康指數達 10+ 級，各同學仍須留在運動場。若空氣質素健康指數達 10+ 級的情況持續，校方將會取消當天下午的賽事，各同學可在下午三時四十五分放學。

7. 若因為惡劣天氣或空氣污染而取消賽事，學校將透過學校網頁的「最新消息」發放有關訊息。若因為惡劣天氣或空氣污染而學生需要提早離開場地，學生應在離開運動場時致電通知家長及盡快返回家中。

宣道中學
陸運會注意事項

1. 學生出席陸運會，必須穿著合規格的運動服。
   - ■ 必須穿上本校的運動服及運動長褲、以白色為主的運動鞋。如有需要，可穿上本校運動外套；
   - ■ 本校制服團隊成員可按其所屬制服團隊，穿著童軍、女童軍或紅十字會青年團的指定制服；
   - ■ 學生不可穿著便服或其他未經准許的服飾出席陸運會。

2. 四社的社職員及啦啦隊成員，可以穿上所屬社別已獲校方批核的「社衫」。非四社職員或啦啦隊成員，則須穿上符合上述規格的運動服、校服或指定制服團隊制服。

3. 學生若因身體不適宜作戶外活動或家有要事必須於當日請假者，**必須最少在兩個上課日之前（即在十一月十二日或之前）**呈交家長請假信，並親自向訓導部申請，理由不充分者不獲考慮。若同學於當日患病不能出席陸運會，必須於當日上午八時五分前由家長以電話通知校務處，並於病癒後復課當日呈交註冊西醫之病假証明。學生不依照上述手續請假而缺席陸運會，均作曠課處理。

4. 參加比賽項目的學生必須徵得家長同意，在身體健康適合進行田徑比賽的情況下，方可參加田徑比賽。學生請勿進行超逾其體能範圍的運動比賽，如感到身體不適或不幸受傷，應即時向老師報告，以便作出適當的安排。

5. 學生必須遵守的行為守則：
   a. 保持良好的運動精神，尊重及鼓勵每一個參與比賽的同學；
   b. 宜投入觀賞賽事及支持參與比賽的同學，切勿在看台嬉戲玩樂、溫習課本筆記、閱讀報章或課外讀物、使用手提電話、電子設備或進食；
   c. 保持運動場及看台場地清潔，切勿隨地拋棄廢物；
   d. 應留在所屬社別的座位範圍，不應坐於其他社別的座位區域或在運動場內流連；
   e. 若非參加已經宣佈召集的比賽項目，或不是陸運會的工作人員，則應留在看台，勿在比賽場區或預備比賽區域流連，以免妨礙比賽進行；
   f. 在前往及離開運動場的路途上，或在午膳的商場、食肆，應注意保持良好的言行舉止。

比 賽 時 間 表
第 一 天 賽 程

地點：鄧肇堅運動場

日期：2026 年 11 月 17 日(星期二)

組別 時間	女　丙	女　乙	女　甲	男　丙	男　乙	男　甲
8:10	集　隊　點　名					
8:20	開　幕　禮					
8:45		100 米欄(決)(　)[1] 跳遠(決)(　)[5]	100 米欄(決)(　)[2] 鐵餅(決)(　)[6]		100 米欄(決)(　)[3] 跳高(決)(　)[7]	100 米欄(決)(　)[4] 鉛球(決)(　)[8]
9:15	400 米(決)(　)[9]	400 米(決)(　)[10]	400 米(決)(　)[11]	400 米(決)(　)[12]	400 米(決)(　)[13]	400 米(決)(　)[14]
10:00	100 米(初)(　)[15] 跳遠(決)(　)[21]	100 米(初)(　)[16]	100 米(初)(　)[17]	100 米(初)(　)[18]	100 米(初)(　)[19]	100(初)(　)[20]
10:30		鉛球(決)(　)[22]				
11:10	跳高(決)(　)[23]	1500 米(決)(　)[24]	1500 米(決)(　)[25]	1500 米(決)(　)[26]	1500 米(決)(　)[27]	1500 米(決)(　)[28]
12:00	社 際 拔 河 比 賽　準 決 賽 (　　VS　　)					
12:30	午　膳					
1:30	集　隊　點　名					
1:45			鉛球(決)(　)[29]	跳高(決)(　)[30]	鐵餅(決)(　)[31]	跳遠(決)(　)[32]
2:00	200 米(初)(　)[33]	200 米(初)(　)[34] 鐵餅(決)(　)[39]	200 米(初)(　)[35]	200 米(初)(　)[36]	200 米(初)(　)[37]	200(初)(　)[38] 跳高(決)(　)[40]
2:30				鉛球(決)(　)[41]		
2:45	a) 社 際 女 子 丙 組 4 x 400 米 接 力 賽　b) 社 際 男 子 丙 組 4 x 400 米 接 力 賽 c) 社 際 女 子 乙 組 4 x 400 米 接 力 賽　d) 社 際 男 子 乙 組 4 x 400 米 接 力 賽 e) 社 際 女 子 甲 組 4 x 400 米 接 力 賽　f) 社 際 男 子 甲 組 4 x 400 米 接 力 賽					
3:45	社 際 拔 河 比 賽 - 準 決 賽 (　　VS　　)					
4:15	集　隊　解　散					

比 賽 時 間 表
第 二 天 賽 程

地點：鄧肇堅運動場

日期：2026 年 11 月 18 日(星期三)

組別 時間	女　丙	女　乙	女　甲	男　丙	男　乙	男　甲
8:10	集　隊　點　名					
8:30	100 米(決)[42] 鉛球(決)(　)[48]	100 米(決)[43]	100 米(決)[44] 跳高(決)(　)[49]	100 米(決)[45]	100 米(決)[46] 跳遠(決)(　)[50]	100 米(決)[47]
9:00	800 米(決)(　)[51]	800 米(決)(　)[52]	800 米(決)(　)[53]	800 米(決)(　)[54] 跳遠(決)(　)[57]	800 米(決)(　)[55]	800 米(決)(　)[56]
10:00	200 米(決)[58]	200 米(決)[59] 跳高(決)(　)[64]	200 米(決)[60] 跳遠(決)(　)[65]	200 米(決)[61]	200 米(決)[62] 鉛球(決)(　)[66]	200 米(決)[63] 鐵餅(決)(　)[67]
10:30	三　千　米　(公　開)(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　4 x 100 米 接 力 賽　b)社 際 男 子 丙 組 4 x 100 米 接 力 賽 c)社 際 女 子 乙 組　4 x 100 米 接 力 賽　d)社 際 男 子 乙 組 4 x 100 米 接 力 賽 e)社 際 女 子 甲 組　4 x 100 米 接 力 賽　f)社 際 男 子 甲 組 4 x 100 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 4 X100 米　接　力　賽					
2:00	友　校　4X 100 米 接 力 邀 請 賽					
2:30	頒　獎　典　禮					
3:30	集　隊　解　散					