

2026 年台北市基隆河 SUP 挑戰賽簡章

一、 賽程目的：

(一) 龍舟碼頭作為起點與終點

結合龍舟文化中的「團隊、協作、毅力」與 SUP 運動的「平衡、勇氣、自我挑戰」，「從龍舟競速到 SUP 挑戰，體驗基隆河的力量與節奏」。

(二) 河道串連城市景點

路線貫穿基隆河兩岸地標「大直橋、美堤河濱」，讓比賽兼具觀光特色，並可在河道上欣賞 101 及圓山飯店的美。

二、 指導單位：

運動部全民運動署、台北市政府體育局

三、 主辦單位：

中華民國運動訓練協會

四、 協辦單位：

墾丁 SUP 立槳運動俱樂部、PADDLE+俱樂部、海猴子海洋運動俱樂部、潛行者事務所、水路探索生活休閒股份有限公司、KOKUA、Paddler、雋永生命

五、 競賽日期：

115 年 8 月 23 日（星期日）上午 07 時 30 分報到

六、 報名期程：

(一) 即日起至 7 月 26 日（額滿 600 名提早關閉報名系統）

(二) 報名費用：6KM 組 2200 元

4KM 組 1800 元

6 月 30 日前早鳥價 6KM 組 2050 元

4KM 組 1650 元

8 人以上享有團報價 6KM 組 1900 元

4KM 組 1600 元

自我挑戰組 4KM 1200 元（不參與排名）

所有選手報名時另收晶片押金 500，完賽繳回晶片後，退還。

七、 競賽地點：

臺北市基隆河大佳段河道

八、 項目：

- (一) 男子組 6KM (採折返繞標賽) (200 人)
- (二) 女子組 6KM (採折返繞標賽) (100 人)
- (三) 男子組 4KM (採折返繞標賽) (200 人)
- (四) 女子組 4KM (採折返繞標賽) (100 人)
- (五) 自我挑戰組 4KM(採折返繞標賽) (200 人)

九、 競賽資格：

- (一) 年滿 12 歲以上 (依比賽當天日期實滿計算)
- (二) 未滿 18 歲之青少年，需取同監護人同意，並簽署同意書 (網上下載範本)，於參賽檢錄時出示後使可參賽。

十、 競賽器材規範

- (一) 選手需自備充氣板或硬板，長度可依個別需求選擇比賽用板，但不可超過 14 英尺。
- (二) 選手須自備槳，長度應依個人身高選擇之，槳桿可為固定、雙節、三節桿，可準備備用槳固定在板上，唯每次划行僅限用一隻槳。
- (三) 尾舵款式、長度、形狀、角度等皆不拘，禁用水翼(Foil)或任何可將板推高之尾舵及任何有推動力或可轉向之尾舵 (Rudders)。
- (四) 腳繩不限形式或長度，所有賽事必須全程配戴，否則禁止參賽
- (五) **參賽全程需穿著救生衣，否則禁止參賽**，禁止以充氣式救生衣或救生手環代替救生衣，救生衣格式規範請參著附件。
- (六) 使用充氣板需於賽前自行完成充氣，大會未提供充氣設備。
- (七) 競賽當日若需大會協助租借 SUP，需於報名時完成備註，大會需統一完成數量登記，租借費用為新台幣 800 元。

十一、 競賽規則

- (一) 對於競賽規則或賽程如有疑問需在競賽前提出，競賽時應遵從競賽規則。

- (二) 所有選手必須依據大會分派之號碼進行比賽，並避免遮擋號碼。
- (三) 所有選手下河道後必須在起步線後等候，全部立姿出發，當起步訊號響起後，板的尖端才可越過起跑線，選手開始進行比賽。
- (四) 起步後，所有參賽者必須使用單槳划水及以站立姿勢完成比賽全程。
- (五) 競賽全程為 6 (4) 公里，於 3 (2) 公里處繞浮標 (統一由左繞右) 後折返。
- (六) 在划行中，可以在任何時候從左邊或右邊超越，包括彎位區段，但必須能確保兩板之間的距離。
- (七) 在划行中無論直道還是彎位區段，後者的「槳板前端」不可以故意碰撞它板，阻礙它板前進。
- (八) 在繞標時，如兩人或以上一同入彎繞標，外側應先禮讓內側選手。
- (九) 有下列行為經裁判發現均視為犯規，每次犯規判罰加時 30 秒(採用累進罰則)：
 - 1. 後方超越前方時，故意去碰裝前方槳板，並因此導致前板方向失控或選手落水者。
 - 2. 繞標時外側選手未禮讓內側選手，並有導致前板方向失控、選手落水或後方板首跨上前板、影響比賽等。
 - 3. 參賽者以跪姿或坐姿划行超過一分鐘。
- (十) 有下列行為經裁判發現視為失格，將取消比賽資格：
 - 1. 所有選手在整個賽程中，如有故意或惡意衝撞、推擠、干擾其他選手的行為，其中也包含對其他選手器材的故意破壞等行為，都應判罰違規失格，取消比賽成績。
 - 2. 凡有違背體育精神體育道德行為者，將取消參賽資格或比賽成績。
 - 3. 沒有繞過指定浮標並已抵達終點時。
 - 4. 用槳去碰撞它板或用槳觸及到他人時，導致落水或受傷。

5. 用槳去推擠浮標或它板，明顯得利者，裁判長有權取消該場比賽資格。

6. 未穿著救生衣取消該場比賽資格。

十二、 安全管制事項

- (一) 競賽前，身體若有不適不可參賽。
- (二) 競賽中，若體力不支或身體不適，如需協助、受傷或遇到危險時，選手應高舉划槳左右揮動以表示需要安全戒護人員協助。
- (三) 競賽後，若感到身體不適或有失溫現象，請立即向醫護組求援。
- (四) 競賽全程需著腳繩及救身衣，若違反規定經勸導後仍不理會，大會有權取消該名選手競賽資格。

十三、 成績計算及排序方式：

- (一) 本次競賽採國際賽事晶片計時系統，需經折返點到達終點通過晶片感應區，才算完成比賽。
- (二) 完成後依時排序。
- (三) 若前幾名成績相同者，則並列計算，並取消下一名次。
- (四) 各組別賽程關門時間為 2 小時。

十四、 競賽獎勵

- (一) 總名次錄取名額，依男、女子組各組報名人數 1~30 人錄取 4 名，30 人以上錄取 5 名。
- (二) 領取總名次獎金、獎盃之選手不再列入分組名次計算。
- (三) 參賽者以跪姿或坐姿划行超過 3 槳不列入總名次。

6KM 男、女子組錄取總名次前 5 名		
名次	男子公開組	女子公開組
第一名	獎金 5000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 5000 元 (新台幣) + 獎盃
第二名	獎金 4000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 4000 元 (新台幣) + 獎盃

第三名	獎金 3000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 3000 元 (新台幣) + 獎盃
第四名	獎金 2000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 2000 元 (新台幣) + 獎盃
第五名	獎金 1000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 1000 元 (新台幣) + 獎盃

4KM 男、女子組錄取總名次前五名		
名次	男子公開組	女子公開組
第一名	獎金 4000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 4000 元 (新台幣) + 獎盃
第二名	獎金 3000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 3000 元 (新台幣) + 獎盃
第三名	獎金 2000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 2000 元 (新台幣) + 獎盃
第四名	獎金 1000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 1000 元 (新台幣) + 獎盃
第五名	獎金 1000 元 (新台幣) + 獎盃	獎金 1000 元 (新台幣) + 獎盃

(四) 分組錄取名額，依分組報名人數 1~20 人錄取二名，20 人以上錄取三名，頒發獎盃。

(五) 競賽分組

男分五組	女分五組
長青組 60 歲以上 (54 年次以前)	長青組 60 歲以上 (54 年次以前)
甲組 50~59 歲 (55~64 年次)	甲組 50~59 歲 (55~64 年次)
乙組 40~49 歲 (65~74 年次)	乙組 40~49 歲 (65~74 年次)
丙組 30~39 歲 (75~84 年次)	丙組 30~39 歲 (75~84 年次)
丁組 29 歲以下 (85 年次以後)	丁組 29 歲以下 (85 年次以後)

(六) 完賽選手頒發獎牌乙面、成績證明、完賽衣、毛巾及餐盒。

正面



反面



尺寸	建議身高 (cm)	建議體重 (kg)	肩寬 (cm)	胸寬/平放胸圍 (cm)	衣長 (cm)
S	155 - 165	45 - 55	41 - 42	47 - 48	64 - 66
M	165 - 170	55 - 65	43 - 44	49 - 51	68 - 70
L	170 - 175	65 - 75	45 - 47	52 - 54	71 - 73
XL	175 - 180	75 - 85	48 - 50	55 - 57	74 - 76
2XL	180 - 185	85 - 95	51 - 53	58 - 60	78 - 80

(七) 報名參賽人員均有保險及贈送號碼衣。

十五、 報到方式

一律郵寄報到：

本會將於賽前十天將所有物資包裹寄出完成；如果賽前一週尚未收到參賽物資，請洽物流公司 04-7865019，並請於線上報名時，務必填寫正確的收件地址，以免包裹無法寄達，亦不寄發回執單；郵寄費用請於報名同時繳交。

甲、 郵寄報到費用(限台灣境內)離島選手活動當天請至活動會場大會服務台領取，但是郵寄費用仍照常收取。

乙、 郵寄費用：

人數	1	2~3	4~6	7~10	11~30
費用(新台幣)	130 元	210 元	310 元	410 元	510 元

丙、 郵寄完成後，號碼衣請妥善保管，遺失不再補發。

丁、 比賽當天恕不受理報到手續。

十六、 一般規定

- (一) 選手辨別方式為穿號碼衣，別上號碼牌。
- (二) 參賽人員需身體健康，熟悉水性，能無保護狀態下游泳 200 米。
- (三) 運動員在所有場合下，須保持正確的行為規定；尊重裁判，尊重他人，不得有任何不良行為。
- (四) 參賽人員須熟知比賽規則和競賽細則，在規定時間內報到、檢錄、比賽，超時按自動棄賽處理。
- (五) 任何參賽者，如有嚴重違反競賽規則或紀律行為，可被取消參賽資格及所獲之獎項。
- (六) 大會對賽事保留最終決定權及不設上訴機制。
- (七) 所有參加者授權予大會用任何有關賽事之相片，錄影及賽事紀錄作任何合法用途包括活動宣傳之用。
- (八) 如活動過程中出現意外或受傷，大會優先顧及人身安全，並儘快提供援助，大會將會因應當時情況而作出暫停、延遲之決定。
- (九) 響應環保，保特瓶裝水（拋棄式），於競賽過程不可帶下河道，大會於中繼站及岸上準備飲用水。
- (十) 其他未盡事宜依大會競賽公告為主，大會對賽事保留最終決定權。
- (十一) 退費基準如下：
 - 1、報名成功後，參與者於繳費之次日起，至主辦單位所定繳費截止日後 1 日內，申請取消報名及退費者，主辦單位酌收手續費及行政費後，退還報名費全額之百分之二十；1 日後，退還報名費全額之百分之四十。
 - 2、參與者於活動相關物資寄出後，主辦單位不退還報名費。

十七、 競賽地點：

臺北市基隆河大佳段河道大直橋下（龍舟碼頭）場地圖如下：



十八、 賽程日誌

時間	活動事項
7 時 30 分	報到、選手寄物
7 時 40 分	比賽路線暨規則說明
7 時 45 分	主辦單位致詞
8 時 00 分	6KM、4KM 組出發
10 時 00 分	比賽結束
10 時 30 分	頒獎典禮 為避免完賽選手過於久候，當各組錄取成績確定時，將立即頒獎

二十、醫療與後送

- (一) 本會於賽程當日，已委託民間救護單位派遣救護車在旁備便維護賽程安全，另已協調派遣醫生、護士及具有 EMT1 之救生員在旁協助安全事項維護。
- (二) 由大佳河濱公園大直橋下後送至三軍總醫院松山院區，全程約 4.7 公里（車程約 15 分鐘）。



附件

自備救生衣之款式與浮材相關規定

一、款式：

- (一) 以拉鍊式、卡扣式為主，禁止浮力衣與腰帶式、充氣式、氣壓式之救生衣
- (二) 防撞衣及海上船舶工作衣非屬救生衣，不符合大會規定請勿使用。

二、材質與浮力：

- (一) 外層 100%尼龍布、內襯為高密度軟性橡膠發泡(COREX foam N. B. R)或 PVC 發泡材質。
- (二) 浮材須符合特合歐盟 EN(EN ISO12402-5 EN393 50N)或 (ENISO 12402-4EN 395 100N)標準，或者美國海岸防衛隊(USCG)認證標準(第二類 TYPEII 填充泡棉，15.5 磅，70N)或(第三類 TYPE III 填充泡棉



