通告編號： 2425/104

路德會呂明才中學通函

敬啟者：

本校現舉辦下列活動，敬請貴家長垂注。 貴子弟無論參加與否，均須填妥回條，交回負責老師。

此致

貴家長

校長馬玉娟謹啟

2024 年 10 月 21 日

活 動 名 稱：學 界 越 野 試 跑

主辦單位：本校越野隊

活動負責老師：李丹婷老師、本校越野教練

比賽地點	大欖郊野公園(大棠段)
比賽日期及時間	10 月 26 日(六) 下午 1:00 至下午 4:30
集合地點及時間	元朗西鐵站 G 出口 下午 1:00
解散地點及時間	元朗西鐵站 下午 4:30
交通安排	元朗西鐵站 G 出口集合後，轉乘小巴前往比賽地點試跑。

-攜帶身份証、自備清水及食物

-如有任何查詢，歡迎聯絡本校李丹婷老師，學校電話 2492 0195

-附試跑路線圖，見後頁

註: 11 月 1 日學界越野比賽（越野比賽家長信會容後派發）

---------- 回 ---------- 條 ----------

LUI MING CHOI LUTHERAN COLLEGE 路德會呂明才中學

敬覆者：

頃閱 10 月 21 日來函，本人

*☐同意	敝子弟參加學界越野試跑。 本人會確保敝子弟健康狀況適合參加此活動必須具備的要求，並囑咐其遵守紀律和注意安全。
*☐不同意	

此覆

路德會呂明才中學馬玉娟校長

家長簽署：_____

家長姓名：_____（正楷）

2024 年 月 日

學生姓名： 班別： 班號：

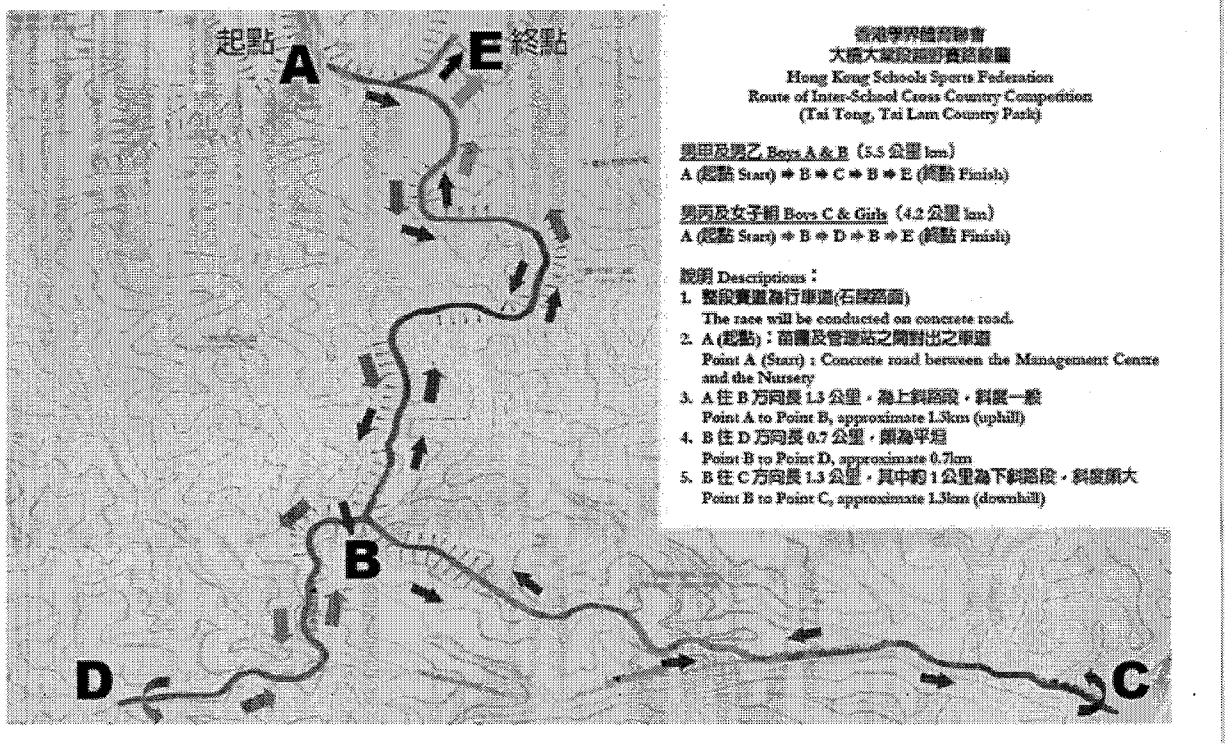
*請於適當空格內加✓號

此回條請於 2024 年 10 月 25 日前簽回電子或實體通告。

試 跑 路 線 圖

男子甲組、乙組- 5500 米

男子丙組、女子組- 4200 米



香港學界體育聯會
大橋大欖段越野賽路線圖
Hong Kong Schools Sports Federation
Route of Inter-School Cross Country Competition
(Tai Tong, Tai Lam Country Park)

男甲及男乙 Boys A & B（5.5 公里 km）
A (起點 Start) ⇒ B ⇒ C ⇒ B ⇒ E (終點 Finish)

男丙及女子組 Boys C & Girls（4.2 公里 km）
A (起點 Start) ⇒ B ⇒ D ⇒ B ⇒ E (終點 Finish)

說明 Descriptions：
1. 整段賽道為行車道(石屎路面)
The race will be conducted on concrete road.
2. A (起點)：苗圃及管理站之間對出之車道
Point A (Start) : Concrete road between the Management Centre and the Nursery
3. A 往 B 方向長 1.3 公里，為上斜路段，斜度一般
Point A to Point B, approximate 1.3km (uphill)
4. B 往 D 方向長 0.7 公里，頗為平坦
Point B to Point D, approximate 0.7km
5. B 往 C 方向長 1.3 公里，其中約 1 公里為下斜路段，斜度頗大
Point B to Point C, approximate 1.3km (downhill)