



2022

金沙中國 SANDS CHINA
澳門國際十公里長跑賽
MACAU INTERNACIONAL 10K
MACAO INTERNATIONAL 10K

20/03

主辦：
Organização :
Organizers :



澳門特別行政區政府體育局
Instituto do Desporto do Governo da RAEM
Sports Bureau of Macao SAR Government



澳門田徑總會
General Association of Athletics of Macau

授權機構：
Sob a égide da :
Sanctioned by :



Association of International
Marathons and Distance Races

冠名贊商：
Patrocinador Principal :
Title Sponsor :



www.macao10k.com



www.macao10k.com



賀辭 / Mensagens / Messages	P 2
組織委員會 / Comissão Organizadora / Organizing Committee	P 13
秩序表 / Programa / Programme	P 14
賽事資料 / Informações da Prova / Race Information	P 16
興奮劑檢查指引 / Guia de Controlo Anti-Doping / Doping Control Guide	P 19
賽事組別及獎項 / Escalões e Troféus / Race Classification & Awards	P 22
場地及設施示意圖 / Mapa de Equipamento e Instalações / Venue and Facilities Map	P 24
十公里路線 / Percurso de 10K / 10K Course	P 26
歡樂跑路線 / Percurso de Fun Run / Fun Run Course	P 28
十公里歷屆冠軍 / Vencedores de Edições Anteriores de 10K / 10K Former Winners	P 31
鳴謝 / Agradecimentos / Acknowledgement	P 33



賀一誠
Ho Iat Seng

澳門特別行政區行政長官
Chefe do Executivo da Região Administrativa Especial de Macau
Chief Executive of the Macao Special Administrative Region

2022澳門國際十公里長跑賽再度開賽，延續去年首屆賽事萬人競跑的盛況，可喜可賀，意義非凡。面對新冠肺炎疫情帶來的陰霾，這一賽事可為澳門注入積極向上的活力和鼓舞人心的正能量，同時讓春意盎然的澳門小城更添蓬勃朝氣。

一直以來，特區政府貫徹大眾體育及競技體育並重的發展策略，在全力做好新冠肺炎防疫常態化工作的同時，積極爭取舉辦更多不同類型的高水平體育盛事，將體育運動融入市民生活，促進健康城市建設，並深化與各地的體育交流合作，持續提升本地競技體育水平，助力發展體育產業。

體育產業在本澳具有較大的發展潛力。特區政府將把握粵港澳大灣區和橫琴粵澳深度合作區的契機，深化體育、文化、旅遊等產業的聯動及提質發展，豐富澳門世界旅遊休閒中心內涵，充分利用澳門的城市特色和優勢，拓展與灣區各城市間的資源共享和優勢互補，致力打造具吸引力的體育品牌盛事，向世界展現澳門健康、安全、宜遊的城市形象，發揮體育、旅遊和文化等產業的協同效應，提升體育盛事的經濟社會效益，為澳門經濟適度多元發展注入新動力。未來，特區政府亦將積極參與承辦第十五屆全國運動會的前期籌備工作，發揮全運會對體育產業的拉動作用。

長跑運動考驗跑者不畏艱難的鬥志與堅毅不屈的決心，每次賽事都是運動員超越自我的征途。同時，此項賽事也向社會傳遞着砥礪前行的正能量，展現澳門積極奮進的城市面貌。謹此，衷心向賽事的贊助商、支持機構及全體工作人員致以誠摯的謝意和敬意！祝願2022澳門國際十公里長跑賽獲得圓滿成功！並祝參賽健兒取得佳績，收獲友誼！

A Macau Internacional 10K está de volta em 2022 e é tanto gratificante como significativo que o espectáculo em 2021, o primeiro ano em que foi realizado, no qual cerca de dez mil pessoas competiram, possa ser visto novamente este ano. Esta competição, realizada sob o impacto da pandemia de COVID-19, não só instilará vitalidade e positividade estimulantes em Macau, mas também imprimirá animação à pequena cidade quando a Primavera está no ar.

O Governo da RAEM sempre sustentou a estratégia de desenvolvimento de dar igual importância aos desportos para todos e competitivos. Enquanto não poupa esforços para implementar a prevenção de rotina da pandemia, o Governo também se tem esforçado proactivamente para realizar uma maior variedade de eventos desportivos de alto nível, na esperança de integrar o desporto na vida quotidiana do público e de promover o desenvolvimento de Macau como uma cidade saudável. Além disso, o Governo vem intensificando o intercâmbio desportivo e a cooperação com outras regiões numa tentativa de elevar constantemente os padrões dos desportos competitivos locais e de impulsionar o desenvolvimento da indústria do desporto.

A indústria do desporto tem um grande potencial para se desenvolver em Macau. Ao aproveitar as oportunidades da Grande Baía Guangdong-Hong Kong-Macau e da Zona de Cooperação Aprofundada entre Guangdong e Macau em Hengqin, o Governo procurará reforçar a sinergia entre os sectores desportivo, cultural e turístico e o seu desenvolvimento de qualidade, enriquecendo a cidade como Centro Mundial de Turismo e Lazer, potencializar totalmente as características e pontos fortes da cidade, além de compartilhar recursos e desenvolver vantagens complementares com outras cidades da Grande Baía. Com estes esforços, o Governo está empenhado em lançar eventos desportivos atractivos, numa tentativa de mostrar Macau ao mundo como uma cidade segura, saudável e de qualidade para visitar, concretizar sinergias entre os três sectores, aumentar os benefícios económicos e sociais dos eventos desportivos e injectar nova vitalidade na diversificação económica adequada da cidade. No futuro, o Governo empenhar-se-á activamente na preparação dos 15^{os} Jogos Nacionais, para ajudar a maximizar o impulso do evento para a indústria do desporto.

A corrida de fundo é um desporto que testa não apenas o espírito inabalável, mas também a perseverança dos corredores e cada corrida é uma jornada na qual os atletas se superam a si próprios. Além disso, a 2022 Macau Internacional 10K também serve para espalhar a positividade de seguir em frente apesar das dificuldades para a sociedade e mostra a imagem aspirante de Macau. Gostaria de expressar o meu sincero apreço e respeito ao patrocinador, às instituições apoiantes e aos funcionários, desejando ao evento sucesso total e a todos os corredores os melhores resultados e uma experiência maravilhosa.

The Macao International 10K is coming back in 2022, and it is both heartening and meaningful that the spectacle in the first year it was held in 2021 where around ten thousand people competed together can be seen again this year. This competition held amid the impact of the COVID-19 pandemic will not only instill uplifting vitality and positivity into Macao, but also add liveliness to the small city when spring is in the air.

The Macao SAR Government has always upheld the development strategy of attaching equal importance to popular and competitive sports. While sparing no efforts to implement routinized pandemic prevention, the government also proactively endeavors to hold a wider variety of high-level sporting events, in the hope of integrating sports into the public's daily life and promoting the development of Macao toward a healthy city. Moreover, the Government has been intensifying sports exchange and cooperation with other regions in a bid to constantly elevate the standards of local competitive sports and propel the development of the sports industry.

The sports industry has great potential to develop in Macao. By seizing opportunities from the Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area and the Guangdong-Macao Intensive Cooperation Zone in Hengqin, the Macao SAR Government will endeavor to enhance synergy among sports, cultural and tourism sectors and their quality development, enrich the city as a World Centre of Tourism and Leisure, fully leverage the city's characteristics and strengths, and further share resources and develop complementary advantages with other Greater Bay Area cities. With these efforts, the Government is dedicated to launching attractive signature sporting events in a bid to showcase Macao to the world as a safe, healthy and quality city to visit, realize synergy among the three sectors, enhance the economic and social benefits of sporting events and inject new vitality into the moderate economic diversification of the city. In the future, the Government will actively engage in the preparation for the 15th National Games of China to help maximize the event's boost to the sports industry.

Long-distance running is a sport that tests not only the unwavering spirit but also the perseverance of runners and each race is a journey in which athletes surpass themselves. Furthermore, the 2022 Macao International 10K also serves to spread the positivity of forging ahead despite difficulties to society and showcases the aspiring image of Macao. I would like to express my heartfelt appreciation and respect to the sponsor, supporting institutions and staff members, and I wish the event a complete success and all runners the best results and a wonderful experience.



歐陽瑜
Ao leong U

澳門特別行政區政府社會文化司司長
Secretaria para os Assuntos Sociais e Cultura do Governo da RAEM
Secretary for Social Affairs and Culture of the Macao SAR Government

長跑運動既強健體魄，亦鍛煉意志，深受大眾熱愛。澳門國際十公里長跑賽自去年首次舉辦，成為本澳年度體壇盛事，吸引萬名長跑好手和愛好者參與；而賽事途經富有中西特色的建築群，更彰顯澳門的人文風采、城市活力與安全宜遊。

澳門具備舉辦國際性體育賽事的經驗和實力，亦有着深厚的文化底蘊與豐富的旅遊資源，特區政府將善用這些優勢，推動產業跨界融合發展，鼓勵本澳體育總會、社會團體和企業合作，積極打造更多元、具澳門特色的體育品牌賽事，豐富市民的運動體驗，促進身心健康；同時，逐步拓展體育產業鏈，推動與旅遊、文化等產業聯動發展，提升體育盛事的經濟社會效益。

此外，特區政府將把握粵港澳大灣區和橫琴粵澳深度合作區的發展機遇，並積極參與承辦第十五屆全國運動會的前期籌備工作，增強與大灣區城市間的體育交往，探索舉辦區域性賽事，吸引更多體育團隊與愛好者來澳交流，促進本澳體育事業發展，並進一步開拓體育及關聯產業發展空間，助力澳門經濟適度多元。

最後，感謝籌辦賽事的全體工作人員、主辦機構及贊助商的鼎力支持。冀參賽健兒藉此平台增進交流，互勵互勉，突破自我，屢創佳績。祝願2022澳門國際十公里長跑賽取得圓滿成功！

A corrida de fundo é um desporto popular que permite melhorar a aptidão física e a força mental dos seus praticantes. Desde o seu lançamento no ano passado, a Macau Internacional 10K tornou-se num grande evento desportivo anual na cidade, atraindo a participação de cerca de 10.000 atletas e entusiastas da corrida. Com um percurso debruado de arquitectura local com características chinesas e ocidentais, o evento realça o apelo cultural, a vitalidade e a imagem da cidade como destino seguro e de qualidade.

Macau não só tem experiência e capacidade para acolher eventos desportivos internacionais, como também possui uma cultura profunda e uma abundância de recursos turísticos. O Governo da RAEM tirará partido destas vantagens de forma eficaz, por forma a impulsionar o desenvolvimento integrado de diferentes sectores e incentivar as associações desportivas locais, organizações comunitárias e empresas privadas a lançarem conjuntamente uma gama mais ampla de eventos desportivos de referência com características locais, com vista a enriquecer a experiência desportiva do público e a promover a sua saúde física e mental. Por outro lado, o Governo irá expandir gradualmente a cadeia da indústria do desporto e promover a sinergia com o turismo, a cultura e outros sectores, no sentido de potenciar os benefícios económicos e sociais dos eventos desportivos.

O Governo da RAEM irá ainda tirar partido das oportunidades de desenvolvimento proporcionadas pela Grande Baía Guangdong-Hong Kong-Macau e pela Zona de Cooperação Aprofundada entre Guangdong e Macau em Hengqin e preparar-se proactivamente para co-organizar os 15.^{os} Jogos Nacionais, a fim de fortalecer o intercâmbio desportivo com as cidades da Grande Baía, explorar oportunidades de organização de competições regionais e promover a vinda de mais equipas desportivas e entusiastas do desporto até Macau. Estas iniciativas irão, por sua vez, promover o crescimento do sector desportivo de Macau e abrir mais espaço para o desenvolvimento do desporto e dos sectores associados, por forma a contribuir para a diversificação adequada da economia da cidade.

Por último, gostaria de expressar a minha gratidão pelo generoso apoio de todos os colaboradores, organizadores e patrocinadores do evento. Espero que todos os atletas possam ver este evento como uma plataforma para um intercâmbio mais profundo, encorajando uns aos outros a superar-se a si mesmos e a alcançar excelentes resultados. Desejo os melhores votos de sucesso à 2022 Macau Internacional 10K.

Long-distance running is a popular sport that can improve both physical fitness and mental fortitude. Since its launch last year, the Macao International 10K has become a major annual sporting event in the city that attracts participation from around 10,000 runners and enthusiasts. With a course that features local architecture with Chinese and Western characteristics, the event highlights the city's cultural appeal, vitality, and image as a safe and quality destination.

Macao not only has the experience and capability to host international sporting events, but also boasts a profound culture and abundant tourism resources. The Macao SAR Government will leverage these advantages effectively to propel integrated development across different sectors, and will encourage local sports associations, community organizations and private companies to jointly launch a wider range of signature sporting events with local features in a bid to enrich the public's sports experience and promote their physical and mental health. In the meantime, the government will gradually expand the sports industry chain and facilitate synergy with tourism, culture and other sectors to enhance the economic and social benefits of sporting events.

Furthermore, the Macao SAR Government will seize the development opportunities brought by the Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area and the Guangdong-Macao Intensive Cooperation Zone in Hengqin and proactively prepare to co-host the 15th National Games of China in a bid to strengthen sports exchange with cities in the Greater Bay Area, explore the organization of regional competitions and attract more sports teams and enthusiasts to exchange experience in Macao. This will in turn foster the growth of Macao's sports industry and further open up room for the development of sports and related sectors, thereby helping the city to moderately diversify its economy.

Last but not least, I would like to express my gratitude for the generous support from all the staff members, organizers and sponsor of the event. I hope all runners will use this event as a platform for deeper exchange, encourage one another to transcend themselves, and achieve great results. I wish the 2022 Macao International 10K a complete success.



潘永權
Pun Weng Kun

澳門特別行政區政府體育局局長
Presidente do Instituto do Desporto do Governo da RAEM
President of the Sports Bureau of the Macao SAR Government

2022澳門國際十公里長跑賽設有十公里及歡樂跑兩個比賽項目，融合不同的距離和賽道，為不同層次的運動人士創造了適其所好的比賽，吸引了本澳及各地的跑步愛好者熱衷參與，共同享受跑步運動的樂趣。

跑步是挑戰自我、增強耐力、磨練意志的上佳運動項目，隨著注重健康生活的人士與日俱增，跑步健兒群體日益壯大，透過舉辦大型長跑賽事，在推動本澳體育事業發展之同時，亦能提供平台予市民參與體育運動，追求身心健康和鍛鍊強健體魄。

賽事組委會嚴格按照防疫指引制定一系列防疫措施，務求保障參賽者的安全健康，構建良好的比賽平台予參賽健兒展現挑戰極限、迎難而上、堅韌不拔的體育精神，為疫情防控常態化下的社會注入正能量。

藉此感謝贊助機構及全體工作人員的支持和協助，讓賽事得以順利舉行。同時，期望所有參賽者都能展現最佳狀態，收獲理想成績。

A 2022 Macau International 10K, abrangendo as categorias 10K e *Fun Run* com percursos de diferentes extensões, proporciona competições adequadas a desportistas de diferentes níveis, atraindo a participação de um grande número de entusiastas da corrida de Macau e de outras regiões, que aqui vêm para desfrutar deste desporto em conjunto.

A corrida é um desporto ideal para nos desafiarmos a nós mesmos, contribuindo igualmente para potenciar a nossa resistência e força mental, e à medida que um estilo de vida saudável vai sendo cada vez mais valorizado, o número de aficionados da corrida tem vindo a aumentar constantemente. Através da organização de competições de corrida de fundo em grande escala, o Governo visa promover o desenvolvimento do desporto em Macau, proporcionando, ao mesmo tempo, uma plataforma que incentiva o público a praticar desporto, a promover o seu bem-estar físico e mental e a manter-se em forma.

A comissão organizadora formulou uma série de medidas preventivas em conformidade com as directrizes de prevenção epidemiológica, com vista a salvaguardar a saúde de todos os participantes e a criar uma plataforma competitiva que incentive os participantes a desafiar os seus próprios limites e a enfrentar as dificuldades com tenacidade, incutindo um espírito positivo na sociedade de Macau para ajudar a lidar com as medidas rotineiras de prevenção e controlo da pandemia.

Gostaria de agradecer ao nosso patrocinador e a todos os colaboradores pelo seu apoio e assistência, sem os quais este evento não teria sido possível. Gostaria ainda de desejar a todos os participantes os melhores votos de boa sorte, esperando que todos possam obter excelentes resultados.

The 2022 Macao International 10K, featuring both the 10K and Fun Run categories with courses of different lengths, offers suitable competition for sportspeople at different levels and has attracted many running enthusiasts from Macao and other regions to participate and enjoy the sport together.

Running is an ideal sport to challenge ourselves as well as enhancing endurance and mental fortitude, and the number of people taking up running has been constantly growing as more and more people value a healthy lifestyle. By organizing large-scale long-distance running competitions, the Government seeks to promote the development of sports in Macao while also providing the public with a platform to engage in sports, to pursue physical and mental well-being and to achieve physical fitness.

The Organizing Committee has formulated a series of preventive measures in strict compliance with the anti-pandemic guidelines in a bid to safeguard the health of all participants, create a favorable competition platform for them to showcase the spirit of challenging their limits and braving difficulties with tenacity, and instill positivity into Macao society amid the routinized pandemic prevention and control.

I would like to thank our sponsor and all members of staff for their support and assistance, which have contributed to the smooth implementation of the event. I would also like to wish all participating runners the best of luck and outstanding results.



馬有恒
Ma Iao Hang

澳門田徑總會會長
Presidente da Associação Geral de Atletismo de Macau
President of General Association of Athletics of Macau

澳門特別行政區政府致力將澳門打造為世界旅遊休閒中心，推廣體育旅遊，成功創造多項品牌活動，繼四十年歷史的國際馬拉松，去年增設一項國際長跑比賽－「澳門國際十公里長跑賽」，為長跑愛好者提供更多比賽機會，助力澳門打造健康城市的形象，提高澳門的國際知名度，吸引遊客來澳旅遊，帶動經濟。

澳門田徑運動蓬勃發展，有賴於本會同仁團結協作，以及特區政府、社會各界人士與田徑愛好者大力支持。過去兩年，本會在條件許可及堅守防疫指引下，組織訓練，舉辦賽事，鼓勵市民參與田徑運動，培育年青運動員，提升水平。今年，澳門國際十公里長跑賽再次舉行，長跑愛好者踴躍報名，齊來享受運動樂趣。

藉此機會，感謝工作人員為賽事默默付出，期望團隊能夠承前啟後，辦好賽事。澳門田徑總會將以更務實的態度，與體育局保持緊密合作與聯繫，為澳門田徑運動走向國際化、大眾化繼續努力，為澳門繁榮穩定作出貢獻。

與此同時，本人代表澳門田徑總會感謝公共部門通力配合，為賽事提供支援；感謝贊助機構大力支持，尤其是本賽事冠名贊助機構金沙中國有限公司。同時，感謝各協助單位、服務單位，社會各界及廣大市民的支持，讓賽事順利舉行。

最後，我謹代表澳門田徑總會預祝賽事圓滿成功！祝願參賽者奮勇邁步！力爭向前！

O Governo da RAEM está empenhado em promover o turismo desportivo e transformar a cidade num Centro Mundial de Turismo e Lazer, pelo que lançou com sucesso uma série de eventos de marca. Após 40 anos de Maratona Internacional de Macau, outra prova internacional de longa distância, foi adicionada à lista de eventos desportivos da cidade – a Macau Internacional 10K – proporcionando mais oportunidades para os corredores de longa distância competirem, ajudando Macau a construir a imagem de uma cidade saudável e aumentando a sua visibilidade internacional, atraindo mais visitantes e impulsionando a economia local.

O desenvolvimento próspero do atletismo em Macau deve-se ao esforço concertado dos membros da Associação Geral de Atletismo de Macau, bem como ao generoso apoio do Governo, de todos os sectores da sociedade e de entusiastas do atletismo. Ao longo dos dois últimos anos, a associação tem organizado treinos e realizado eventos desportivos em conformidade com as orientações anti-pandémicas quando as condições o permitem, na esperança de incentivar o público a praticar desportos de atletismo, incentivar jovens atletas e melhorar as suas capacidades. A Macau Internacional 10K está de regresso este ano, atraindo a participação entusiástica de corredores de longa distância que desejam desfrutar juntos da diversão dos desportos.

Gostaria de aproveitar esta oportunidade para expressar a minha gratidão a todos os membros da equipa pela sua dedicação na organização do evento e espero que a equipa possa torná-lo um sucesso enquanto reflecte sobre o passado e se prepara para o futuro. Com uma atitude mais pragmática, a Associação Geral de Atletismo de Macau cooperará estreitamente e manterá contacto com o Instituto do Desporto e continuará a envidar esforços para popularizar e levar o atletismo de Macau para a arena internacional, de forma a contribuir para a prosperidade e estabilidade da cidade.

Além disso, em nome da Associação Geral de Atletismo de Macau, gostaria de expressar a minha gratidão pela cooperação e suporte conjunto dos departamentos públicos, e pelo generoso apoio dos patrocinadores, especialmente do patrocinador principal, Sands China. Gostaria também de agradecer às unidades de apoio, instituições de serviços, a todos os sectores da sociedade e ao público em geral pelo seu apoio que contribuiu para a implementação bem sucedida do evento.

Por último, mas não menos importante, em nome da associação, desejo um enorme sucesso ao evento e a todos os corredores boa sorte e excelentes resultados.

The Macao SAR Government is committed to promoting sports tourism and building the city into a World Centre of Tourism and Leisure and has therefore successfully launched a number of signature events. Following the 40-year-old Macao International Marathon, another international long-distance race has been added to the city's sporting event list - the Macao International 10K - providing more opportunities for long-distance runners to compete, helping Macao build the image of a healthy city and raising its international visibility, thereby attracting more visitors and propelling the local economy.

The prosperous development of track-and-field sports in Macao is attributable to the concerted efforts of the members of the General Association of Athletics of Macau as well as the generous support of the Macao SAR Government, all sectors of society, and athletics enthusiasts. Over the past two years, the Association has organized training and held sporting events in compliance with anti-pandemic guidelines when conditions allow, hoping to encourage the public to participate in track-and-field sports, cultivate young athletes and improve their skills. The Macao International 10K is returning this year, attracting enthusiastic participation from long-distance runners who wish to enjoy the fun of sports together.

I would like to take this opportunity to express my gratitude to all staff members for their dedication in organizing the event and hope that the team can make it a success while building on the past and preparing for the future. With a more pragmatic attitude, the General Association of Athletics of Macau will closely cooperate and maintain contact with the Sports Bureau and will continue making efforts to popularize and take the athletics of Macao onto the international arena in a bid to contribute to the city's prosperity and stability.

Furthermore, on behalf of the General Association of Athletics of Macau, I would like to express my appreciation for the joint cooperation and backing of the public departments, and for the generous support from the sponsors, especially the title sponsor Sands China. I would also like to thank the supporting units, service institutions, all sectors of society, and the general public for their support that have contributed to the successful implementation of the event.

Last but not least, on behalf of the Association, I wish the event a great success and all runners the best of luck and great results!



王英偉
Wilfred Wong

金沙中國有限公司總裁
Presidente da Sands China Limited
President of Sands China Ltd

金沙中國十分榮幸連續第二年冠名贊助由澳門特區政府體育局及澳門田徑總會合辦的「2022金沙中國澳門國際十公里長跑賽」。

作為澳門其中一項大型體育盛事，「金沙中國澳門國際十公里長跑賽」去年首次舉辦即大受歡迎，場面熱鬧。是次贊助除了推廣體育、與眾同樂以外，亦展現了公司長期支持本澳體育事業發展及推進體育旅遊融合的承諾，並配合澳門特區政府近年著力推動的「旅遊+」發展策略，助力本澳經濟復甦。

作為植根澳門近廿載的綜合旅遊休閒企業，金沙中國一直視履行社會企業責任為核心價值。今後我們亦將一如既往透過舉辦及贊助各項體育活動推動本澳體育事業發展，助力澳門成為體育盛事之都，為建設澳門成為世界旅遊休閒中心貢獻力量。

希望未來疫情緩和，活動能吸引更多世界各地好手切磋交流，彼此激勵，一起跑得更快、更遠。

預祝活動取得圓滿成功，各位健兒再創佳績！

A Sands China tem a honra de ser o patrocinador principal da “2022 Sands China Macau Internacional 10K”, co-organizada pelo Instituto do Desporto do Governo da RAEM e da Associação Geral de Atletismo de Macau pelo segundo ano consecutivo.

Sendo um dos maiores eventos desportivos em Macau, a Sands China Macau Internacional 10K teve lugar, pela primeira vez, no ano passado, tendo um sucesso estrondoso. Para além de promover o desporto e a recreação, este patrocínio demonstra igualmente a dedicação da empresa ao apoio do desenvolvimento do desporto e à promoção do turismo desportivo em Macau, articulando-se ainda com os esforços recentes do Governo para promover a estratégia de desenvolvimento “Turismo+”, contribuindo assim para a recuperação económica de Macau.

Sendo uma empresa abrangente de turismo e lazer radicada em Macau há quase duas décadas, a Sands China sempre considerou o cumprimento da sua responsabilidade social corporativa como o seu valor central. No futuro, continuaremos a promover o desenvolvimento do desporto em Macau, organizando e patrocinando vários eventos desportivos, a fim de ajudar Macau a tornar-se uma cidade desportiva e de contribuir para o desenvolvimento de Macau como Centro Mundial de Turismo e Lazer.

Esperemos que a pandemia passe rapidamente e que o evento possa trazer mais profissionais de todo o mundo até Macau para que se possam inspirar uns aos outros e correr mais rápido até mais longe.

Desejo os melhores votos de sucesso ao evento e espero que todos os atletas possam alcançar os melhores resultados!

It is our honour to be the title sponsor of the Sands China Macao International 10K for the second straight year. This grand event is jointly organised by the Sports Bureau and the General Association of Athletics of Macau.

After this running competition made its successful debut last year, we were pleased to see it quickly establish itself as a major sporting event in Macao. As we continue our support of sports development and sports tourism in Macao, we remain confident in the gradual recovery of Macao's economy from the pandemic.

Sands China is an integrated tourism and leisure enterprise that has been rooted in Macao for nearly 20 years now. With corporate social responsibility at the core of our corporate culture, it is our pleasure to again sponsor the 10K in promotion of the Macao SAR government's tourism+ initiative.

Just as we have supported, organised and sponsored a variety of sporting events over the years, we will continue to promote the development of the local sports industry and Macao's development into a destination for major sporting events.

We hope for a speedy end to the pandemic as Macao continues its rise as a world centre of tourism and leisure, and for more runners from around the world to be able to come and enjoy this fun and friendly competition.

We send our best wishes to all the runners and to the organisers for a successful and enjoyable event!

熱烈祝賀
2022金沙中國
澳門國際十公里長跑賽
圓滿成功

CONGRATULATIONS ON
THE SUCCESSFUL COMPLETION OF THE
2022 SANDS CHINA MACAO INTERNATIONAL 10K





2022 金沙中國 SANDS CHINA
澳門國際十公里長跑賽
MACAU INTERNACIONAL 10K
MACAO INTERNATIONAL 10K

20/03

組織委員會 / Comissão Organizadora / Organizing Committee

主席團 / Presidentes / Presidents

潘永權 Pun Weng Kun
馬有恆 Ma Iao Hang

副主席團 / Vice Presidentes / Vice Presidents

劉楚遠 Lau Cho Un
林蓮嬌 Lam Lin Kio
林顯富 Lam Hin Fu

秘書長 / Secretária-Geral / Secretary General

梁美滿 Miriam Leong

助理秘書長 / Secretário-Geral Adjunto / Assistant Secretary General

何兆堃 Jeremy Ho

競賽主任 / Director de Competição / Competition Director

陳步倩 Chan Pou Sin

競賽副主任 / Subdirector de Competição / Vice Competition Director

梁榮志 Liang Rongzhi

總裁判長 / Director de Arbitragem / Referee

劉偉航 Lau Wai Hong

賽道主任 / Director do Percurso / Course Director

林浩明 Lam Hou Meng

終點裁判長 / Directora dos Juízes de Chegada / Finish Judge Manager

麥蘭花 Mak Lan Fa

檢查長 / Chefe dos Inspectores da Prova / Chief Umpire

楊秀尊 Leong Sao Chun

儲物主任 / Director do Armazenamento / Storage Director

柯漢群 O Hon Kuan

賽事成績系統主任 / Responsável pelo Sistema de Resultados de Competição / Competition Results System Director

丁 偉 Ding Wei

事務協調主任 / Directora de Assuntos Gerais / General Affairs Manager

王 爽 Wang Shuang

儀式及禮賓主任 / Directora de Cerimónias e Protocolo / Ceremony & Protocol Director

鄭芷瑩 Ivy Chiang

表演主任 / Director de Entretenimento / Entertainment Director

譚偉國 Mark Tam

財務主任 / Director Financeiro / Financial Director

張 淇 Cheong Kei

接待主任 / Director de Hospitalidade / Hospitality Director

楊迅航 Adriano Leong

資訊系統主任 / Directora de Sistemas de TI / IT Systems Director

鄭敬盈 Catarina Chiang

新聞主任 / Directora dos Média / Media Director

沈美琦 Maggie Sam

醫療總監 / Directora dos Médicos / Medical Director

李 婕 Lei da Conceição Chit

製作主任 / Director de Produção / Production Director

歐偉棠 Calvin Ao

推廣主任 / Directora de Promoção / Promotion Director

梁倩碧 Iris Leong

報名主任 / Director de Inscrições / Registration Director

陳煥鈞 Raymond Chan

後勤及保安主任 / Directora da Logística e Segurança / Logistics & Security Director

盧貴玉 Fennie Lou

場地及設備主任 / Director de Instalações e Equipamento / Venue & Equipment Director

安湜麟 Gabriel Antunes

技術及上訴委員會 / Conselho Técnico e de Recursos / Technical & Appeals Council

委員 / Membros / Members

林金塔 Lim, Elbert Jinta
林輝鴻 Lam Fai Hong
何永康 Ho Weng Hong



日期	地點	時間	內容
16 / 03 / 2022 18 / 03 / 2022	奧林匹克體育中心 - 室內體育館 (氹仔)	12:00 - 21:00	· 參賽者須憑收據、證件、疫苗接種證明及核酸檢測陰性證明領取號碼布、計時晶片、防疫識別手帶及參賽者須知資料
19 / 03 / 2022	奧林匹克體育中心 - 室內體育館 (氹仔)	12:00 - 22:00	· 參賽者須憑收據、證件、疫苗接種證明及核酸檢測陰性證明領取號碼布、計時晶片、防疫識別手帶及參賽者須知資料
20 / 03 / 2022	西灣湖廣場	06:00 07:00 07:30 09:30 10:00 10:30	十公里及歡樂跑第一次召集 (西灣湖廣場開放) 歡樂跑賽事開始 (起步) 十公里賽事開始 (起步) 歡樂跑賽事頒獎禮 十公里賽事頒獎禮 賽事結束

備註：所有於組委會指定時間內完成賽事的參賽者，可於2022年4月6日起在網頁www.marathon-photos.com上自行列印證書，現場不會派發證書。

Data	Local	Hora	Conteúdo
16 / 03 / 2022 18 / 03 / 2022	Centro Desportivo Olímpico - Pavilhão Desportivo (Taipa)	12h00 - 21h00	<ul style="list-style-type: none"> Levantamento de dorsal numerado com <i>chip</i>, pulseira de identificação antiepidémica e notas aos participantes, mediante apresentação de recibo, documento de identificação, prova de vacinação e certificado de resultado negativo do teste de ácido nucleico
19 / 03 / 2022	Centro Desportivo Olímpico - Pavilhão Desportivo (Taipa)	12h00 - 22h00	<ul style="list-style-type: none"> Levantamento de dorsal numerado com <i>chip</i>, pulseira de identificação antiepidémica e notas aos participantes, mediante apresentação de recibo, documento de identificação, prova de vacinação e certificado de resultado negativo do teste de ácido nucleico
	Praça do Lago Sai Van	06h00	Concentração dos participantes da prova de 10K e <i>Fun Run</i> (Abertura da Praça do Lago Sai Va)
		07h00	Início da prova : Fun Run
		07h30	Início da prova : 10K
20 / 03 / 2022	Centro Desportivo Olímpico - Pavilhão Desportivo (Taipa)	09h30	Cerimónia de entrega de prémios de <i>Fun Run</i>
		10h00	Cerimónia de entrega de prémios de 10K
		10h30	Fim da prova

Nota: Relativamente ao certificado, o participante que terminar a prova dentro do tempo limite estipulado poderá efectuar o download através do site: www.marathon-photos.com a partir do dia 6 de Abril de 2022. Não será feita a distribuição de certificados no dia da prova.

Date	Venue	Time	Content
16 / 03 / 2022 18 / 03 / 2022	Olympic Sports Centre - Indoor Pavilion (Taipa)	12:00 - 21:00	<ul style="list-style-type: none"> <i>Collection of number bib, timing chip, identification wristbands (as part of anti-epidemic measures) and Notes to the Participants document upon presentation of registration receipt, ID, COVID-19 vaccination record and proof of negative COVID-19 test results</i>
19 / 03 / 2022	Olympic Sports Centre - Indoor Pavilion (Taipa)	12:00 - 22:00	<ul style="list-style-type: none"> <i>Collection of number bib, timing chip, identification wristbands (as part of anti-epidemic measures) and Notes to the Participants document upon presentation of registration receipt, ID, COVID-19 vaccination record and proof of negative COVID-19 test results</i>
	Sai Van Lake Square	06:00	<i>First call for 10K and Fun Run (Sai Van Lake Square will be opened)</i>
		07:00	Start of Fun Run
		07:30	Start of 10K
20 / 03 / 2022	Olympic Sports Centre - Indoor Pavilion (Taipa)	09:30	Award Ceremony for <i>Fun Run</i>
		10:00	Award Ceremony for 10K
		10:30	<i>End of races</i>

Note : Participants who finished the race within the stipulated time limit can download their certificate through the website: www.marathon-photos.com from 6th April 2022. No certificates will be distributed on the day of the race.



總獎金

- 澳門元柒拾萬圓
-

起點

- 西灣湖廣場
-

終點

- 奧林匹克體育中心運動場（氹仔）
-

路程指示牌

- 每公里設有距離指示牌
-

救護站及流動洗手間

- 沿途均備有此設施
-

供應站

- 在約5公里處設有水站，供應水及運動飲料；在約7.5公里處設有海綿站，供應水及海綿。
供應站前100公尺處設有指示牌通知參賽者
-

終點站

- 提供水、運動飲料、香蕉及巧克力
-

設施

- 洗手間、更衣室、淋浴設施及儲物站
-

天氣狀況

- 詳情請瀏覽 - www.smg.gov.mo
-

Total de Prémios em Dinheiro

- MOP 700,000.00
-

Partida

- Praça do Lago Sai Van
-

Chegada

- Centro Desportivo Olímpico - Estádio (Taipa)
-

Sinalética de Distância

- Há uma placa sinalizadora a cada km
-

Estações de Primeiros Socorros e Sanitários Portáteis

- Encontram-se colocados ao longo do percurso
-

Estações de Abastecimento

- Haverá um posto de bebidas aproximadamente 5 em 5 km para fornecer água e bebidas isotónicas. Depois, haverá um posto de esponjas aproximadamente 7,5 em 7,5 km para fornecer água e esponjas. Cada estação de abastecimento estará sinalizada com 100 metros de antecedência
-

Abastecimento à Chegada

- Será fornecida água, bebidas isotónicas, bananas e chocolates
-

Instalações

- Estarão disponíveis sanitários, balneários e instalações para armazenamento de objectos pessoais
-

Condições Meteorológicas

- Para mais informações, visite www.smg.gov.mo
-



Total Prize Money

- MOP 700,000.00
-

Start

- Sai Van Lake Square
-

Finish

- Olympic Sports Centre - Stadium (Taipa)
-

Distance Indicators

- Signboards are located every 1 km
-

First Aid Stations and Mobile Toilets

- Placed along the course
-

Refreshment Stations

- A drinks station will be set up around the 5km mark where water and sports drinks will be provided. A sponges station will be set up around the 7.5km mark where water and sponges will be provided. Signboards will be placed 100m before each station
-

Finish Line Area

- Supplied with water, sports drinks, bananas and chocolate
-

Facilities

- Toilets, changing rooms, shower facilities and storage for personal belongings
-

Weather

- For details, please visit www.smg.gov.mo
-

- 1.首名男、女子十公里優勝者及隨機抽取首2至10名中的3名男子及3名女子十公里優勝者接受興奮劑檢查。
- 2.首名男、女子十公里澳門優勝者及隨機抽取首2至5名中的1名男子及1名女子十公里澳門優勝者接受興奮劑檢查。
- 3.工作人員即時將一份興奮劑檢查通知書交予須接受興奮劑檢查的參賽者。
- 4.參賽者收到通知書後，需簽收，而工作人員則將簽收時間記錄在表上。通知書一式三份，一份由參賽者保存，正本及另一份副本則由工作人員交回興奮劑檢查站。
- 5.由簽收通知書開始，該名工作人員將貼身伴隨該名參賽者，並監察其行動。
- 6.興奮劑檢查站將向參賽者提供密封的飲品，由其開封及飲用。開封後，參賽者將對該類飲品或其他所選飲品的安全及完整負以全責。
- 7.簽收通知書後，參賽者必須於一小時內盡快向興奮劑檢查站報到。工作人員將伴隨參賽者前往興奮劑檢查站。
- 8.抵達興奮劑檢查站後，興奮劑檢查官或其代表將確認參賽者身份，並記錄報到時間。
- 9.參賽者須留在興奮劑檢查站內，接受興奮劑檢查官或其代表監察，直至其提供尿液為止。
- 10.經興奮劑檢查官或醫務負責人批准，參賽者可於指定時間內離開興奮劑檢查站。但該時段內，參賽者須完全服從工作人員指示，並接受其監督。
- 11.參賽者如拒絕簽署興奮劑檢查通知書，或缺席向興奮劑檢查站報到，工作人員將向興奮劑檢查官及組委會醫務負責人通報。組委會主席及競賽主任亦將即時獲得知會。
- 12.參賽者如超過一小時後向興奮劑檢查站報到，該情況將記錄於興奮劑檢查通知書內。尿液樣本收集程序將仍然進行。組委會主席及競賽主任將獲通報該情況，並對事件之處理作出決定。



1. O primeiro classificado masculino e feminino de 10K e outros participantes, 3 masculinos e 3 femininos, escolhidos aleatoriamente entre o 2º e o 10º, classificados serão submetidos ao controlo anti-doping.
2. O primeiro classificado de Macau masculino e feminino de 10K e outro, masculino e feminino, escolhidos aleatoriamente entre o 2º e o 5º classificados serão submetidos ao controlo anti-doping.
3. Imediatamente após a prova, o participante designado para o controlo anti-doping receberá uma notificação através de um colaborador.
4. Mediante a apresentação da notificação, o participante assina o documento e o colaborador da Organização regista a hora de recepção. A notificação será em triplicado, uma é dada ao participante, o original e outra cópia são devolvidos ao Posto Anti-doping pelo mesmo representante.
5. Mediante a assinatura da notificação pelo participante, o colaborador destacado para este efeito, deve manter o participante sob vigilância permanente e sempre que possível, manter a presença física junto deste.
6. O colaborador fornecerá bebidas em garrafas seladas ao participante que as pode escolher e consumir. Após a abertura, o participante será responsável pela segurança e integridade das mesmas bebidas bem como as outras que ele escolherá para consumir.
7. O participante deverá apresentar-se no Posto Anti-Doping no período de 1 hora após a entrega da notificação. O colaborador acompanhará o participante à Sala de Espera do Posto Anti-doping.
8. A hora de chegada do participante será registada e a sua identificação confirmada pelo responsável ou o seu representante anti-doping no Posto Anti-doping.
9. O participante deverá permanecer no Posto Anti-doping sob a vigilância do responsável anti-doping ou do seu representante, até que seja fornecida amostra da urina.
10. O participante poderá abandonar o Posto Anti-doping durante um período de tempo específico, sob a vigilância dum representante da Organização, com autorização prévia do responsável anti-doping ou do responsável pelos Serviços Médicos. Durante esse período, o participante deve obedecer às instruções do pessoal e manter-se sob vigilância deste.
11. Em caso de recusa por parte do participante em assinar a notificação ou apresentar-se no Posto Anti-doping, o facto deve ser comunicado ao responsável pelo anti-doping ou pelos Serviços Médicos. O Presidente da Comissão Organizadora bem como o Director da Competição também serão informados de imediato.
12. Caso o participante se apresente ao Posto Anti-doping com mais de uma hora de atraso após a assinatura da notificação, o facto deve ser registado na notificação e a colheita de amostras deve prosseguir normalmente. O Presidente da Comissão Organizadora e o Director da Competição serão informados e tomarão as devidas decisões.

1. The first male and female 10K finisher and 3 to be chosen at random among the 2nd to 10th male and female 10K finishers will be subjected to doping control.
2. The first Macao male and female 10K finisher and 1 to be chosen at random among the 2nd to 5th Macao male and female 10K finishers will be subjected to doping control.
3. Immediately after the competition, the participant selected for doping control will be handed a Doping Control Notification by the Escort.
4. Upon presentation of the Doping Control Notification, the Escort will register the time of notification and the participant will sign the form. The Doping Control Notification will be in triplicate, one copy to be kept by the participant, the original and a copy to be kept by the Escort to be returned to the Doping Control Station.
5. Upon the participant signing the Doping Control Notification, the Escort will keep the participant under observation at all times.
6. The Doping Control Station will provide sealed drinks for the participant to consume if they wish. The participant will be responsible for the security and the integrity of these drinks once opened as well as any other drink or food the participant choose to consume.
7. The participant will report to the Doping Control Station as soon as possible and no later than one hour after the time of notification. The Escort will accompany the participant to the waiting room at the Doping Control Station.
8. Upon arrival at the Doping Control Station, the Doping Control Officer or his/her designee will record the time of arrival and verify the identity of the participant.
9. The participant will remain in the Doping Control Station and remain under the observation of the Doping Control Officer or his/her designee.
10. The participant may leave the Doping Control Station with the authorization of the Doping Control Officer and/or Medical Service Director. The participant must comply with the directions of the Escort and must be remain within the sight of the Escort at all times.
11. Should the participant refuse to sign the Doping Control Notification or fail to report to the Doping Control Station, the Escort shall inform the Doping Control Officer and the Medical Service Director and promptly inform the President of Organizing Committee as well as the Competition Director.
12. Should the participant report to the Doping Control Station later than one hour after the time of notification, this will be noted on the Doping Control Notification. The sampling taking procedures will still be carried out. The President of Organizing Committee and the Competition Director will be promptly informed and decide on the further steps to be taken.



出生年份 / Ano de Nascimento / Year of Birth

組別 Categoria Category	十公里 10K 10K	歡樂跑 Fun Run Fun Run
A	1994 – 2004	2004 – 2007
B	1983 – 1993	1983 – 2003
C	1971 – 1982	1982 或之前 / ou anterior / or before
D	1970 或之前 / ou anterior / or before	---

男子參賽者獎項 / Troféus para Participantes Masculinos / Trophies for Male Participants

組別 Categoria Category	十公里 10K 10K	歡樂跑 Fun Run Fun Run
總成績 / Classificação Geral / General Classification	10	---
A	5	3
B	5	5
C	5	3
D	5	---
澳門優勝者 / Vencedores de Macau / Macao Winners	5	---

女子參賽者獎項 / Troféus para Participantes Femininas / Trophies for Female Participants

組別 Categoria Category	十公里 10K 10K	歡樂跑 Fun Run Fun Run
總成績 / Classificação Geral / General Classification	10	---
A	3	3
B	5	5
C	3	3
D	3	---
澳門優勝者 / Vencedores de Macau / Macao Winners	5	---

「十公里」賽事總成績之首十名參賽者可獲頒發以下獎金：

Os primeiros 10 participantes da prova de 10K da classificação geral recebem os seguintes prémios monetários:

The first 10 participants in the general classification of 10K will be awarded the following prize money:

總名次 / Classificação Geral / General Classification

總名次 Classificação Geral General Classification	男子組 Masculinos Male	女子組 Femininos Female
1	美元 / US\$ 10,000	美元 / US\$ 10,000
2	美元 / US\$ 5,000	美元 / US\$ 5,000
3	美元 / US\$ 2,500	美元 / US\$ 2,500
4	美元 / US\$ 1,500	美元 / US\$ 1,500
5	美元 / US\$ 1,000	美元 / US\$ 1,000
6	美元 / US\$ 700	美元 / US\$ 700
7	美元 / US\$ 600	美元 / US\$ 600
8	美元 / US\$ 500	美元 / US\$ 500
9	美元 / US\$ 400	美元 / US\$ 400
10	美元 / US\$ 300	美元 / US\$ 300

破紀錄獎 / Prémio Recorde / Record-breaking Bonus

「十公里」賽事男子組及女子組總名次之首名參賽者，若其成績時間少於現時賽事紀錄，可獲頒發以下破紀錄獎金：

Os primeiros classificados da classificação geral dos escalões masculino e feminino da prova de 10K que terminem com tempo inferior ao recorde recebem o seguinte prémio monetário:

The champion of Male and Female categories in 10K will be awarded a record-breaking bonus if the finishing time is faster than the current race record :

男子組時間 Tempo Masculino Male Time	女子組時間 Tempo Feminino Female Time	獎金（美元） Prémio (US\$) Prize Money (US\$)
00:31:35 (2021)	00:37:24 (2021)	15,000

澳門優勝者 / Vencedores de Macau / Macao Winners

「十公里」賽事之首五名澳門參賽者（以澳門居民身份證報名者）可獲頒發以下獎金：

Os primeiros 5 vencedores de Macau [prova de 10K], inscritos com BIR de Macau, recebem os seguintes prémios monetários:

The first 5 Macao winners of 10K registered with the Macao Resident Identity Card will be awarded the following prize money:

總名次 Classificação Geral General Classification	男子組 Masculinos Male	女子組 Femininos Female
1	澳門元 / MOP 10,000	澳門元 / MOP 10,000
2	澳門元 / MOP 5,000	澳門元 / MOP 5,000
3	澳門元 / MOP 3,000	澳門元 / MOP 3,000
4	澳門元 / MOP 2,000	澳門元 / MOP 2,000
5	澳門元 / MOP 1,000	澳門元 / MOP 1,000

破澳門紀錄獎 / Prémio Recorde de Macau / Bonus for Breaking Macao Records

「十公里」賽事澳門參賽者男子組及女子組之首名參賽者，若其成績時間少於現時澳門紀錄，可獲頒發以下破澳門紀錄獎金：

Os primeiros participantes de Macau na classificação geral dos escalões masculino e feminino da prova de 10K que terminem com tempo inferior ao recorde recebem os seguintes prémios monetários:

The top Male and Female Macao Athletes in 10K will be awarded a bonus for breaking Macao records bonus if the finishing time is faster than the current Macao record :

男子組時間 Tempo Masculino Male Time	女子組時間 Tempo Feminino Female Time	獎金（澳門元） Prémio (MOP) Prize Money (MOP)
00:34:28 (2021)	00:38:55 (2021)	40,000

所有可獲頒發獎金的優勝者應於賽事當日填寫銀行過戶資料表，以便組委會於興奮劑檢測報告發出後，確定其通過藥檢後，再以銀行過戶或電匯方式發放獎金。

No dia da prova todos os participantes classificados que recebam prémios monetários devem preencher um impresso próprio com as informações detalhadas para efeitos dos procedimentos de transferência bancária pela Comissão Organização, que acontecerá após estarem concluídos os procedimentos do controlo e análise dos relatórios dos testes anti-doping.

Prize money will only be transferred to the winning participants' bank account after the confirmation of a doping control test result. A Personal Bank Account Information Sheet must also be filled in on the race day for account transfer or telegraphic transfer.

起點及儲物區位置
Localização de Partida e Área de Armazenamento
Location of the Start and Storage Area

西灣湖廣場

Praça do Lago Sai Van
Sai Van Lake Square



參賽者入口

Entrada para Participantes

Participants' Entrance



往儲物區

Acesso para Área de Armazenamento

Access to Storage Area



十公里-參賽者
進場路線

10K - Percurso de Entrada para
Participantes

10K - Participants' Entrance Route



歡樂跑-參賽者
進場路線

Fun Run - Percurso de Entrada para
Participantes

Fun Run - Participants' Entrance Route

終點及領物處位置

Localização de Chegada e Área de Levantamento de Haveres
Location of the Finish and Belongings pick-up

奧林匹克體育中心運動場
Estádio do Centro Desportivo Olímpico
Olympic Sport Centre (Stadium)



■ 比賽路線
Race Course

Percorso da Prova

Race Course

← 往領物處
Access to Belongings pick-up

Acesso para Levantamento de Haveres

Access to Belongings pick-up

● 優勝者集合點
Winners' Gathering Point

Ponto de Encontro dos Vencedores

Winners' Gathering Point



(起點) 西灣湖廣場 → 孫逸仙大馬路 (使用近中國與葡語國家商貿合作服務平台綜合體一邊向科學館方向) → 觀音蓮花苑 → 於科學館迴旋處折返 → 孫逸仙大馬路 (往西灣大橋方向) → 西灣湖廣場地下行車隧道 → 西灣大橋 → 東亞運圓形地下行車隧道 → 東亞運大馬路 → 經奧林匹克游泳館圓形地 → (右轉) 蓮花海濱大馬路 (約400米後折返) → 運動場道 → (右轉) 體育路 → (左轉) 澳門運動場 (終點)

(Partida) Praça do Lago Sai Van → Avenida Dr. Sun Yat-Sen (junto do Complexo da Plataforma de Serviços para a Cooperação Comercial entre a China e os Países de Língua Portuguesa, em direcção ao Centro de Ciência de Macau) → Centro Ecuménico Kun Iam → Regressar em frente à Rotunda do Centro de Ciência de Macau → Avenida Dr. Sun Yat-Sen (em direcção à Ponte de Sai Van) → Túnel Rodoviário da Praça do Lago Sai Van → Ponte de Sai Van → Túnel Rodoviário da Rotunda dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental → Rotunda da Piscina Olímpica → (virar à direita) Avenida Marginal Flor de Lótus (regressar após 400 metros) → Avenida do Estádio → (virar à direita) Rua do Desporto → (virar à esquerda) Estádio do Centro Desportivo Olímpico (Chegada)

(Start) Sai Van Lake Square → Avenida Dr. Sun Yat-Sen (Nearby the China-Portuguese-speaking Countries Commercial and Trade Service Platform Complex towards Macao Science Center) → Kun Iam Ecumenical Centre → Macao Science Center (Make a U-turn) → Avenida Dr. Sun Yat-Sen (Towards Sai Van Bridge) → Underpass of Sai Van Bridge → Sai Van Bridge → Tunnel of Rotunda dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental → Rotunda da Piscina Olímpica → (Turn right) Avenida Marginal Flor de Lótus (Head back towards Rotunda da Piscina Olímpica for about 400 meters) → Avenida do Estádio → (Turn right) Rua do Desporto → (Turn left) Olympic Sports Centre - Stadium (Finish)



(起點) 西灣湖廣場 → 西灣大橋 → 東亞運圓形地下行車隧道 → 東亞運大馬路 → 經奧林匹克游泳館圓形地 → (左轉) 運動場道 → (右轉) 體育路 → (左轉) 澳門運動場 (終點)

(Partida) Praça do Lago Sai Van → Ponte de Sai Van → Túnel Rodoviário da Rotunda dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental → Rotunda da Piscina Olímpica → (virar à esquerda) Avenida do Estádio → (virar à direita) Rua do Desporto → (virar à esquerda) Estádio do Centro Desportivo Olímpico (Chegada)

(Start) Sai Van Lake Square → Sai Van Bridge → Tunnel of Rotunda dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental → Rotunda da Piscina Olímpica → (Turn left) Avenida do Estádio → (Turn right) Rua do Desporto → (Turn left) Olympic Sports Centre - Stadium (Finish)



2022

金沙中國 SANDS CHINA
澳門國際十公里長跑賽
MACAU INTERNACIONAL 10K
MACAO INTERNATIONAL 10K

金沙10K 繽fun活力造型大獎
Sands 10K Presents: The FUNkiest Costume Award **20/03**

參加方法：

透過「澳門十公里」手機應用程式上載參賽者穿著以澳門多元文化特色為主題的服裝以及號碼布的照片，並填寫所需資料，即可參與競逐。

上載日期及時間：2022年3月19日上午9時至3月20日上午9時

獎品：澳門康萊德酒店豪華酒店住宿一晚連雙人早餐及餐飲禮券 (10份)

How to participate:

Upload a photo of yourself dressed in a special costume that showcases the diverse cultural characteristics of Macao, together with your number bib, and input required information via the "Macao 10K" mobile app.

Photo Submission Period: From 19 March 09:00 to 20 March 2022 09:00

Prize: 1-night hotel stay at The Conrad Macao with breakfast for 2 and F&B voucher (10 prizes)

立即掃瞄二維碼，下載APP參與活動！

Scan QR code and download APP to join the award!



www.macao10k.com



十公里 / 10K / 10K

男子優勝者 / Vencedor / Men's winner

屆別 Edição	日期 Data Date	冠軍 Vencedor Winner	時間 Tempo Time	國家/地區 País / Região Country / Region
1	11 / 04 / 2021	HONGWEI WANG	王紅偉	00:31:35

女子優勝者 / Vencedora / Women's winner

屆別 Edição	日期 Data Date	冠軍 Vencedora Winner	時間 Tempo Time	國家/地區 País / Região Country / Region
1	11 / 04 / 2021	XIAO YU YIN	殷曉雨	00:37:24





澳門十公里手機應用程式

Aplicação para telemóvel “Macao 10K”

Macao 10K Mobile Apps



查閱賽事資料

Consultar as informações do Evento
Event Information Enquiry

查詢比賽成績

Consultar o resultado
Race Results Enquiry

支援 iOS 及 Android

Dispónivel para iOS e Android
Support iOS and Android



於 Google Play 或 App Store 搜尋 **澳門十公里** 或
Macao 10K 即可下載！

Pesquisa-se a aplicação **Macao 10K** no Google play ou na App Store!

Search **Macao 10K** in Google play or App Store!

1



輸入號碼布號碼
Inserir o número do dorsal
Enter BIB number

2



顯示成績
Resultado
Result

3



分享成績
Partilhar o resultado
Share Result



澳門特別行政區政府體育局
及澳門田徑總會感謝
所有贊助及協助
2022金沙中國澳門國際十公里長跑賽
之機構及人士

O Instituto do Desporto do Governo da RAEM e
a Associação Geral de Atletismo de Macau
agradecem às individualidades e entidades
que contribuíram para o sucesso da
2022 Sands China Macau International 10K

*The Sports Bureau of Macao SAR Government
and the General Association of Athletics of Macau
would like to thank all individuals and entities
for their contribution to the success of
the 2022 Sands China Macao International 10K*



倫敦至美 澳門綻放

BRINGING THE BEST OF LONDON TO MACAO

