

2015 好朋友路跑盃企劃案



總召：李姿葦

副總召：王翊臻、黃翊綺

組員：鄭夙涵、盧昱吟

李瑩姿、林俞名

陳堉培、林士勛

梁育齊、李玉萍

指導老師：林政勳主任

目錄

壹、活動緣起.....	1
貳、活動宗旨.....	1
參、活動目的.....	1
肆、活動目標.....	1
伍、活動對象.....	1
陸、活動地點.....	1
柒、活動日期.....	1
捌、活動時間.....	1
玖、活動方式.....	1
一、5K 趣味路跑.....	1
二、活動規則.....	1
三、報名方式.....	2
四、報名費用.....	2
五、活動流程.....	2
壹拾、活動單位.....	2
壹拾壹、贊助單位.....	3
壹拾貳、交通資訊及路線規劃.....	3
一、交通資訊.....	3
二、路線規劃(紅線為替代道路).....	4
壹拾參、行銷策略.....	4
一、設計理念.....	4
二、宣傳策略與實施方式.....	4
壹拾肆、SWOT 分析.....	5
壹拾伍、人力職務分配表與聯絡方式.....	6
壹拾陸、活動場地、器材道具表.....	7
一、活動場地圖.....	7
二、器材道具表.....	8
壹拾柒、活動進度表.....	9
壹拾捌、行事曆.....	9
壹拾捌、成本經費概算.....	9
一、人力成本.....	9
二、活動支出成本.....	9
壹拾玖、經費來源.....	10
貳拾、預期效益.....	10
貳拾壹、風險評估.....	10
貳拾貳、附錄.....	11
一、充氣障礙物內容.....	11
二、大會場地位置圖及遊戲棚位置.....	11
三、路跑路線圖.....	11
四、路跑路線圖.....	11

壹、活動緣起

近年來臺灣路跑活動盛行，根據中華路跑協會網站統計 2014 年國內路跑賽事超過三百場。為了維持良好的運動風氣而承辦了第三屆好朋友路跑盃，並加入趣味題材打造全新面貌的好朋友路跑，就等你呼朋引伴一同參加。

貳、活動宗旨

第三屆好朋友路跑盃，提倡全民運動精神並以趣味、創意活動方式帶動路跑活動，藉由此機會發表在校四年所學之成果，呈現在第三屆好朋友盃活動項目。

參、活動目的

- 提倡全民運動風氣，促進人與人彼此關係互動。
- 促進個人身心健康並增加社會競爭力，而降低醫療資源的消耗。
- 宣導本校運動休閒系學生在校所學，藉由舉辦活動達成運動休閒管理系科成果發表並促進敦親睦鄰的效益及增加運動行銷。

肆、活動目標

第三屆好朋友路跑盃之活動人數目標 3000 位跑者參加，並有效推廣全民運動風氣，以及發揚光大台南應用科大運休系之課程學習成果。

伍、活動對象

以全台喜愛路跑的愛好者，皆可一起共襄盛舉。

陸、活動地點

台南應用科技大學操場集合。

柒、活動日期

民國 104 年 12 月 12 日星期六。

捌、活動時間

早上 06：00 至早上 10：00。

玖、活動方式

一、5K 趣味路跑

第三屆好朋友路跑盃有別於前兩屆好朋友路跑盃路跑活動方式，以全新的內容來進行。第三屆好朋友路跑盃以體驗挑戰、好玩、娛樂的方式來進行路跑，在路跑途中加入一些小型障礙讓跑者挑戰。讓路跑活動不再只是單純路跑，更添加了一些趣味的氣息。我們在大會會場設置遊戲棚，有一些童玩小遊戲，詳情請參閱附錄一、二。

二、活動規則

(一) 違反下列規定者將取消比賽之成績

- 非法接受他人飲料或食物
- 不遵從工作人員引導者
- 未將號碼布貼在胸前

- 比賽中影響其他選手之行為者
- (二) 違反下列規定者取消參賽證明與紀錄並禁止參加大會舉辦之活動
 - 比賽中借他人之幫助而獲利者。例如：搭車
 - 報名組別與身分證名不符者
 - 違反運動精神與道德者。例：打架、口出惡言辱罵大會人員等
 - 代跑與被代跑者，請勿以任何理由轉讓號碼

三、報名方式

- (一) 駐點報名：請參閱附錄四報名簡章。
- (二) 線上報名：<http://www.beclass.com/rid=1837960558a731ab713a>

四、報名費用

報名費用為 400 元整。

五、活動流程

時間	內容	備註
06:00-07:00	報到	07:30 報到截止
07:00-07:10	開幕典禮	
07:10-07:30	致詞、活動規則說明	
07:30	報名截止	
07:30-07:40	大會暖身操	
07:40-07:50	準備開跑、位置移動	
07:50-09:00	5K 開跑(第一批-A組)	號碼布黑底白字(號碼 1-1500)
08:00-09:10	5K 開跑(第二批-B組)	號碼布白底黑字(號碼 1500-3000)
08:10-10:00	完賽禮領取	10:00 結束
08:20-08:35	表演活動	15 分
08:35-08:45	第一階段摸彩	10 分
08:50-09:05	表演活動	15 分
09:05-09:15	第二階段摸彩	10 分
09:15-09:30	表演活動	15 分
09:30-09:50	閉幕	20 分
10:00	活動結束	
10:00-12:00	場地復原	

壹拾、活動單位

- 一、指導單位：台南應用科技大學
- 二、主辦單位：台南應用科技大學-運動休閒與健康管理系
- 三、承辦單位：台南應用科技大學-運動休閒與健康管理系