



2025 金沙中國  
Sands China

澳門國際十公里長跑賽

Macau Internacional 10K

Macao International 10K

16/03



參賽者須知

Notas aos Participantes

Notes to Participants

授權機構  
Sob a égide da  
Sanctioned by



主辦  
Organização:  
Organizers



[www.macao10k.com](http://www.macao10k.com)

# 參賽者須知

## I. 儲物安排

1. 組委會在賽事當日提供儲物安排，參賽者可於起跑前在西灣湖廣場進行儲物，並於完成賽事後在奧林匹克體育中心-游泳館取回儲存物品。
2. 西灣湖廣場儲物區將於比賽日當天早上5時30分起開放予參賽者儲存物品，於早上6時45分停止接受十公里賽事儲物，並於7時20分停止接受歡樂跑賽事儲物。
3. 參賽者必須使用組委會提供之儲物袋妥善儲物，物品寄存僅限於使用組委會儲物袋之物品，貴重物品請勿寄放。
4. 由於比賽日早上將會有大量參賽者輪候儲物，為免影響參賽者準時到達起跑區，倘參賽者需寄存物品，請提早到達儲物區輪候儲物。組委會保留權利拒絕處理逾時到達儲物區之參賽者的物品。
5. 參賽者可於比賽日上午8時20分至11時前往奧林匹克體育中心-游泳館地下憑號碼布領回寄存之物品，否則組委會有權決定未領取物品的處理方式。

## II. 起跑安排及比賽時限

1. 參賽者必須把號碼布妥善扣於胸前，以便組委會工作人員辨認，否則組委會有權取消其參賽資格。
2. 為確保賽事能有序進行，組委會設有截止進入起跑區時間，未能按時進入起跑區的參賽者將不能參加比賽，而各比賽項目均設有比賽時限，無法於限定時間內完成賽事的參賽者須依從組委會指定安排離開賽道。

項目	截止進入起跑區時間	起跑時間	時限	限定完成時間
十公里	06:50	07:00	1小時40分鐘	08:40
歡樂跑	07:35	07:45	1小時15分鐘	09:00

3. 歡樂跑參賽者須避免誤入十公里首先出發之參賽者中，否則參賽資格及成績將被取消。
4. 為確保賽道能在指定時間重開以供正常交通運作，組委會將在以下地點設立時限點，如有「十公里」項目參賽者未能於限定時間內通過有關時限點，組委會工作人員將終止該名參賽者繼續進行比賽的資格。

位置	停止參賽者繼續比賽時間
聖母灣大馬路近游泳館一側 (落橋後約5.2km)	07:50
路環連貫公路折返點 (約7.1km)	08:15

5. 組委會規定參賽者須在指定時間內完成指定路程，凡超出時限者，均視作沒有完成賽事。在指定時間過後，組委會將安排車輛接載超時之參賽者到終點，若參賽者拒絕上車，須承擔因此而引致之後果。
6. 無法於限定時間內完成賽事之參賽者將不獲紀錄成績及名次，並且不獲發給完成賽事紀念獎牌，而比賽成績證書下載服務亦不適用。

### III. 頒獎禮及獎金發放安排

1. 各項目優勝者須於指定集合時間或組委會公佈成績後立即前往「優勝者集合點」報到，以便安排等候領獎。

項目	優勝者集合時間	優勝者集合點
十公里	08:45	奧林匹克體育中心 室內館正門
歡樂跑	09:00	

2. 各項目所有組別的優勝者均會獲贈「優勝者風褸」，優勝者必須穿著「優勝者風褸」出席頒獎禮及接受獎項。
3. 所有可獲頒發獎金的參賽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，確定其通過檢測，再以銀行過戶或電匯方式發放獎金。

### IV. 其他

1. 參賽者不能攜帶任何構成危險或阻礙比賽進行的物品進入比賽範圍內，包括（但不限於）：內容帶有歧視、政治含意、種族主義或意識形態性質的物品或可能引致背離舉辦有關比賽原意、危及公共安全或阻礙其他參賽者的物品、旗幟、橫幅和展示品。如有違反者將會被即時要求離開比賽範圍及可能交由相關有權部門跟進。
2. 參賽者可透過以下途徑下載並安裝澳門十公里智能手機應用程式，以瀏覽賽事資訊、查詢個人成績及分享圖片。

· 經 App Store 或 Google Play 搜尋「澳門十公里」或 “Macao 10K”

· 掃描附圖的QR編碼



3. 大會為每位在指定時間內完成賽事的參賽者提供免費網上證書，由2025年4月1日起，參賽者可到 [www.marathon-photos.com](http://www.marathon-photos.com) 下載。

# Notas aos Participantes

## I. Depósito de Objectos Pessoais

1. A Comissão Organizadora disponibiliza o serviço de depósito de objectos pessoais. Os participantes podem depositar os seus objectos pessoais na Praça do Lago Sai Van e recolhê-los no Centro Desportivo Olímpico – Piscina Olímpica, após a conclusão das corridas.
2. O serviço de depósito estará disponível a partir das 05H30 do dia da competição o armazenamento de bagagem para os 10K encerrará às 6:45 da manhã, e o armazenamento de bagagem para a Fun Run encerrará às 7:20 da manhã.
3. Os participantes devem colocar os seus objectos pessoais de forma apropriada, e só se aceitam depósito de sacos próprios fornecidos pela Comissão Organizadora. É proibido depositar objectos valiosos.
4. Atendendo ao grande número de participantes que terão necessidade de depositar os seus objectos pessoais, e a fim de garantir que cada um tenha tempo suficiente para chegar ao local de partida antes do início da prova, aconselhamos que cheguem com antecedência, façam fila e aguardem a sua vez. A Comissão Organizadora reserva o direito de recusar o depósito caso a entrega seja feita fora do horário estipulado.
5. Os participantes têm de recolher os seus sacos depositados das 08H20 às 11H00 do dia da prova, no **R/C na Piscina Olímpica do Centro Desportivo Olímpico**, mediante a apresentação do seu dorsal de prova. A Comissão Organizadora reserva-se o direito de determinar o destino a dar aos objectos não recolhidos dentro o horário definido.

## II. Partida e Tempo Limite das Provas

1. Os participantes devem fixar bem o seu dorsal junto ao peito, de modo a serem facilmente identificados pelos oficiais da corrida. A Comissão Organizadora reserva-se o direito de desclassificar aqueles que não cumprirem o solicitado.
2. Para garantir que as corridas possam ocorrer de forma ordenada, a Comissão Organizadora estabeleceu um horário de limite de entrada dos participantes ao local de partida. Todos aqueles que chegarem depois da hora estipulada não poderão participar. Para cada prova, existe um tempo limite de realização, o participante que não conseguir terminar a corrida dentro do período definido deve deixar o percurso da corrida, seguindo as instruções da Comissão Organizadora.

Prova	Hora de Encerramento da Zona de Partida	Início da Prova	Tempo Limite de Realização	Hora de Finalização
10K	06H50	07H00	1 hora 40 minutos	08H40
Fun Run	07H35	07H45	1 hora 15 minutos	09H00

3. Os participantes de Fun Run devem evitar entrar no primeiro grupo de participantes que iniciem a prova de 10K, caso contrário, serão desclassificados da prova.
4. Para garantir que a via pública volta a ser reaberta na hora indicada, a Comissão Organizadora vai estabelecer ponto de controlo do tempo no local abaixo indicado, com as respectivas horas de limite de passagem. Caso os participantes de 10K cheguem ao referido ponto fora da hora definida, a sua prova será suspensa pela Comissão Organizadora, não podendo continuar a sua corrida.

Localização	Horário para suspensão a corrida aos participantes
Estrada da Baía de Nossa Senhora da Esperança do lado da piscina Olímpica (descida do viaduto, cerca de 5.2KM)	07H50
Ponto de retorno da Estrada do Istmo (cerca de 7,1 km)	08H15

5. A Comissão Organizadora estipula que os participantes têm de concluir o percurso determinado dentro do período definido. Caso os participantes excedam o limite de tempo, sendo considerada a prova como não concluída. A Comissão Organizadora providenciará o transporte de veículos aos participantes que depois da hora estipulada à localização de chegada. Caso os participantes recusem o veículo, assumem todas as consequências.

6. O participante que terminar a prova para além do tempo limite, não terá o seu resultado e respectivo lugar registado e não lhe será atribuída qualquer medalha nem lhe será disponibilizado qualquer certificado *online*.

### III. Cerimónia de Entrega de Prémios e Distribuição de Prémios Monetários

1. Para melhor organizar os preparativos da cerimónia de entrega de prémios, os vencedores de cada prova devem chegar ao “Ponto de Encontro dos Vencedores” conforme o horário designado ou imediatamente após ao anúncio dos resultados oficiais das provas.

Prova	Horário do Encontro	Ponto do Encontro
10K	08H45	Entrada Principal do Pavilhão Desportivo do Centro Desportivo Olímpico
<i>Fun Run</i>	09H00	

2. Os vencedores de todas as categorias receberão um “Blusão de Campeão” que deverá ser usado em todos os momentos das cerimónias de entrega de prémios.
3. 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 Organizadora, que acontecerá após estarem concluídos os procedimentos de controlo e análise dos relatórios dos teste de dopagem.

### IV. Outros Assuntos

1. Não é permitido aos participantes entrarem na área da prova transportando qualquer objecto, bandeira, banners, ilustrações, etc, que possa causar perigo ou impedir a realização do evento, que possuam conteúdos de discriminação política, racial, ideológica ou que se afastam dos princípios que esta iniciativa pretende atingir, colocando em risco a segurança pública e de outros participantes nesta actividade. Quem violar esta regra será convidado a deixar de imediato a área da prova e poderá ser encaminhado para as autoridades competentes.
2. Para aceder às informações sobre as provas, verificar os seus próprios resultados ou partilhar fotografias, pode ser descarregada e instalada a seguinte aplicação móvel:
- Procurar “*Macao 10K*” na App Store ou Google Play
  - Digitalizar o código QR na imagem anexa



3. A Comissão Organizadora oferece um certificado fotográfico online gratuito aos participantes que terminarem a corrida dentro do tempo estipulado. A partir de 1 de Abril de 2025, os participantes poderão descarregar o certificado em [www.marathon-photos.com](http://www.marathon-photos.com).

# Notes to Participants

## I. Baggage Deposit

1. The Organizing Committee provides a baggage deposit service on the competition day. Participants can use the service at Sai Van Lake Square before the competition starts, and reclaim their belongings at the Olympic Sports Centre - Aquatic Centre upon completion of the race.
2. The Storage Area will open to participants from 05:30 a.m. on the competition day and **the baggage storage for the 10K will close at 6:45 AM, and baggage storage for the fun run will close at 7:20 AM.**
3. Participants wishing to use the service must put their items properly in the baggage bags provided by the Organizing Committee. The service only covers items stored in baggage bags provided by the Organizing Committee, and valuable items should not be deposited.
4. As numerous participants may queue up at the Storage Area on the morning of the competition day, participants wishing to use the service are advised to arrive early to avoid congestion and possible delays in getting to the Start Area. The Organizing Committee reserves the right to refuse handling the baggage of any latecomers.
5. Participants can reclaim their deposited belongings on the **ground floor of the Aquatic Centre of the Olympic Sports Centre** between 08:20 a.m. and 11:00 a.m. on the competition day by presenting their number bibs, otherwise the Organizing Committee shall have the right to decide on how the unclaimed items are to be handled.

## II. Start and Time Limit

1. Participants must pin the number bibs properly on their chest so as to be identifiable by the race officials, otherwise the Organizing Committee shall have the right to disqualify the participants.
2. To ensure the order of the race events, the Organizing Committee has set a closing time for the Start Area and participants who fail to enter on time will not be allowed to participate. Each race event has a time limit, and those who fail to finish the race within the time limit must leave the race course under the Organizing Committee instructions.

Race Category	Start Area Closing Time	Start Time	Time Limit	Finish Time
<b>10K</b>	06:50	07:00	1 hr 40 mins	08:40
<b>Fun Run</b>	07:35	07:45	1 hr 15 mins	09:00

3. Participants in the Fun Run race must avoid straying into the 10K group who will be the first to start, otherwise the participants will be disqualified and their results will be cancelled.
4. To ensure traffic can be resumed on the race course at the designated time, the Organizing Committee has set up a time limit point at the location below. Participants of the 10K race who fail to pass the time limit point within the time limit will be disqualified from the race.

Location	Time limit point closing time
<b>The section near the swimming pool on Estrada da Baía de Nossa Senhora da Esperança ( about 5.2 km after crossing the bridge)</b>	07:50
<b>The turning point of Estrada do Istmo (about 7.1km)</b>	08:15

5. According to the competition regulations, participants must finish the specified course within the time limit, any participants failing to do so will be deemed as having failed to complete the race and will be transported to the destination by the Organizing Committee; should any participant refuse to get in the vehicle, they shall be liable for any consequences caused.
6. For those participants who cannot complete the races within the time limit mentioned above, medals and certificates will not be provided, and their results will not be recorded and listed in the general classification.

### III. Award Ceremony and Prize Money Distribution

1. Winners of the events should assemble at the “Winners’ Gathering Point” at the designated time or immediately after the announcement of the race results for the awards to be presented.

Race Category	Assembly Time for Winners	Winners’ Gathering Point
10K	08:45	Front Entrance of Olympic Sports Centre Indoor Pavilion
Fun Run	09:00	

2. Winners of all categories will be given a “Champion Jacket”, which must be worn during the award ceremony.
3. 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.

---

### IV. Other Issues

1. Participants are not permitted to enter the race area carrying any dangerous or inappropriate items that may disrupt the order of the race, including (but not limited to) items with any discriminating, political, racist or ideological content as well as objects, flags, banners and showpieces that may divert the competition from their objective, threaten public safety or hinder other participants from continuing their race. Those who violate this rule will be asked to leave the race area immediately and such cases may be reported to the relevant authorities.
2. Participants can find the race information, check race results and share photos by downloading and installing the following mobile APP:
  - Search “Macao 10K” in App Store or Google Play
  - Scan the QR code in the enclosed image



3. The Organizing Committee offers free online photo certificate for participants who finish the race within the stipulated time limit. Certificates are ready for download from 1<sup>st</sup> April 2025. Download website: [www.marathon-photos.com](http://www.marathon-photos.com).



## 西灣湖廣場 - 起點及儲物區位置

Praça do Lago Sai Van - Localização de Partida e Área de Armazenamento

Sai Van Lake Square - Location of the Start and Storage Area



## 奧林匹克體育中心運動場 - 終點及領物處位置

Estádio do Centro Desportivo Olímpico - Localização de Chegada e Área de Levantamento de Haveres

Olympic Sport Centre (Stadium) - Location of the Finish and Belongings pick-up

