



19/03



www.macao10k.com

2023

金沙中國 SANDS CHINA

澳門國際十公里長跑賽

MACAU INTERNACIONAL 10K

MACAO INTERNATIONAL 10K

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  
Associação Geral de Atletismo de Macau  
General Association of Athletics of Macau

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



Association of International  
Marathons and Distance Races

冠名贊助商:  
Patrocinador Principal:  
Title Sponsor:



# 第十五屆全國運動會 澳門賽區

## 志願者 招募計劃

PLANO DE RECRUTAMENTO DE  
VOLUNTÁRIOS DA ZONA DE  
MACAU DA 15.ª EDIÇÃO DOS  
JOGOS NACIONAIS DA  
REPÚBLICA POPULAR  
DA CHINA



招募時間：  
Data de  
recrutamento:

**2023年2月10日起**  
A partir de 10 de Fevereiro de 2023

對象：  
Destinatários:

**2007年或之前出生人士**  
Indivíduos nascidos até 2007 (inclusive)

網上報名：  
Inscrição online:



查詢電話 / Linha aberta:  
2828 2025

網站 / Página electrónica:  
www.sport.gov.mo

查詢電郵 / Email:  
info@15ngoc-mo.org

主辦單位：  
Entidade  
organizadora:



合作伙伴：  
Parceiros:





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

2023年，澳門迎來經濟復甦、生機勃發的一年，“澳門國際十公里長跑賽”在陽光明媚的春天再度開跑，為社會注入強勁動力，展現澳門欣欣向榮、活力豐沛的城市風貌，以及作為國際旅遊休閒中心的魅力。

在國家的大力支持下，特區政府採取“1+4”適度多元發展策略，優化產業結構，持續推動包括體育產業在內的重點產業發展。澳門的體育事業發展歷史悠久，已積累了舉辦各類大型國際賽事的經驗和能力，特區政府正致力推動和鼓勵本地企業或團體更積極投入，舉辦更多國際或區域性大型體育賽事，打造澳門特色的體育品牌盛事，進一步聯動體育競技、歷史文化與旅遊觀光的豐富元素和資源，發揮“體育+”的效應，提升澳門作為旅遊目的地的吸引力。

“第十五屆全國運動會”前期籌備工作已經開展，特區政府將充份把握國家給予的重大機遇，加強與大灣區城市的體育交流和合作，發揮體育盛事的社會和經濟效益，拓展澳門體育產業的發展空間，進一步助力經濟適度多元發展。

長跑運動講求堅忍不拔的意志、奮力前進的決心，期望參賽健兒在比賽中勇往直前，屢創佳績！在此，衷心向賽事的贊助商、支持機構及全體工作人員致以誠摯謝忱！並祝願“2023澳門國際十公里長跑賽”取得圓滿的成功！

2023 é um ano de recuperação económica e de restauração da vitalidade para Macau. A “Macau Internacional 10K” está de volta nesta Primavera soalheira, para infundir um forte impulso na sociedade local e evidenciar a prosperidade e o vigor da paisagem urbana de Macau e o encanto da cidade como Centro Mundial de Turismo e Lazer.

Com o generoso apoio do governo chinês, o Governo da RAEM tem vindo a otimizar a estrutura sectorial da cidade com a estratégia de diversificação adequada “1+4”, promovendo continuamente o desenvolvimento do desporto e de outros sectores-chave. Graças à longa história de desenvolvimento do seu sector desportivo, Macau tem vindo a acumular experiência e a adquirir a capacidade de acolher várias competições internacionais de grande escala, tendo o Governo da RAEM envidado esforços para motivar e incentivar as empresas e organizações locais a envolverem-se mais activamente e a organizarem novos eventos desportivos internacionais ou regionais de grande escala, com vista a desenvolver eventos de referência com características de Macau e a criar uma sinergia entre as competições desportivas e o substancial tesouro de elementos e recursos históricos, culturais e turísticos locais, desencadeando, assim, o efeito colaborativo da estratégia “Desporto+” e potenciando ainda a atractividade de Macau como destino turístico.

Os preparativos iniciais para a 15.ª edição dos Jogos Nacionais já estão em curso. O Governo da RAEM aproveitará esta excelente oportunidade proporcionada pelo governo chinês para fortalecer o intercâmbio e a colaboração no domínio desportivo com as cidades da Grande Baía, para potenciar os benefícios sociais e económicos dos eventos desportivos e para alargar o âmbito de desenvolvimento do sector desportivo de Macau, dando assim um novo impulso ao desenvolvimento da diversificação adequada da economia do Território.

A corrida de fundo exige uma vontade de ferro e uma enorme perseverança por parte de quem a pratica. Espero que todos os atletas participantes possam correr com determinação e obter excelentes resultados no âmbito deste certame. Por fim, gostaria de aproveitar a oportunidade para expressar a minha sincera gratidão ao patrocinador, às entidades de apoio e a todos os colaboradores da Macau Internacional 10K, desejando os melhores votos de sucesso ao evento.

*2023 is a year of economic recovery and restored vitality for Macao. The Macao International 10K is making a comeback in the sunny spring, injecting strong momentum into the local society and showcasing the prosperous and vigorous urban landscapes of Macao and its charm as an international centre for tourism and leisure.*

*With generous support from the country, the Macao SAR Government has been optimizing the city's industrial structure with the “1+4” adequate diversification strategy and continually promoting the growth of sports and other key industries. Thanks to its long-standing sports industry, Macao has gained the experience and ability to host various large-scale international competitions, and the Macao SAR Government has been striving to motivate and encourage local companies and organizations to become more actively involved and organize more large-scale international or regional sporting events in a bid to develop signature sporting events with Macao characteristics and further create a synergy between sports competitions and the rich trove of historical, cultural and tourism elements and resources, thereby unleashing the collaborative effect of ‘sports +’ and enhancing Macao's appeal as a tourist destination.*

*Initial preparations for the 15<sup>th</sup> National Games have commenced. The Macao SAR Government will fully grasp the huge opportunity given by the country to strengthen sports exchange and collaboration with the Greater Bay Area cities, realize the social and economic benefits of sporting events, and provide more opportunity for the development of Macao's sports industry, thereby further propelling moderate economic diversification.*

*Long-distance running demands perseverance and the determination to strive forward. I hope all runners will push relentlessly forward to achieve their new best records in the race. Taking this opportunity, I would like to express cordial appreciation to the sponsor, supporting units and all staff members of the Macao International 10K and I wish the event a complete success.*



## 歐陽瑜 Ao Ieong U

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

長跑活動在澳門十分盛行，備受大眾支持，每年的長跑賽事，參與情況踴躍，吸引了各地長跑愛好者來澳參賽。“澳門國際十公里長跑賽”是特區政府於2021年推出的賽事，透過結合嘉年華形式的活動，串聯體育、文化、旅遊等元素，豐富長跑健兒、居民和旅客的多元體驗。

一直以來，特區政府十分重視體育事業的發展，貫徹競技體育與大眾體育並重的發展策略，積極舉辦各類型的體育賽事及活動，鼓勵不同年齡的居民參與鍛鍊，促進整體健康水平。同時，讓澳門的運動員有更多參賽和與各地運動健兒交流的機會，切磋技術，積累競賽經驗，結合訓練和設施的支援，持續推動澳門運動員的專業發展。

與此同時，特區政府把握大灣區、橫琴粵澳深度合作區的發展契機，還有與廣東、香港共同承辦第十五屆全國運動會的重大機遇，鼓勵本澳企業、體育總會引入和舉辦不同類型和規模的區域性或國際性體育賽事，積極打造具澳門特色的品牌盛事，吸引各地體育團隊和旅客來澳，既促進體育交流與合作，同時向世界展示澳門作為體育城市和世界旅遊休閒中心的形象，藉此開拓“體育+”的協同發展效應，共同推進澳門經濟適度多元發展。

長跑運動既鍛鍊健康體魄，也能錘鍊百折不撓的意志。鳴笛響起，期望一眾長跑健兒，再創佳績，突破自我。最後，謹向籌辦賽事的全體工作人員、主辦機構，以及贊助商致以誠摯謝忱！期望“2023澳門國際十公里長跑賽”為各位跑手留下美好的回憶，來年再次相約澳門，共襄盛舉！

A corrida de fundo é um desporto muito popular junto do público de Macau. Todos os anos, as corridas de longa distância realizadas na cidade contam com uma enorme adesão por parte de entusiastas desta modalidade desportiva que aqui chegam de todas as partes do mundo. A Macau Internacional 10K foi inaugurada pelo Governo da RAEM em 2021, com vista a proporcionar uma experiência mais diversificada aos corredores, residentes e turistas através da integração de eventos festivos que combinam elementos desportivos, culturais e turísticos.

O Governo da RAEM atribui uma grande importância ao desenvolvimento do desporto, aderindo à estratégia de dar igual atenção ao desenvolvimento do desporto competitivo e do desporto para todos. Neste sentido, o Governo tem vindo a organizar proactivamente vários torneios e eventos desportivos, na esperança de incentivar residentes de todas as idades a fazer exercício e a melhorar a sua saúde em geral, proporcionando mais oportunidades aos atletas locais de competir e testar as suas capacidades com colegas de outras regiões do mundo, de acumular experiência competitiva e de promover continuamente a sua profissionalização por meio da organização de treinos e da disponibilização de espaços desportivos.

Além disso, tirando partido das grandes oportunidades proporcionadas pelo desenvolvimento da região da Grande Baía e da Zona de Cooperação Aprofundada entre Guangdong e Macau em Hengqin e pela co-organização da 15.ª edição dos Jogos Nacionais com Guangdong e Hong Kong, o Governo da RAEM tem incentivado empresas e associações desportivas de Macau a introduzir e a organizar eventos desportivos regionais e internacionais de diferentes tipos e escalas e a desenvolver eventos de referência com características locais, a fim de promover a vinda de equipas desportivas e visitantes de todo o mundo a Macau, contribuindo assim para o intercâmbio e a colaboração no domínio desportivo, bem como para difundir a imagem de Macau como cidade desportiva e como Centro Mundial de Turismo e Lazer no mundo, reforçando assim o efeito de desenvolvimento sinérgico da estratégia “Desporto+” e impulsionando o desenvolvimento da diversificação adequada da economia da cidade.

A corrida de fundo não só contribui para manter um corpo saudável, como também para desenvolver um espírito inabalável. Quando soar o apito, espero que todos os corredores possam progredir juntos, quebrando recordes e superando-se a si mesmos. Por último, gostaria de expressar a minha gratidão a todos os colaboradores envolvidos nos preparativos da corrida, bem como à Organização e às entidades patrocinadoras. Espero que a 2023 Macau Internacional 10K deixe a sua marca na memória de todos os corredores, para que os mesmos tenham vontade de voltar a juntar-se a nós em Macau no próximo ano.

*Long-distance running is a popular sport that enjoys public support in Macao. Every year, long-distance races held in the city attract the active participation of running enthusiasts from different parts of the globe. The Macao International 10K was launched by the Macao SAR Government in 2021 to enrich the diverse experience of runners, residents and tourists alike through integrating carnival-like activities that combine sports, cultural and tourism elements.*

*The Macao SAR Government highly values sports development and always adheres to the strategy of giving equal attention to developing competitive sports and sport-for-all. The government has been proactively organizing various sports competitions and activities in the hope of encouraging residents of different ages to engage in exercise and bolster their overall health, while also providing local athletes with more opportunities to contend and pit their skills against peers from other regions, accumulate competition experience, and constantly facilitating their professional growth through providing training and facilities support.*

*Moreover, seizing the great opportunities brought by the development of the Greater Bay Area and the Guangdong-Macao In-Depth Cooperation Zone in Hengqin and the co-hosting of the 15th National Games with Guangdong and Hong Kong, the Macao SAR Government has been encouraging Macao companies and sports associations to introduce and organize different types and scales of regional and international sporting events and develop signature events with local characteristics to draw sports teams and visitors from all regions to Macao. This not only promotes sports exchange and collaboration but also showcases Macao's image as a sports city and World Centre of Tourism and Leisure to the world, thus enhancing the “sports +” synergy and bolstering the moderate diversification of the city's economy.*

*Long-distance running helps not only maintain a healthy body but also develop an unwavering spirit. As the horn sounds, I hope all runners will achieve breakthroughs and make new records. Last but not least, I would like to extend my sincerest appreciation to all staff members engaged in the race preparations, as well as the organizers and sponsors. I hope the 2023 Macao International 10K will leave all runners with wonderful memories that motivate them to join us in Macao again next year.*



**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*

“澳門國際十公里長跑賽”為長跑愛好者提供了一個挑戰自我的機會，日常的堅持鍛煉能夠強健體魄，參與比賽更是對個人能力的肯定及提升，同時更能享受跑步運動帶來的歡樂及益處。

隨著注重健康生活的人士與日俱增，而體育產業同時作為其中一項持續發展的重點產業，未來，將繼續利用體育品牌盛事的號召力和影響力，並透過加強與社團、企業和機構間之合作，促進本澳體育旅遊的協同融合，充份發揮大型體育活動的聯動效應，豐富本澳的體育旅遊產品，在推動本澳體育事業發展的同時，增加大眾參與不同體育活動的機會。

賽事組委會將持續對賽事進行優化工作，致力辦好賽事，務求構建一個優良的比賽環境，提供予參賽者展現個人能力以及拼搏與進取的體育精神。

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，期望所有參賽健兒都能超越自我，獲得佳績。

A Macau Internacional 10K oferece aos entusiastas da corrida de fundo uma oportunidade de se desafiarem a si próprios. O exercício diário é bom para a saúde e a participação em corridas pode proporcionar reconhecimento e potenciar as nossas capacidades pessoais, permitindo-nos, ao mesmo tempo, desfrutar mais do prazer da corrida e usufruir dos benefícios da mesma.

Com o número crescente de pessoas com um estilo de vida saudável e com o constante desenvolvimento do sector do desporto, continuaremos a utilizar o apelo e a influência dos eventos desportivos de referência e a fortalecer a cooperação com organizações sociais, empresas e instituições para promover a integração do desporto e do turismo em Macau, concretizar plenamente o efeito sinérgico dos eventos desportivos de grande escala e diversificar o portefólio de produtos de turismo desportivo da cidade. Através destes esforços, visamos proporcionar ao público um maior número de oportunidades para participar em várias actividades desportivas e, ao mesmo tempo, promover o desenvolvimento desportivo a nível local.

A Comissão Organizadora continuará a melhorar a corrida para assegurar o sucesso da mesma e criar um ambiente de corrida favorável para que os participantes possam mostrar as suas capacidades, bem como a sua perseverança e o seu espírito desportivo.

Gostaria de agradecer ao patrocinador e a todos os colaboradores por todo o seu apoio e assistência, sem os quais esta corrida não teria sido possível. Espero igualmente que todos os corredores participantes possam superar-se a si mesmos e obter os melhores resultados possíveis.

*The Macao International 10K provides long-distance running enthusiasts with an opportunity to challenge themselves. Exercising daily can boost health, and participating in races can bring recognition and enhance our personal abilities while also allowing us to better enjoy the fun and benefits of running.*

*With the increasing number of people following a healthy lifestyle and the sports industry being one of the key industries under constant development, we will continue utilizing the appeal and influence of signature sporting events and strengthening cooperation with social organizations, companies and institutions to promote integration between sports and tourism in Macao, fully realize the synergy of large-scale sporting events, and enrich the city's portfolio of sports tourism products. With these efforts, we seek to increase opportunities for the public to join various sports activities while also promoting local sports development.*

*The Organizing Committee will constantly enhance the race to make it a success and create a favorable race environment for participants to showcase their abilities as well as their perseverance and sportsmanship.*

*I would like to thank the sponsors and all members of staff for their support and assistance which has led to the smooth organization of the race. I also hope all participating runners can surpass themselves and achieve their best results.*



## 馬有恆 Ma lao 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推動本澳發展多元體育項目，成功創造多項品牌活動，二〇二一年新增「澳門國際十公里長跑賽」，為愛好體育者提供多一項參賽機會，加強特區政府將澳門打造為健康休閒城市的推動力，進一步向世界各地推廣澳門體育旅遊的多元文化魅力，提高國際知名度，吸引遊客來澳消費，直接或間接帶來經濟。

在特區政府、社會各界與田徑愛好者的大力支持，以及總會同仁共同努力下，澳門田徑運動蓬勃發展。經過三年抗疫，澳門始終走完最後一公里路，大眾生活回復正常，本會全面恢復田徑訓練與舉辦本地賽事，鼓勵市民參與田徑運動，培育年青運動員，提升田徑水平。今年，澳門國際十公里長跑賽得到眾多跑手踴躍參與，齊來享受緊張且精彩的賽事，豐富澳門的健康活動，讓大家更多以賽會友的機會，感受長跑運動的樂趣。

藉此機會，感謝各位工作人員默默付出，為賽事作出貢獻；期望工作人員團結合作，以更誠懇的態度，承前啟後，辦好賽事，並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，更為澳門繁榮穩定作出貢獻。

與此同時，感謝社會各界賢達的指導和支持，各公共部門的通力配合，為賽事提供全力支援；亦感謝各贊助機構的支持，尤其是成為本賽事冠名贊助機構金沙中國有限公司。同時，賽事得以順利舉行，有賴各協助單位、服務單位及各位市民的支持。在此，本人致以衷心感謝！

我謹代表澳門田徑總會祝願各參賽者奮勇邁步！力爭向前！

O Governo da RAEM está empenhado em promover uma variedade de modalidades desportivas na cidade, tendo promovido com sucesso uma série de eventos de referência. Inaugurada a Macau Internacional 10K em 2021, proporciona aos entusiastas do desporto uma oportunidade da participação do evento e, ao mesmo tempo, contribui para os esforços no sentido de transformar Macau numa “cidade de saúde e lazer”. O evento ajudou também a promover Macau em todo o mundo como destino de eleição com o seu carisma multicultural e turismo desportivo, potenciando a visibilidade da cidade, promovendo o turismo e o consequente consumo a nível local e gerando benefícios económicos directos e indirectos.

Ao enorme apoio de Governo, os sectores da sociedade, entusiastas do atletismo e esforços concertados de todos os membros da Associação Geral de Atletismo, o desenvolvimento do atletismo cresce vigorosamente. Conseguimos, finalmente, pôr fim a combater a pandemia após três anos de luta dedicada e, quando a vida pôde voltar à normalidade, a nossa associação retomou integralmente os treinos atléticos e a organização das competições locais, a fim de incentivar a adesão do público ao atletismo, de formar jovens atletas e de elevar o nível do atletismo da cidade. Este ano, a Macau Internacional 10K registou uma procura entusiástica por parte de numerosos corredores que desejam desfrutar deste percurso compacto e desta intensa competição. O tão aguardado evento irá contribuir para a diversificação das actividades físicas a nível local e proporcionar aos participantes uma nova oportunidade para travar amizades e desfrutar do prazer da corrida de fundo.

Gostaria de aproveitar esta oportunidade para agradecer a todos os nossos colaboradores pela sua dedicação e pelo seu contributo para a organização desta prova. Espero que a equipa possa continuar a colaborar no sentido de assegurar, com base na experiência acumulada, que o evento decorra da melhor forma possível. Espero ainda que possam continuar a colaborar e a comunicar estreitamente com o Instituto do Desporto, de modo a persistir nos esforços de divulgação e elevação do atletismo de Macau a nível internacional e a contribuir assim para a prosperidade e estabilidade da cidade.

Gostaria ainda de expressar a minha gratidão por todo o apoio e orientação de todos os sectores da sociedade, bem como pela cooperação e assistência dos vários serviços públicos e pelo apoio das entidades patrocinadoras, agradecendo, em especial, ao patrocinador principal, a Sands China Limited. O sucesso deste evento deveu-se ainda ao apoio das entidades co-organizadoras, das unidades de serviço e do público em geral, a quem gostaria igualmente de deixar o meu profundo agradecimento.

Em nome da Associação Geral de Atletismo de Macau, espero que todos os participantes possam dar o seu melhor com coragem e determinação.

*The Macao SAR Government is committed to promoting a variety of sports in the city and has successfully launched a number of signature events. We added an international long-distance race, the Macao International 10K, to the city's list of sport competitions in 2021, providing sport enthusiasts with an opportunity to test their fitness while also boosting the government's efforts to build Macao into a 'health and leisure city'. The event has also helped promote Macao across the world as a sports tourism destination, raised the city's profile and attracted visitors to come and spend in the city, yielding direct and indirect social benefits.*

*The boom of athletics in Macao is owed to the concerted efforts from all members of the General Association of Athletics and the massive support from all sectors of society and enthusiasts. We have finally finished the last mile of the anti-epidemic journey after three years of endeavors and, when life finally returned to normal among the public, our association fully resumed the organization of athletic training and local competitions to encourage public participation in athletics, foster young athletes and enhance the city's athletic level. The Macao International 10K is coming back this year and has seen enthusiastic registration from numerous runners who wish to enjoy the compact course and intense competition. The much-anticipated event will further enrich fitness activities in the city and provide the public with another occasion to forge friendships and enjoy the fun of long-distance running.*

*With this opportunity, I would like to thank the staff for their dedication and contribution to this race. I hope the organizing team can continue working as one to wholeheartedly ensure the smooth running of the event while building on past experiences. I also hope they can maintain close cooperation and communication with the Sports Bureau to continue efforts in popularizing and elevating Macao athletics to the international stage and to contribute to the city's prosperity and stability.*

*Moreover, my gratitude goes to luminaries from all sectors of society for their guidance and support, public departments for their full cooperation and assistance, and the sponsors for their backing, especially the title sponsor Sands China Limited – we appreciate the company's and their staff members' contribution. The success of this event also depends on the support from the supporting units, service units and the general public, to which I would like to extend my appreciation.*

*On behalf of the General Association of Athletics of Macau, I hope all participants can strive onwards courageously for greater 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*

金沙中國十分榮幸再度冠名贊助由澳門特區政府體育局及澳門田徑總會合辦的「2023金沙中國澳門國際十公里長跑賽」。

賽事於前年首次舉辦即大受歡迎，場面熱鬧。因此，我們希望能透過活動延續跑步熱潮，推廣健康的生活模式。

隨著疫情放緩，特區政府逐步放寬對外入境限制和防疫措施，我們期望「澳門國際十公里長跑賽」能助力本澳經濟復甦，並成為本澳又一標誌性的體育盛事和旅遊名片，吸引更多來自世界各地好手前來切磋交流，親身感受這座城市的魅力。

本次贊助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，以及對澳門特區政府近年著力推動的「旅遊+」發展策略的支持。作為植根澳門二十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。

感謝澳門特別行政區政府體育局及澳門田徑總會主辦是次活動，並祝願各位健兒能盡情享受比賽的樂趣，再創佳績！

A *Sands China* tem a honra de ser, uma vez mais, o patrocinador principal da “2023 Sands China Macau Internacional 10K”, organizada pelo Instituto do Desporto do Governo da RAEM e pela Associação Geral de Atletismo de Macau.

O evento foi realizado pela primeira vez há 2 anos, contando com uma enorme adesão e decorrendo num ambiente animado. Por conseguinte, esperamos que a 10K possa continuar a contribuir para o entusiasmo pela corrida e para promover um estilo de vida saudável.

À medida que a pandemia vai abrandando, o Governo da RAEM tem vindo, gradualmente, a relaxar as restrições de entrada de estrangeiros em Macau e as medidas de prevenção pandémica. Esperamos que a Macau Internacional 10K possa contribuir para a recuperação económica de Macau e juntar-se ao rol de eventos desportivos icónicos e atracções turísticas de Macau, promovendo a vinda de atletas de todo o mundo para interagirem e aprenderem uns com os outros e experienciarem os encantos desta cidade.

Este patrocínio demonstra o empenho contínuo da *Sands China* em apoiar o desenvolvimento do desporto em Macau e em promover a integração do turismo desportivo, bem como o apoio da empresa à estratégia de desenvolvimento “Turismo+” que o Governo da RAEM tem vindo a promover vigorosamente nos últimos anos. Como empresa de turismo e lazer existente há 20 anos em Macau, a *Sands China* sempre teve como valor central o cumprimento da sua responsabilidade social corporativa. No futuro, continuaremos a promover o desenvolvimento da indústria desportiva de Macau, organizando e patrocinando vários eventos desportivos, ajudando Macau a tornar-se a capital dos eventos desportivos e contribuindo para o desenvolvimento de Macau como Centro Mundial de Turismo e Lazer.

Gostaria de agradecer ao Instituto do Desporto do Governo da RAEM e à Associação Geral de Atletismo de Macau pela organização deste evento, desejando que todos os atletas possam desfrutar do prazer da corrida e obter excelentes resultados!

*Sands China is again honoured to title sponsor the 2023 Sands China Macao International 10K, jointly organised by the Sports Bureau and the General Association of Athletics of Macau.*

*Considering how wildly successful the race was when it was held last time, we hope the sponsorship will prolong the running craze in Macao while simultaneously promoting fun within sports.*

*With the pandemic gradually receding, the SAR government has been incrementally easing foreign entry restrictions and pandemic measures. It is our hope that the Macao International 10K contributes to the ongoing recovery of Macao's economy and becomes another of Macao's signature sports events, attracting running enthusiasts from all over the world to experience this fascinating city.*

*Sands China's sponsorship is part of our continuous support of sports development and sports tourism in Macao, and the Macao SAR government's tourism+ initiative. We will continue to support, organise and sponsor a variety of sporting events, as we have done in our 20 years as an integrated tourism and leisure enterprise rooted in Macao – in promotion of the development of the local sports industry and Macao's development into a destination for major sporting events and a world centre of tourism and leisure.*

*May the runners enjoy a splendid day at the 10K, and congratulations to the Sports Bureau of the Macao SAR Government and the General Association of Athletics of Macau for putting together another highly anticipated event!*

# 熱烈祝賀 2023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  
2023 SANDS CHINA MACAO INTERNATIONAL 10K





2023 金沙中國 SANDS CHINA  
澳門國際十公里長跑賽  
MACAU INTERNACIONAL 10K  
MACAO INTERNATIONAL 10K

19/03

主席團 / Presidentes / Presidents	潘永權 Pun Weng Kun 馬有恆 Ma lao Hang
副主席團 / Vice Presidentes / Vice Presidents	劉楚遠 Allen Lau 林蓮嬌 Christine Lam 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 Juizes 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 da 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	鄭敏盈 Catarina Chiang
新聞主任 / Directora dos Média / Media Director	沈美琦 Maggie Sam
醫療及興奮劑檢查主任 / Directora de Serviços Médicos e de Controlo de Dopagem / Medical Services and Doping Control 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	盧青玉 Fennie Lou
場地及設備主任 / Director de Instalações e Equipamento / Venue & Equipment Director	安漢麟 Gabriel Antunes
<b>技術及上訴委員會 / Conselho Técnico e de Recursos / Technical &amp; Appeals Council</b>	
委員 / Membros / Members	林金塔 Lim, Jin Ta 林輝鴻 Lam Fai Hong 謝明輝 Xie Ming Hui



日期	地點	時間	內容
15 / 03 / 2023 17 / 03 / 2023	奧林匹克體育中心 — 室內體育館 (氹仔)	12:00 – 21:00	· 參賽者須憑報名收據及證件領取號碼布、計時晶片及參賽者須知資料
18 / 03 / 2023	奧林匹克體育中心 — 室內體育館 (氹仔)	12:00 – 22:00	
		06:00	十公里及歡樂跑第一次召集 (西灣湖廣場開放)
	西灣湖廣場	07:00	歡樂跑賽事開始 (起步)
		07:30	十公里賽事開始 (起步)
19 / 03 / 2023		09:30	歡樂跑賽事頒獎禮
	奧林匹克體育中心 — 室內體育館 (氹仔)	10:00	十公里賽事頒獎禮
		10:30	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2023年4月5日起在網頁[www.marathon-photos.com](http://www.marathon-photos.com)上自行列印證書，現場不會派發證書。

Data	Local	Hora	Conteúdo
15/03/2023 17/03/2023	Centro Desportivo Olímpico - Pavilhão Desportivo (Taipa)	12h00 - 21h00	· Levantamento de dorsal numerado com <i>chip</i> e notas aos participantes, mediante apresentação de documento de identificação e recibo.
18/03/2023	Centro Desportivo Olímpico - Pavilhão Desportivo (Taipa)	12h00 - 22h00	
19/03/2023	Praça do Lago Sai Van	06h00	Concentração dos participantes da prova de 10K e <i>Fun Run</i> (Abertura da Praça do Lago Sai Van)
		07h00	Início da prova : <i>Fun Run</i>
	07h30	Início da prova : 10K	
	09h30	Cerimónia de entrega de prémios de <i>Fun Run</i>	
	10h00	Cerimónia de entrega de prémios de 10K	
	Centro Desportivo Olímpico - Pavilhão Desportivo (Taipa)	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](http://www.marathon-photos.com) a partir do dia 5 de Abril de 2023. Não será feita a distribuição de certificados no dia da prova.

Date	Venue	Time	Content
15/03/2023 17/03/2023	Olympic Sports Centre - Indoor Pavilion (Taipa)	12:00 - 21:00	· Collection of number bib, timing chip and "Notes to Participants" upon presentation of registration receipt and ID.
18/03/2023	Olympic Sports Centre - Indoor Pavilion (Taipa)	12:00 - 22:00	
19/03/2023	Sai Van Lake Square	06:00	First call for 10K and <i>Fun Run</i> (Sai Van Lake Square will be opened)
		07:00	Start of <i>Fun Run</i>
	07:30	Start of 10K	
	09:30	Award Ceremony for <i>Fun Run</i>	
	10:00	Award Ceremony for 10K	
	Olympic Sports Centre - Indoor Pavilion (Taipa)	10:30	End of races

Note: Participants who finished the race within the stipulated time limit can download their certificate through the website: [www.marathon-photos.com](http://www.marathon-photos.com) from 5<sup>th</sup> April 2023. 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4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](http://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 4 km para fornecer água e bebidas isotónicas. Depois, haverá um posto de esponjas aproximadamente 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](http://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 4km 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](http://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 de dopagem.

---

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 de dopagem.

---

3. Imediatamente após a prova, o participante designado para o controlo de dopagem 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 de Dopagem 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 de Dopagem no período de 1 hora após a entrega da notificação. O colaborador acompanhará o participante à Sala de Espera do Posto de Dopagem.

---

8. A hora de chegada do participante será registada e a sua identificação confirmada pelo responsável ou o seu representante de dopagem no Posto de Dopagem.

---

9. O participante deverá permanecer no Posto de dopagem sob a vigilância do responsável de dopagem ou do seu representante, até que seja fornecida amostra da urina.

---

10. O participante poderá abandonar o Posto de Dopagem durante um período de tempo específico, sob a vigilância dum representante da Organização, com autorização prévia do responsável de dopagem ou do responsável pelo 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 de Dopagem, o facto deve ser comunicado ao responsável pelo dopagem 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 de Dopagem 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 2<sup>nd</sup> to 10<sup>th</sup> 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 2<sup>nd</sup> to 5<sup>th</sup> 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
<b>A</b>	1995 – 2005	2005 – 2008
<b>B</b>	1984 – 1994	1984 – 2004
<b>C</b>	1972 – 1983	1983 或之前 / ou anterior / or before
<b>D</b>	1971 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	---
<b>A</b>	5	3
<b>B</b>	5	5
<b>C</b>	5	3
<b>D</b>	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	---
<b>A</b>	3	3
<b>B</b>	5	5
<b>C</b>	3	3
<b>D</b>	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

**破大會紀錄獎金 / Prémio Monetário para o Recorde Oficial / Bonus for breaking official course record**

「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，可獲頒發以下破大會紀錄獎金：  
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

**破澳門大會紀錄獎金 / Prémio Monetário para o Recorde Oficial de Macau / Bonus for breaking official Macao 10K Record**

「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大會紀錄獎金：

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	Percurso da Prova	Race Course
	往領物處	Acesso para Levantamento de Haveres	Access to Belongings pick-up
	優勝者集合點	Ponto de Encontro dos Vencedores	Winners' Gathering Point



### 十公里路線 (10KM) Percurso de 10K 10K Course

路線  
Percurso / Course

 水站  
Bebidas / Drinks Station

 救護站  
Primeiros Socorros /  
First Aid Station

 流動洗手間  
Casa de Banho Portáteis /  
Mobile Toilet

(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 → (右轉) 經科學館迴旋處折返 → 孫逸仙大馬路 (往西灣大橋方向) → 於西灣湖廣場地下行車隧道 (近旅遊塔一邊) → (右轉) 西灣湖廣場地下行車隧道 (近西灣湖一邊) → 西灣大橋 → 東亞運圓形地下行車隧道 → 東亞運大馬路 (近單車徑一邊) → 經奧林匹克游泳館圓形地 → (右轉) 蓮花海濱大馬路 (近單車徑一邊) (約400米處過路口左轉折返) → 蓮花海濱大馬路 (近銀河酒店一邊) → 經奧林匹克游泳館圓形地 → 運動場道 → (右轉) 體育路 → (左轉) 澳門運動場 (終點)

(Linha de 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) → Estátua da Deusa Kun lam → (virar à direita) 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 (junto da Torre de Macau) → (virar à direita) Túnel rodoviário da Praça do Lago Sai Van (junto do Lago Sai Van) → Ponte de Sai Van → Túnel rodoviário da Rotunda dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental (junto da Pista de bicicleta) → Rotunda da Piscina Olímpica → (virar à direita) Avenida Marginal Flor de Lótus (regressar à Rotunda da Piscina Olímpica após 400 metros) → Avenida Marginal Flor de Lótus (junto do Hotel Galaxy) → Rotunda da Piscina Olímpica → Avenida do Estádio → (virar à direita) Rua do Desporto → (virar à esquerda) Estádio do Centro Desportivo Olímpico (Linha de Chegada)

*(Starting Line) Sai Van Lake Square → Avenida Dr. Sun Yat-Sen (Nearby the China-Portuguese-speaking Countries Commercial and Trade Service Platform Complex towards Macau Science Center) → Kun lam Ecumenical Centre → (Turn right) Macao Science Center (Make a U-turn) → Avenida Dr. Sun Yat-Sen (Towards Sai Van Bridge) → At the Tunnel of the Sai Van Lake Square (Nearby Macau Tower) → (Turn right) Tunnel of the Sai Van Lake Square (Nearby Sai Van Lake) → Sai Van Bridge → Tunnel of Rotunda dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental (Nearby the cycling track) → 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 Line)*



歡樂跑路線 (≈5KM)  
Percurso de Fun Run  
Fun Run Course

路線  
Percurso / Course



水站  
Bebidas / Drinks Station



救護站  
Primeiros Socorros /  
First Aid Station

(起點) 西灣湖廣場 → 西灣大橋 → 經東亞運圓形地下行車隧道 → 東亞運大馬路 (近單車徑一邊) → 到東亞運街與東亞運大馬路交界左轉入東亞運大馬路 → 東亞運大馬路 (近馬場一邊) → (左轉) 運動場道 → (右轉) 體育路 → (左轉) 澳門運動場 (終點)

---

(Linha de 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 (junto da Pista de bicicleta) → Junção entre a Rua dos Jogos da Ásia Oriental e a Avenida dos Jogos da Ásia Oriental → (virar à esquerda) Avenida dos Jogos da Ásia Oriental (junto do Macau Jockey Club) → (virar à esquerda) Avenida do Estádio → (virar à direita) Rua do Desporto → (virar à esquerda) Estádio do Centro Desportivo Olímpico (Linha de Chegada)

---

(Starting Line) Sai Van Lake Square → Sai Van Bridge → Tunnel of Rotunda dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental (Nearby the cycling track) → Turn left at the junction between Rua dos Jogos da Ásia Oriental and Avenida dos Jogos da Ásia Oriental → Avenida dos Jogos da Ásia Oriental (Nearby Macau Jockey Club) → (Turn left) Avenida do Estádio → (Turn right) Rua do Desporto → (Turn left) Olympic Sports Centre Stadium (Finish Line)



2023 金沙中國 SANDS CHINA  
澳門國際十公里長跑賽  
MACAU INTERNACIONAL 10K  
MACAO INTERNATIONAL 10K

www.macao10k.com



金沙10K 續fun活力造型大獎  
SANDS 10K PRESENTS:  
THE FUNKIEST COSTUME AWARD

1. 歡迎本屆十公里及歡樂跑參賽者參加。
2. 先下載「澳門十公里」手機應用程式。
3. 在指定時間內，使用手機應用程式點選競逐「金沙10K 續fun活力造型大獎」圖示，填寫所需資料，然後上傳一張參賽者穿著以澳門多元文化特色為主題的服裝及其號碼布的照片，即可參加競逐。
4. 於比賽當日，參賽者須穿著已登記的服裝完成賽事。
5. 主辦單位將於2023年3月19日比賽結束後選出10位「金沙10K 續fun活力造型大獎」的得獎者，並即場公佈名單及進行頒獎。屆時將有專人聯絡得獎者領獎。

照片上載日期及時間：2023年3月18日09:00至3月19日09:00

1. Participants taking part in the 10K or the Fun Run this year are welcome to enter the FUNkiest Costume Award by registering their costumes via mobile app.
2. Download the "Macao 10K" mobile app.
3. In the submission period, click the icon of "Sands 10K Presents: The FUNkiest Costume Award" on the mobile app. Participants then need to fill out the required information and upload a photo of them wearing a costume that showcases the diverse cultural characteristics of Macao with their bib to compete for the award.
4. On the race day, complete the race in your registered costume.
5. The organizer will select and announce 10 winners, who will be contacted personally for prize presentation after the race on 19 March 2023.

Photo Submission Period: From 18 March 09:00 to 19 March 2023 09:00



掃描二維碼，  
下載APP參與活動！

Scan QR code and  
download APP to join the award!



19/03



## 十公里 / 10K / 10K

### 男子優勝者 / Vencedor / Men's winner

屆別 Edição Edition	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	CHINA	中國

### 女子優勝者 / Vencedora / Women's winner

屆別 Edição Edition	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	CHINA	中國



# 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  
Disponível 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  
2023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  
2023 Sands China Macau Internacional 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 2023 Sands China Macao International 10K***



# 倫敦至美 澳門綻放

BRINGING THE BEST OF LONDON TO MACAO

