

# 2019 年廈門 3 天 2 晚 國際馬拉松比賽套票

~~~現已接受報名!~~~

套票編號：MTP01A 最後更新日期：24-08-2018

旅程日期：2018 年 01 月 05 日-2018 年 01 月 07 日

比賽日期：2019 年 01 月 06 日 (預計日期，確實日期將於九月份發佈)

團費：HKD\$1,630.00/位起

## 套票組合簡介

| 賽事類型          | 住宿類型                |                     | 酒店名稱                                                                                                       |
|---------------|---------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 全馬 42.195 公里  | 單人房                 | 佔半床                 | 廈門明發戴斯大酒店<br>Dh And Suites Mingfa Xiamen<br>或其他同級酒店<br>地址：517 Qian Pu East Road<br>Xiamen Fujian 3077 4857 |
|               | <u>HK\$2,350.00</u> | <u>HK\$1,680.00</u> |                                                                                                            |
| 半馬 21.0975 公里 | 單人房                 | 佔半床                 |                                                                                                            |
|               | <u>HK\$2,300.00</u> | <u>HK\$1,630.00</u> |                                                                                                            |

## 往返深圳北至廈門高鐵時間表 (建議車號)

| 深圳北至廈門北 |               | 廈門北至深圳北 |               |
|---------|---------------|---------|---------------|
| 列車編號    | 暫定時間          | 列車編號    | 暫定時間          |
| D3112   | 11:24 - 15:11 | D2339   | 07:48 - 11:33 |
| D2298   | 14:42 - 18:28 | D687    | 13:58 - 17:48 |
|         |               | D157    | 15:43 - 19:20 |

## 團費包括

- 交通：往返深圳北至廈門高鐵 (二等座，如果需要改為一等座則另行報價)  
但不包括往返高鐵站和所住酒店之交通
- 保險：3 天 Chubb 旅遊保險或 ZURICH 蘇黎世保險有限公司中國計劃  
並送香港旅遊業議會印花稅保障
- 小費：不設小費
- 住宿：廈門明發戴斯大酒店或其他同級酒店
- 膳食：2 天酒店早餐
- 其他：廈門馬拉松報名費和跑位 (成功與否會於一至兩個工作天內回覆，然後才付款)
- 備註：本產品另有不同天數 / 包車等組合提供，歡迎與本社職員聯絡作另行報價

## 報名注意事項

- 行程安排次序，均以當地接待單位安排為準。
- 參賽者須於報名時提供 2 年內完成指定馬拉松賽事證書。
- 團費含 旅遊業議會 0.15%印花稅，受旅遊業賠償基金及援助基金保障。
- 旅遊活動可能涉及各種風險，請參閱合約條款及條件以 瞭解您的權責。
- 旅遊業議會建議所有團友為自己 購買旅遊保險。
- 不參加馬拉松的客人，價格須另行報價。
- 如有需要包車或提供當地導遊等特別安排，歡迎與本社職員聯絡，另行提供報價。
- 延後返港的客人，可選擇參加當地一天遊。可遊覽地方包括鼓浪嶼、永定土樓等名勝。
- 客人須 自行安排乘車到高鐵站和 由高鐵站到所住酒店的交通。
- 馬拉松是一項高負荷大強度長距離的競技運動，也是一項高風險的競技項目，對參賽選手身體狀況有較高的要求，參賽選手應身體健康，有長期參加跑步鍛煉或訓練的基礎。參賽選手應根據自己的身體狀況和訓練水準，選擇馬拉松。
- 有以下情況者不得參加本次比賽所設各項目比賽：
  1. 先天性心臟病和風濕性心臟病患者；
  2. 高血壓和腦血管疾病患者；
  3. 心肌炎和其它心臟病患者；
  4. 冠狀動脈病患者和嚴重心律不齊者；
  5. 血糖過高或過低的糖尿病患者；
  6. 比賽日前兩周以內患過感冒者；
  7. 懷孕的婦女；
  8. 其他不適合運動的疾病患者。
- 在比賽中，因個人身體及其他個人原因導致的人身損害和財產損失，由參賽選手個人承擔責任。
- 組委會要求所有參賽選手通過正規醫療機構進行體檢（含心電圖檢查、心臟彩超檢查），並結合體檢報告進行 自我評估，確認自己的身體狀況能夠適應於長跑運動，為參賽做好準備。
- 參賽者必須清楚明白比賽所涉及的 風險及體能負荷，參賽者請在比賽前徵詢醫生建議，以確保身體狀況適合進行競賽。

## 比賽期間的注意事項

- 當我們大約跑到 10-20 分鐘時都會出現第一次“難受”階段，叫做“第一次極限狀態”，這是人體中正常的現象。處置方法非常簡單，放慢跑速調節呼吸或行走 2-3 分鐘即可。當“難受”勁過去再跑，就會感到舒服了。
- 通常沒有馬拉松訓練的人跑到 30-35 分鐘左右會遇到人體中的“運動性生理極限”狀態，包括肌肉痛、關節痛，極強的疲勞感，包括有放棄的心理產生等。如果有這種現象和狀態最好是放棄比賽，“咬牙”可能會導致生命危險。
- 本套票贈送 CHUBB 安達旅遊保險香港環球計劃三或 ZURICH 蘇黎世保險有限公司中國計劃。
  1. 查詢網址：[www.chubb.com/hk](http://www.chubb.com/hk); ZURICH 蘇黎世保險有限公司網址：[www.zurich.com.hk](http://www.zurich.com.hk)
  2. CHUBB 安達旅遊保險香港及 ZURICH 蘇黎世保險有限公司，均不保障馬拉松比賽期間及所引至事項;顧客請因應自行需要再購買多一份旅遊保險
- 本公司不承擔及不保障馬拉賽跑期間所產生意外、賽事任何責損失、身體受傷、任何產生索償及責任。客人需瞭解清楚套票內容及個人風險，如有需要可至電本公司查詢。

## 購買注意事項

- 團友報名時請提供回鄉卡影印本(前後頁)及團費存款單影印本
- 請團友於出發前檢查回鄉卡之有效日期，出發當天帶齊所需旅遊證件
- 付款方法：公司戶口：【匯豐銀行】411-860216-838 或 【中國銀行】012-887-10592263
- 支票抬頭：城市旅遊服務有限公司 / Town Travel Services Limited
- 存款後請傳真或電郵本公司：傳真：(852)3188 1735 電郵：[info@towntravel.com.hk](mailto:info@towntravel.com.hk)

## 報名表格

個人資料 ( 英文部份請以正楷英文填寫或刪去不適用之地方 )

|                   |                                                         |                    |       |
|-------------------|---------------------------------------------------------|--------------------|-------|
| 中文姓名<br>( 與護照一樣 ) |                                                         | 英文姓名<br>( 與護照一樣 )  |       |
| 性別                | <input type="checkbox"/> 男 / <input type="checkbox"/> 女 | 出生日期               | 國籍    |
| 護照類別              |                                                         | 護照號碼               | 護照簽發地 |
| 聯絡電話              |                                                         | 聯絡電郵地址             |       |
| 緊急聯絡人             |                                                         | 關係                 | 聯絡人電話 |
| 要求同房<br>( 如有 )    |                                                         | 同行成員<br>或組織 ( 如有 ) |       |

### 參賽項目

| 比賽項目                                             | 預計賽事完成時間 |
|--------------------------------------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> 全程馬拉松<br>( 42.195 公里 )  |          |
| <input type="checkbox"/> 半程馬拉松<br>( 21.0975 公里 ) |          |

參賽者聲明 ( 同意請於  上打  ):

- 本人確認上述一切信息正確無誤，並對所填寫的內容負責。
- 本人自願參加上述賽事，並明白此項比賽對健康狀況有良好要求和比賽潛在的不安全因素。
- 本人會嚴格遵守上述賽事大會的所有規定，為參加比賽而做好充分的訓練和準備，並清楚衡量自己的個人身體狀況、身體健康，確保自己有能力參加此活動。
- 本人願意承擔自身的意外風險和責任，並無權向大會或旅行社對本人在活動期間發生或引致自身意外、死亡或任何形式的損失索償，甚至追究責任。
- 本人在是次比賽中的姓名、照片、聲像、肖像願意無償提供給主辦單位、贊助單位、被主辦單位授權之單位及貴公司作宣傳所用。
- 本人願意接受組委會贊助商發佈的相關信息。

參賽者署名：\_\_\_\_\_ 簽署日期：\_\_\_\_\_