

Y2Y「元宵燈謎對對碰」定向 2012

出發名單 (截至 2012-1-30)

如有查詢, 請電郵 valentine.y2y@gmail.com

藍組

- 1 QQ DAD
- 1 QQ MUM
- 1 QQ
- 2 程爸
- 2 程姐
- 2 程媽
- 3 MOM
- 3 地鐵王
- 3 Vickie
- 4 黃河
- 4 小河
- 4 小河媽
- 5 随随便便
- 6 PETER
- 7 大帥
- 8 偏特
- 9 CC
- 10 蔡偉傑
- 11 ANTON
- 12 安琪拉
- 13 LL
- 14 Winky
- 15 是是旦旦
- 16 Katie
- 17 ST JJ
- 17 ST JJ
- 17 ST JJ Jr.

紅組

- 1 阿班
- 2 不良
- 3 Colonel
- 4 Kim
- 5 四君子
- 6 Gracy
- 7 章魚
- 8 Alvin
- 9 Wilson
- 10 SIU 天使
- 11 ShaZi

「元宵燈謎對對碰」公園定向日 2012

賽員須知

日期：2012 年 2 月 5 日（星期日）

地點：荔枝角公園

獎項：不設冠亞季軍，但設全場「狀元」、「榜眼」、「探花」，遊戲設獎品

賽前查詢及比賽當日緊急聯絡電話: 66197302

裝備（每人/每家庭）

必備：一支鉛子筆或鉛筆

最好帶備：一個指南針及哨子

第一次玩定向的參加者，請見附錄「新手小貼士」

大會程序

1500 賽員報到

1500-1530 免費學定向，歡迎新手參加！

1530 熱身遊戲

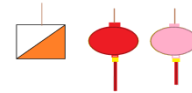
1600 定向比賽

1700 定向比賽完畢，所有賽員必須返回終點

遊戲及茶點

1730 成績公佈

頒發獎項及證書（已申請證書人士）



大會程序可能因應當日情況而更改，請留意當日公佈

交通

下列公共交通工具前往荔枝角公園：

—港鐵美孚站 D 出口，轉左步行約 8 分鐘往「露天劇場」

—九巴 27454466, www.kmb.hk

—城巴 28730818, www.citybus.com.hk

—港鐵 29293399, www.mtr.com

賽事中心

1. 賽事中心位於公園南面「露天劇場」，請於 1500 去登記處報到

2. 第一次玩定向的參加者，可在 1500 免費學玩定向，機會難逢！請往登記處找教練



3. 賽事中心劃分行李區，可把行李放下，但如有遺失，賽會概不負責，請勿攜帶貴重物品
4. 賽事中心附近有洗手間及小食亭



玩法

1. 1530 開始玩遊戲熱身，大家互相認識
2. 1600 定向賽開始，賽員分為紅組 (MA, WA, MY, WY 組) 及藍組 (MC, WC, MN, WN, FAM 組)，分兩批出發
3. 賽員將獲派地圖和答案紙，請按照地圖位置，尋找燈籠，有時要順序找，有時不需順序、有時要做選擇題、有時要猜 10 題燈謎，(即是越野式、奪分式、微型定向及星形定向)，全程約 3km，鬥智鬥力，到時詳細宣佈！
4. 地圖是 2012 年版 1:3000 比例 ISSOM2007 彩圖、2 米等高線間距、國際定向提示符號，新手請參考附錄
5. 紅組的男女賽員須在某個點換拍擋，到時有工作人員指示
6. 藍組賽員可獨自玩或到時與其他賽員一齊玩
7. 賽事限時 60 分鐘，賽員最遲於 1700 返抵終點。遲返終點的賽員，可能錯過茶點！
8. 去到終點，請把答案紙交給終點工作人員，以核對成績

比賽規則

1. 賽員無論完成賽事與否，或想提早離開，都必須於 1700 返回終點或通知賽事中心，否則當作失蹤，要勞煩工作人員甚至警方搜救
2. 為各位安全起見，嚴禁代跑
3. 為公平起見，除賽會提供的地圖及【賽員須知】所提及的裝備外，不得使用其他輔助工具，包括手提電話、對講機等通訊器材。猜燈謎請不要抄襲別人的答案。已出發的賽員切勿將賽程資料透露予未出發的賽員
4. 賽員不得移動或損壞燈籠或賽會設施，若有損毀須按價賠償
5. 賽員如違反【比賽規則】將被取消成績 (DISQ)
6. 本賽事是按照香港野外定向總會的「野外定向比賽則例」舉行

備註

1. 自身的安全是賽員的個人責任。賽員及家長請自行購買個人意外保險。賽會已購買公眾責任保險
2. 如遇上突發事件，請自行在安全情況下撤離，返回賽事中心報到
3. 賽區是公眾地方，其他人士有權享用，賽員沒有使用賽區的優先權
4. 比賽當日 1300 後，如天文台發出雷暴警告、黃色暴雨警告或 3 號或以上風球，賽事將取消

附錄 1 — 新手小貼士

賽前準備

1. 充足睡眠！保持頭腦清晰最緊要
2. 飲食得宜，午餐要豐富，賽前 2 小時避免大量進食，多飲水讓身體儲存足夠水分

服裝

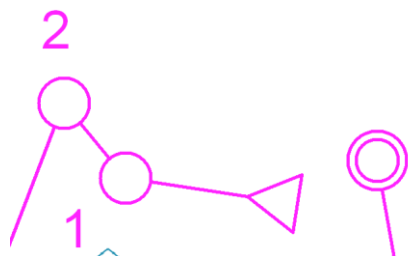
1. 衣服以輕便為主，切忌牛仔褲！建議穿著運動鞋、跑步鞋
2. 帶備替換衣物、防曬用品、帽（如有太陽）、雨具（如有雨）

出發前

1. 準時到賽事中心報到，留意大會時間，做熱身運動、換衣服、去洗手間、寄存行李、拍照等
2. 如有需要，可帶備適量飲料出賽。如有指南針及哨子，建議帶出賽：指南針助你玩得更得心應手，哨子可用來應急
3. 留意大會設置，如終點的位置

比賽時

1. 一出發不要人跑你又跑，先在地圖上找出自己的位置 — 起點三角符號。
2. 然後根據圓圈次序，或不需跟次序，到訪每個燈籠，多利用大型地徵定位。



3. 到達每個燈籠，必須檢查提示符號欄的編號，是否與該燈籠編號相符，如下列地圖的 31 號，就是 31 號燈籠

▷		△		
1	31	■		┘
2	32	↗		↙



4. 定向運動最考驗獨立思考，不要盲目跟隨別人，計劃最適合自己的路線！
5. 雙圓圈為終點

比賽後

1. 到達終點後，第一時間交回答案紙
2. 運動之後，盡快補充身體的水分
3. 用大約 10 分鐘做伸展動作，可減少運動後肌肉疲勞
4. 與其他參加者分享路線，進步從檢討開始
5. 換返套乾爽衫，睇埋頒獎，度過開心健康的元宵節！

附錄 2 — ISSOM2007 國際標準地圖圖例

	通道 Paved passage
	小徑 Footpath
	不明顯小徑 Indistinct footpath
	梯級 Stairway
	圍牆 Wall
	圍牆 (不准越過) Wall (Not to cross)
	圍欄 Fence
	圍欄 (不准越過) Fence (Not to cross)
	可通過之建築物 Canopy
	建築物 Building (Not to pass)
	崖壁 Rock face
	崖壁 (不准越過) Rock face (Not to cross)
	水管 Pipeline
	大石/石群 Boulder/Boulder field
	海/水池 Sea/Pond
	溪澗 Stream
	渠道 Watercourse
	等高線 Contour
	指示等高線 Index contour
	輔助等高線 Form line/示坡線 Slope line
	泥坡 Earth bank
	陷地 Depression
	小陷地 Small depression
	小丘 Knoll/地洞 Pit
	沙地 Sandy ground/岩面地 Bare rock
	空曠地 Open/雜草地 Rough open
	有疏樹之空曠地 Scattered tree open
	有疏樹之雜草地 Scattered tree rough open
	植被—通行困難 Dense vegetation
	植被—慢行 Vegetation-Walk
	植被—慢跑 Vegetation-Slow run
	底層植物—慢行 Undergrow-Walk
	底層植物—慢跑 Undergrow-Slow run
	樹林—容易通行 Forest-Easy run
	耕地 Cultivated land/果園 Orchard
	告示牌 Notice board
	獨樹 Lone tree
	水井/水龍頭 Well/Tap
	墓/墳場 Grave/Grave yard
	遊樂設施 Playground Equipment
	花圃或民居—不准進入 Flower bed or Private area-No entry
	控制點 Control
	起點 Start
	終點 Finish

國際控制點提示表

Control Description Sheet

A B C D E F G H 每行釋義

IOF Event Example							
M45, M50, W21							
5		7.6 km		210m			
▷		↘	↗	↘			
1	101						◁
2	212	↙	▲	1.0	○	◡	
3	135	⊗	⊗				◡
4	246		○				○
5	164	→	□				○
○-----120----->							
6	185	↘	↘				⊥
7	178	⊥					⊕
8	147	≡	≡	2.0			
9	149	↘	↘				⊗
○-----200----->⊕							

[賽事範例]

男子45及50歲以上組別, 女子21歲以上組別。

賽程編號5, 賽程長度7.6千米, 總攀高210米

起點 - 大路與牆連接處。

控制點1: 編號101-狹窄沼澤的彎位。

控制點2: 編號212-西北方1米高大石之東面。有水站。

控制點3: 編號135-兩密林之間。有工作人員檢查控制點。

控制點4: 編號246-中間的陷地的東部。

控制點5: 編號164-東方的破毀建築物之西面。

*由控制點位置, 沿120米長之指定路徑前進。

控制點6: 編號185-倒塌的石牆的東南角外。

控制點7: 編號178-山咀, 西北腳。有護理人員。

控制點8: 編號147-上面2米高的陡崖。

控制點9: 編號149-小徑交叉處。

最後控制點往終點尚有200米的指定路徑。

註*: 此列會因應個別賽程之需要而顯示。

粗線右側之項目, 為最重要。

A	B	C	D	E	F	G	H
2	212	↙	▲	1.0	○	◡	

A: 控制點序號

B: 控制點編號

C: 指示相同特徵中那個

D: 控制點特徵

E: 控制點特徵的細節

F: 特徵大小、組合

G: 標誌旗擺放位置

H: 其他資料

International Control Description Symbols

國際控制點提示符號

C行

↑	北方的
↘	東南方的
≡	上面的
≡	下面的
	中間的

D行(地貌)

⊥	台地
⊥	山咀
⊥	山窩
⊥	泥坡
⊕	採石地
⊥	土埂/堤
⊥	沖溝
⊥	小乾溝
○	山丘
○	小丘
⊥	鞍部
○	陷地
○	小陷地
○	地洞
○	坎地
○	蟻丘

D行(岩石)

⊥	峭壁, 陡崖
▲	石柱
⊥	山洞
▲	大石
⊥	群石地
▲	大石堆
⊥	碎石地
⊥	岩石地
⊥	崖間狹路

D行(水系)

⊕	湖, 水塘
⊕	池塘
⊕	水洞
⊕	河溪, 水道
⊕	小溝, 溝渠
⊕	狹窄沼澤
⊕	沼澤
⊕	沼澤局部乾地
⊕	水井
⊕	水道源頭
⊕	水箱

D列(人造特徵)

↘	大路
↘	小道、小徑
⊥	林中間隙
↘	人行橋
⊥	電纜
⊥	電纜架/桿
⊥	隧道
↘	石牆
⊥	圍欄
⊥	橫越點
⊥	建築物
⊥	破毀建築物
↘	管道
⊥	塔架
⊥	射擊台
○	石標誌
↑	飼料架
⊕	炭灰地
⊥	紀念碑, 塑像
⊥	有蓋通道
↘	階梯

D行(植被)

◇	空曠地
◇	半空曠地
◇	樹林之角
◇	林中空曠地
⊗	密林, 密植叢
⊗	密樹籬
⊗	植被分界
⊗	樹叢
⊗	獨樹
⊗	倒樹根

D列(特定的符號)

+	墳墓 (香港適用)
×	特定項目
○	

E行(外觀細節)

⊥	低矮的
⊥	淺的
⊥	深的
⊥	茂密的
⊥	開闊的
⊥	多岩石的
⊥	濕軟的
⊥	多沙的
⊥	針葉樹的
⊥	落葉樹的
⊥	倒塌的

F行(大小)

2.5	高度、深度(米)
8x4	水平面積(米)
0.5/3.0	斜坡上的特徵物之高度(米)
2.0/3.0	兩種特徵物之高度(米)

F行(組合)

⊗	交叉處
⊗	連接處

G行(標誌旗的位置)

○	東北面
○	東南邊緣
○	西部
○	東角內
○	南角外
○	西南端
○	彎位
○	西北盡頭
	上部
	下部
⊥	在頂上
⊥	在底下
⊥	腳下(不指明方向)
○	東北面腳下
≡	在兩者之間

H行(其他資料)

⊕	水站
⊕	電視或無線電站
⊕	工作人員檢查控制點
⊕	救傷站

G行(續)

⊗	⊗	≡	兩個密林之間
▲	●	≡	大石與小丘之間

F行(續)

↘	↘	⊗	小徑交叉處
↘	⊗	⊗	小徑與林隙交叉處
↘	↘	⊗	大路連接處
↘	⊗	⊗	河溪與溝渠連接處

由最後控制點往終點之指示:

○	380m	⊕	往終點尚有380米, 無指定路徑
---	------	---	------------------

○	400m	→	往終點為400米長之指定路徑
---	------	---	----------------

○	150m	→	往終點尚有150米, 抵終點匯集區後, 沿指定路徑前行
---	------	---	-----------------------------

註: 以下之指示, 會因應個別賽程之需要而顯示。

由一控制點往另一控制點之指示:

○	60m	→	由控制點位置, 沿著60米長之指定路徑前行
---	-----	---	-----------------------

○	300m	→	兩控制點間為300米之指定路徑
---	------	---	-----------------

⊗	⊗	⊗	強制性橫越點
---	---	---	--------

⊗	⊗	⊗	強制性通道穿越禁區
---	---	---	-----------

○	50m	→	至換圖區為50米之指定路徑
---	-----	---	---------------