



# EVA AIR MARATHON 2024



**2024  
10.27  
台北開跑**

**EVA AIR**

**台北起跑  
飛向世界**

長榮航空城市觀光馬拉松 42.195KM/21.0975KM/10KM/3KM



**EVA AIR  
MARATHON  
2024**

FLY FROM TAIPEI  
SEE THE WORLD



- 42.195KM
- 21.0975KM
- 10KM
- 3KM





**HerbaLand** 禾寶藍  
Healthy Nutritional Gummies

加拿大第一品牌\*

機·能·營·養·軟·糖



禾寶藍是加拿大最大機能營養軟糖製造品牌，全系列產品由加拿大原裝進口，提供四大安心保證，食用更放心。



禾寶藍 兒童&成人活力VC無糖機能軟糖  
每1粒維生素C150mg  
含量相當於2顆奇異果  
檸檬&柚子口味 市價NT\$550  
1粒/日 | 20包, 60粒/盒 產品編號 P683301



禾寶藍 兒童成長D3無糖軟糖  
每3粒鈣300mg  
含量相當於300mL全脂牛奶  
鳳梨&石榴口味 市價NT\$600  
3粒/日 | 20包, 60粒/盒 產品編號 P683291



禾寶藍 兒童綜合MV無糖機能軟糖  
每1粒維生素B12 2.55µg  
含量相當於6顆雞蛋  
綜合莓果口味 市價NT\$650  
1粒/日 | 20包, 60粒/盒 產品編號 P683281



禾寶藍 兒童益智Omega無糖機能軟糖  
每6粒Omega-3 178mg  
含量相當於2.1g生腰果  
柑橘口味 市價NT\$600  
6粒/日 | 20包, 60粒/盒 產品編號 P683331



禾寶藍通過B型企業認證  
關注社會和生態問題一直都是禾寶藍的品牌使命，期許成為一股向上的力量，為世界貢獻一份心力！



禾寶藍 兒童&成人晶亮LT無糖軟糖  
每1粒葉黃素5mg  
含量相當於192g地瓜葉  
橘子口味 市價NT\$650  
1粒/日 | 20包, 60粒/盒 產品編號 P683311

3C防護罩

無糖 無化學添加 原裝進口

長榮馬拉松 完賽禮



晶亮LT無糖機能軟糖(10粒/包)

果膠軟糖最棒

全植物來源 優

幫助維持消化機能 優

一咬就斷不怕噎 優

老老少少都可以 放心食用





**EVA AIR  
MARATHON**  
長榮航空城市觀光馬拉松  
**2024**

**EVA AIR**



**2024  
10.27  
台北開跑**

## 目錄頁

起點場地圖 Starting Point Site Map	3
終點場地圖 Finishing Point Site Map	4
全程馬拉松組路線圖 42.195KM Course Map	6
半程馬拉松組路線圖 21.0975KM Course Map	8
10公里組路線圖 10KM Course Map	10
3公里組路線圖 3KM Course Map	12
賽道食物飲水供應表 Food & Beverage Supply Locations Chart	14
裁判名單 List of Referees	16
活動流程 Event Rundown	19
活動介紹 Event Introduction	20
獎勵方式 Prizes & Awards	22
違規與申訴 Violations & Disputes	27
公共意外險與注意事項 Insurance & Items of Special Notice	29
接駁車路線 Shuttle Bus	32
號碼布顏色及配戴位置 Race Bib Color & Position	35
晶片說明 Timing Chip Instructions	36
衣物保管寄物及領取 Bag Check Service	37
衣保車起點位置圖 Bag Storage Truck Starting Point Site Map	38
各路口管制時間表 Intersection Traffic Control Schedule	40

**台北起跑  
飛向世界**  
長榮航空城市觀光馬拉松 42.195KM/21.0975KM/10KM/3KM



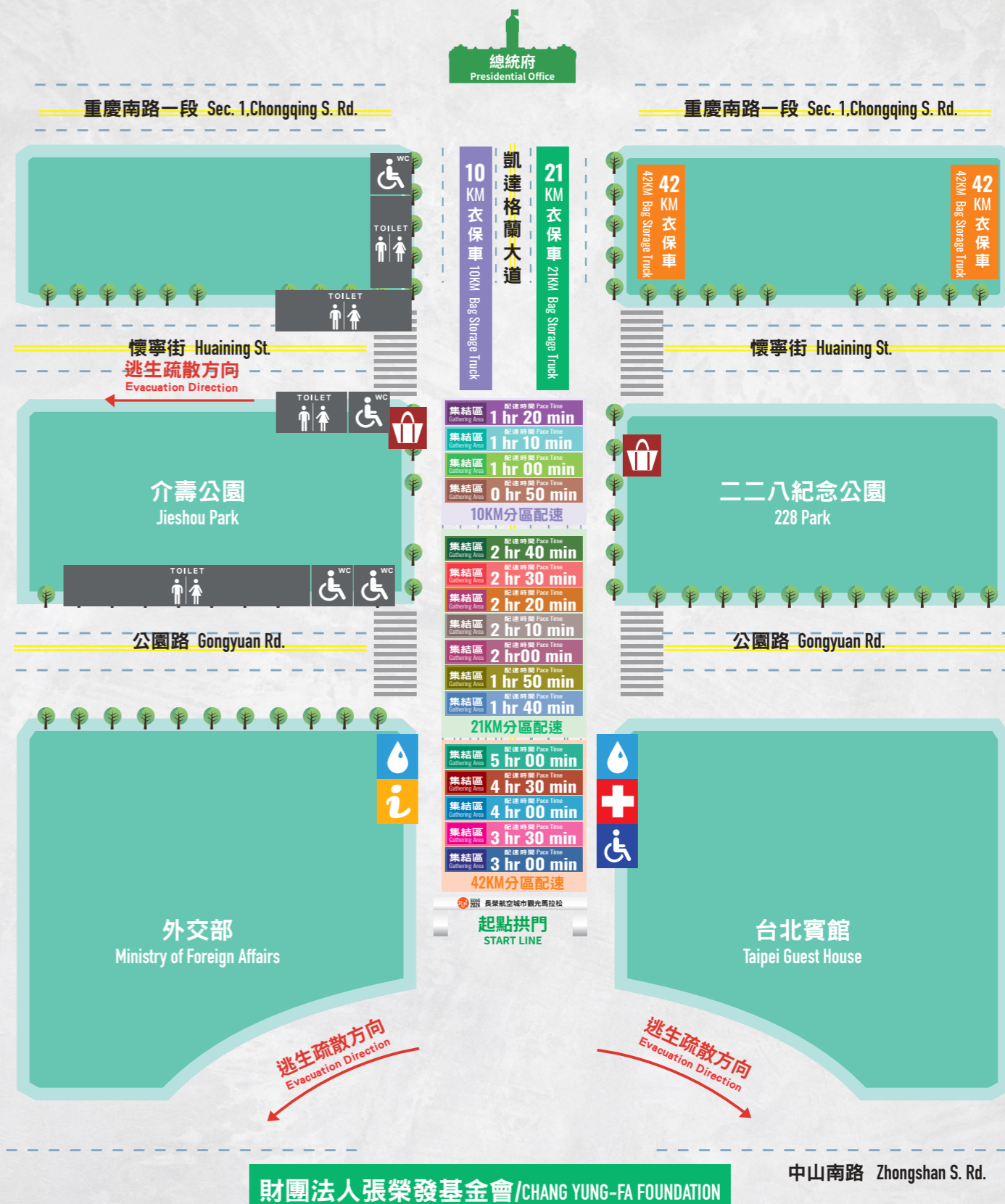
**EVA AIR  
長榮航空**  
42.195KM  
21.0975KM  
10KM  
3KM



長榮航空 | 城市觀光馬拉松  
**台北起跑 飛向世界**



## 總統府前廣場活動平面圖 Starting Point Site Map

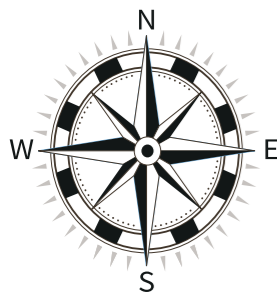


大會諮詢區 Information	廁所 Toilet	醫護站 First Aid	水站 Water Station	大會專用寄物袋 Designated Storage Bag	視障跑者休息區 Visually Impaired Runners Resting Area	無障礙廁所 Accessible Toilet
----------------------	--------------	------------------	---------------------	-----------------------------------	---	----------------------------



- |  |   |  |   |   |   |                        |                     |                          |
|--|---|--|---|---|---|------------------------|---------------------|--------------------------|
| <b>大會諮詢區</b><br>Information                | <b>廁所</b><br>Toilet   | <b>無障礙廁所</b><br>Accessible Toilet                                | <b>禾寶藍</b><br>HerbaLand                                   | <b>水站</b><br>Water Station                              | <b>贊助商</b><br>Sponsors                              | <b>長榮航空</b><br>EVA AIR | <b>主舞台</b><br>Stage | <b>NRC NIKE RUN CLUB</b> |
| <b>全程組衣保區</b><br>Marathon Bag Storage Area | <b>半程組衣保區</b><br>Half Marathon Bag Storage Area             | <b>10KM 衣保區</b><br>10KM Bag Storage Area                         | <b>3KM 衣保區</b><br>3KM Bag Storage Area                    | <b>按摩服務區</b><br>Massage service                         | <b>冰池放鬆區</b><br>Ice Pool-Foot Relaxation            |                        |                     |                          |
| <b>更衣室</b><br>Changing Room                | <b>全程組完賽禮兌換區</b><br>Marathon Finishers Souvenir Redeem Area | <b>半程組完賽禮兌換區</b><br>Half Marathon Finishers Souvenir Redeem Area | <b>10KM 完賽禮兌換區</b><br>10KM Finishers Souvenir Redeem Area | <b>3KM 完賽禮兌換區</b><br>3KM Finishers Souvenir Redeem Area |   |                        |                     |                          |
| <b>拍照區</b><br>Photo Area                   | <b>醫護站</b><br>First Aid                                     | <b>終點接駁車(往圓山捷運站)</b><br>Shuttle Bus To Yuanshan MRT Station      | <b>終點接駁車(往臺大醫院)</b><br>Shuttle Bus To NTU Hospital        | <b>全半馬終點</b><br>Marathon/Half Marathon Finishing Line   | <b>3/10KM 起/終點</b><br>3/10KM Start & Finishing Line |                        |                     |                          |





**EVA AIR**  
**MARATHON**  
 長榮航空城市觀光馬拉松  
**2024**



**馬拉松**

**42.195KM**  
 Marathon Course Map

- 

補給站  
Supply Station
- 

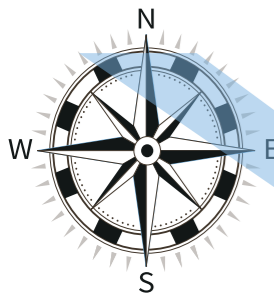
水站  
Water Station
- 

海綿站  
Sponge Station
- 

廁所  
Toilet
- 

醫護站  
First Aid Station





**EVA AIR**  
**MARATHON**  
 長榮航空城市觀光馬拉松  
**2024**

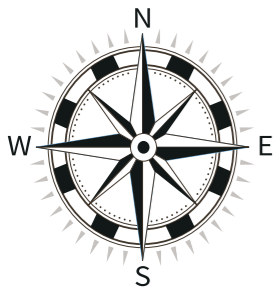


**半程馬拉松**

**21.0975KM**  
 Half Marathon Course Map

-  補給站  
Supply Station
-  水站  
Water Station
-  海綿站  
Sponge Station
-  廁所  
Toilet
-  醫護站  
First Aid Station





10公里組

# 10KM

10Km Course Map



補給站  
Supply Station



水站  
Water Station

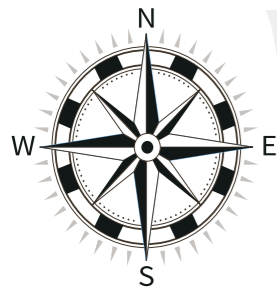


廁所  
Toilet



醫護站  
First Aid Station





**EVA AIR**  
**MARATHON**  
 長榮航空城市觀光馬拉松  
**2024**

新生高架道路  
 Xincheng Elevated Expressway

北安路  
 Beian Rd.

基隆河  
 Keelung River

大佳河濱公園網球場  
 Dajia River Park - Tennis Court



**START**  
**FINISH**

折返點  
 Turning Point

臺北市立美術館  
 Taipei Fine Arts Museum

新生高架橋  
 Xincheng Viaduct

基10 林安泰疏散門

濱江街  
 Binjiang Street

濱江街  
 Binjiang Street

松江路  
 Songjiang Road

3公里組

**3KM**  
 3Km Course Map



水站  
 Water Station



廁所  
 Toilet



醫護站  
 First Aid Station

# 賽道食物飲水供應表

Food & Beverage Supply Locations Chart

水站位置	水	運動	海綿	香蕉	蘇打餅
全半程 +10km 組 - 3km 水站	😊	😊		😊	😊
全半程 - 7km 海綿站 (新生高架)	😊	😊	😊		
10km 組 - 6.5km 水站 (新生高架)	😊	😊		😊	😊
全半程 - 10km 水站	😊	😊		😊	😊
全半程 - 12.5km 海綿站	😊	😊	😊		
半程 - 15km 水站	😊	😊		😊	😊
全程 - 15km 水站	😊	😊		😊	😊
半程 - 17.5km 海綿站	😊	😊	😊		
全程 - 17.5km( 去程 ) 22.5km( 回程 ) 海綿站	😊	😊	😊		
全程 - 20km 水站	😊	😊		😊	😊
全程 - 25km 水站	😊	😊		😊	
全程 - 27.5km 海綿站	😊	😊	😊		
全程 - 30km 水站	😊	😊		😊	
全程 - 32.5km 海綿站	😊	😊	😊		
全程 - 35km 水站	😊	😊		😊	😊
全程 - 37.5km 海綿站	😊	😊	😊		
全程 - 40km 水站、半程 - 20km 水站	😊	😊		😊	😊

水站位置	巧克力餅	小蕃茄	梅干	仙楂餅
全半程 +10km 組 - 3km 水站	😊			
全半程 - 7km 海綿站 (新生高架)				
10km 組 - 6.5km 水站 (新生高架)	😊		😊	
全半程 - 10km 水站	😊	😊	😊	😊
全半程 - 12.5km 海綿站				
半程 - 15km 水站	😊	😊	😊	😊
全程 - 15km 水站	😊	😊	😊	😊
半程 - 17.5km 海綿站				
全程 - 17.5km( 去程 ) 22.5km( 回程 ) 海綿站				
全程 - 20km 水站	😊	😊	😊	😊
全程 - 25km 水站	😊	😊	😊	😊
全程 - 27.5km 海綿站				
全程 - 30km 水站	😊	😊	😊	😊
全程 - 32.5km 海綿站				
全程 - 35km 水站	😊	😊	😊	😊
全程 - 37.5km 海綿站				
全程 - 40km 水站、半程 - 20km 水站	😊	😊	😊	😊






**裁判名單** List of Referees

仲裁委員召集人：張樹旺(兼)

委員：張樹旺(兼)、黃東元(兼)、吳文治(兼)、廖本立(兼)、許興政(兼)

競賽裁判長：張樹旺(兼)

副裁判長：黃東元(兼)

定點主任裁判：許文章(兼)

定點裁判：游祥誌、周淑玲、廖文權、張德秀、黃武成、吳玉芳、葛文斌、黃嫻穎、郭玫蘭、歐文阡、鄧國楷、張振隆、郭坤怡、王梓睿、林育墩、葉佳蓉、郭麗君、蕭玠如、陳彩鳳、陳天鳳、方惠玉、游慧玲、劉邦國、黃文斗、薛常泮、林美紅、甯淑華、賴宛竺、陳宏昌、林愷琦、游志皓、孫秉鈞、鄭智中、黃俊豪、梁雅媚、楊晴如、許智為、楊國銓、謝文錡、謝佩珊、袁景三、葉錫鑫、何國強、潘勇全、林秀燕、洪志遠、羅利亞、王貴裕、黃靖男、楊宸睿、楊芷瑀、朱鴻昇、陳建文、劉博皇、高雅玲、李仁哲、李佳玲、林歆媛、郭美汝、郭佳枝、陳嘉雯、陳佳霖、呂俊雄、李中正、黃政錄、黃育章、王再福、黃富建、楊佳琇、簡妤禎、顏嘉威、許玳瑀、李麗秋、陳珊妮、余怡鈴

前導主任裁判：張均豪(兼)

**全程馬拉松**男子組前導裁判：1 張均豪、2 蔡焜松

**全程馬拉松**女子組前導裁判：1 張孝晨、2 廖本立

**全程馬拉松**殿後裁判：許文章(兼)

**半程馬拉松**男子組前導裁判：1 許興政、2 廖文鈺

**半程馬拉松**女子組前導裁判：1 余信甫、2 徐光良

**半程馬拉松**殿後裁判：李峻豪

**10 公里**男子組前導裁判：張樹旺(兼)

**10 公里**女子組前導裁判：許文章(兼)

**3 公里**前導裁判：張均豪(兼)

**全程 / 半程**終點裁判：張樹旺(兼)、張麗卿

巡迴主任裁判：許文章(兼)

巡迴裁判：張樹旺(兼)、張均豪(兼)、張孝晨(兼)、余信甫(兼)、歐文阡(兼)、黃俊豪(兼)、梁雅媚(兼)、楊晴如(兼)、許智為(兼)、楊國銓(兼)、謝文錡(兼)、謝佩珊(兼)、楊宸睿(兼)、楊芷瑀(兼)、朱鴻昇(兼)、陳建文(兼)、劉博皇(兼)、高雅玲(兼)、李仁哲(兼)、李依玲(兼)、林歆媛(兼)、郭美汝(兼)、郭佳枝(兼)、陳竑睿、黃正宏、鄭哲

**全程馬拉松**折返點裁判：張韋晨

**半程馬拉松**折返點裁判：張宗挺

**10 公里**折返點裁判：吳文治(兼)

殿後車主任裁判：黃東元(兼)

殿後車裁判：孫惠珠、辜麗芬、許秀涼、李佳勳、江世傑、黃啟峰、陳素秋、劉維禮、張森峰

各定點引導人員合計 75 位



2024年12月31日前  
新申辦首刷享60,000哩



美國運通長榮航空簽帳白金卡

掃描QR Code  
瞭解更多優惠



## 尊榮禮遇

長榮航空官網  
購票優惠指定艙等  
**最優9折**

購買長榮機票、  
海外消費  
**哩程加碼50%**

滿額享每年2次  
長榮班機不限艙等  
**免費升等**

長榮等全球1,400+間  
機場貴賓室  
**無限次使用**

了解更多

貴賓專線 0800-711-588

歡迎致電貴賓專線，由專案代表為您詳細說明

### 注意事項：

- 美國運通長榮航空簽帳白金卡年費NT\$36,800，含1張主卡、2張免費附屬卡。本活動刷卡禮僅適用於即日起至2024年12月31日前新申辦並繳交完整文件之申請人，轉卡或於申辦前兩年內曾持有美國運通(長榮航空)簽帳白金卡者恕不適用。首刷禮「長榮航空哩程50,000哩」與限時加碼禮「長榮航空哩程10,000哩」將於您成功核卡後三個月內，不限金額刷卡一次並繳交年費後，美國運通於您符合獲贈資格後8週內匯至您的「無限萬哩遊」帳戶，與您原有的長榮航空哩程合併計算。哩程之使用規範及限制，以「無限萬哩遊」之規定為準。如持卡未滿一年即取消帳戶，美國運通將追索已贈送之刷卡禮；倘會員帳戶內積分不足時，將以每積分單價新臺幣1元向會員收取不足之積分費用（如：10,000積分=NT\$10,000），最高收取至年費金額。
- 長榮航空官網購票優惠適用艙等、航點及其他限制，皆請參照長榮航空官網說明。須於長榮官網登入長榮航空無限萬哩遊會員，並透過「網路購票>立即購票>選擇使用信用卡優惠」專區刷卡購買；附卡會員須透過美國運通事先登錄並於14個工作日後，方可享有購票優惠。
- 海外消費或簽帳購買長榮航空機票之哩程加碼50%回饋，詳細規範與細則以美國運通長榮航空簽帳白金卡權益總引所載為準。
- 持卡第二年起，凡於前一年度簽帳一般消費滿NT\$120萬(排除不予獲得哩程各項消費及情況)，續卡獲贈兩次單段升等優惠。年度消費計算為核卡月份之前12個月累計總消費，長榮航空將電子升等憑證存放於主卡會員之長榮帳戶內，有效期為一年。
- 主卡及附屬卡會員，搭乘長榮航空實際承運之國際線班機出國，出示美國運通長榮航空簽帳白金卡實體卡片即可免費使用長榮航空自營之桃園、高雄、曼谷機場貴賓室。機場貴賓室之經營權及整修/維護作業均由機場貴賓室負責，美國運通無經營管理權。如機場貴賓室所提供之設備、開放時間、或使用規定有所變動，請依現場所示為準。
- 本頁所載各項優惠之詳細內容與使用條件，以美國運通長榮航空簽帳白金卡活動網頁與權益總引所載為準，歡迎上網查看。

謹慎理財 信用至上

國外運通提現手續費：提領金額1%或新台幣100元(以較高者為準)。其他費用查詢請洽會員服務部。

## 活動流程 Event Rundown

時間 Time	流程 Schedule
<b>起點 - 總統府前廣場 START-Presidential Office Plaza</b>	
AM 04:40	活動開場 Opening
AM 04:50	暖身操 Warm Up
AM 04:58	貴賓介紹及致詞 VIP Speech
AM 05:10	全程組 鳴槍起跑 Race Start-Marathon
AM 05:15	感謝儀式 Gratitude Ceremony
AM 05:25	半程組 鳴槍起跑 Race Start-Half Marathon
AM 05:50	10 公里組 鳴槍起跑 Race Start-10KM
<b>終點 - 大佳河濱公園 FINISH-Dajia Riverside Park</b>	
AM 07:00	嘉年華活動開始 Carnival Activities Start
AM 07:45	10 公里幼苗組 /10 公里組 總成績得獎選手頒獎 Award To The Overall Winners - 10KM Seedling Program /10KM
AM 08:30	3 公里組 鳴槍起跑 Race Start-3KM
AM 09:00	10 公里組 / 半程組 視障組得獎選手頒獎 Award To The Visually Impaired Runners - 10KM/Half Marathon
AM 09:10	半程組 總成績得獎選手頒獎 Award To The Overall Winners - Half Marathon
AM 09:20	全程組 總成績得獎選手頒獎 Award To The Overall Winners - Marathon
AM 10:00	摸彩箱開放投遞 Sweepstakes Box Open For Entry
AM 10:00	摸彩頒獎 (事前抽出) Award To The Draw Before Race Day
AM 10:25	全程組 視障男子組得獎選手頒獎 Award To The Male Visually Impaired Runners - Marathon
AM 10:30	摸彩 Lucky Draw
AM 11:20	全程組 視障女子組得獎選手頒獎 Award To The Female Visually Impaired Runners - Marathon
PM 12:00	活動結束 The End Of The Event

主辦單位有權依現場實際狀況調整流程。





EVA AIR  
 **活動介紹** Event Introduction

指導單位：臺北市政府  
 主辦單位：長榮航空股份有限公司、中華民國路跑協會、中華民國文化休閒運動協會  
 協辦單位：交通部觀光署、臺北市政府體育局  
 承辦單位：大漢集團  
 訓練夥伴：Nike Run Club  
 賽道認證單位：AIMS

賽事日期	2024年10月27日(日)			
場次 / 組別	全程馬拉松組 42.195 公里	半程馬拉松組 21.0975 公里	10 公里組	3 公里組
人數限額	限額 4,000 名	限額 8,000 名	限額 8,000 名	限額 4,000 名
賽事地點	臺北市總統府前廣場			大佳河濱公園
集合時間	04:40	04:50	05:15	08:00
賽事時間 (時間限制)	05:10 (限時 360 分鐘完賽)	05:25 (限時 240 分鐘完賽)	05:50 (限時 120 分鐘完賽)	08:30 (限時 30 分鐘完賽)

**Operation Supervisor** : Taipei City Government  
**Chief Organizer** : EVA AIR、Chinese Taipei Road Running Association (CTRRA)、  
 Chinese Taipei Cultural Leisure & Sport Association  
**Associate Organizers** : Tourism Bureau, MOCT、Department of Sports, Taipei City Government  
**Executive Unit** : dot han Integrated Marketing Corp.  
**Training Partner** : Nike Run Club  
**Race Routes are certified by** : AIMS

Race Date	2024/10/27 (SUN)			
Event	42.195KM Marathon	21.0975KM Half Marathon	10KM	3KM
Maximum Participants	4,000 people	8,000 people	8,000 people	4,000 people
Race Location	Presidential Office Plaza			Dajia Riverside Park
Gathering Time	04:40	04:50	05:15	08:00
Starting Time (Time Limit)	05:10 (360 minutes)	05:25 (240 minutes)	05:50 (120 minutes)	08:30 (30 minutes)

AROMASE  
艾瑪絲

連續3年2021~2023  
 榮獲台灣精品獎肯定!



簡約保養 從清潔開始  
**1瓶洗淨全身肌膚**

專為敏感及問題肌困擾者所研發

5α 捷利爾洗髮沐浴露 3in1



Shampoo Body Wash Facial Cleanser

草本香氛洗淨全身  
 同時療癒身心靈

無皂鹼  
 配方

低敏  
 配方

胺基酸  
 界面活性劑

3in1 功能 **1** 瓶抵多瓶



◀ 了解更多  
 捷利爾髮沐露3in1



◀ 立即綁定LINE好友  
 獲得500元綁定禮





## 獎勵方式 Prizes & Awards

### 【競賽獎勵方式及辦法】

依中華民國所得稅法規定競技競賽機會中獎獎金、獎品價值金額超過新台幣二萬元整(含)以上時，需請我國境內居住之得獎人預繳 10% 稅金；非我國境內居住之得獎人則無論金額多寡，需預繳 20% 方得領獎。

### 【分組方式】

• 全程馬拉松、半程馬拉松將依出生年份分 4 組及男子、女子視障組。

男 61 歲以上	男 51-60 歲	男 36-50 歲	男 17-35 歲	男子 視障組
女 61 歲以上	女 51-60 歲	女 36-50 歲	女 17-35 歲	女子 視障組

- 10 公里組 - 分男、女兩組及男子、女子視障組。
- 3 公里 - 將不計時不列入競賽。

### 【各組獎勵】

各組總名次錄取者，不再列入分組名次計算

#### 1. 【全馬 / 半馬 / 10 公里】各組總名次，頒發獎金及獎狀乙份

組別	全程馬拉松組 男子組 / 女子組	半程馬拉松組 男子組 / 女子組	10 公里組 男子組 / 女子組
第一名	NTD 110,000	NTD 50,000	NTD 8,000
第二名	NTD 70,000	NTD 30,000	NTD 7,000
第三名	NTD 55,000	NTD 16,000	NTD 6,000
第四名	NTD 35,000	NTD 12,000	NTD 5,000
第五名	NTD 25,000	NTD 10,000	NTD 4,000
第六名	NTD 20,000		
第七名	NTD 16,000		
第八名	NTD 14,000		
第九名	NTD 12,000		
第十名	NTD 10,000		

#### 2. 【全馬 / 半馬】各分組名次，頒發獎金及獎狀乙份

組別	全程馬拉松組 依性別 / 年齡分組	半程馬拉松組 依性別 / 年齡分組
第一名	NTD 8,000	NTD 6,000
第二名	NTD 7,000	NTD 5,000
第三名	NTD 6,000	NTD 4,000
第四名	NTD 5,000	NTD 3,000
第五名	NTD 4,000	NTD 2,000

#### 3. 【10 公里幼苗組】各組總名次，頒發獎金及獎狀乙份

年齡限定：2007/9/1-2010/8/31 出生之參賽者

組別	10KM 幼苗組男子組 / 女子組
第一名	NTD 5,000
第二名	NTD 4,000
第三名	NTD 3,000
第四名	NTD 2,000
第五名	NTD 1,000

#### 4. 視障組名次 (不分年齡；分男、女) 頒發獎金及獎狀各乙份

組別	全程馬拉松組 男子組 / 女子組	半程馬拉松組 男子組 / 女子組	10 公里組 男子組 / 女子組
第一名	NTD 8,000	NTD 6,000	NTD 5,000
第二名	NTD 7,000	NTD 5,000	NTD 4,000
第三名	NTD 6,000	NTD 4,000	NTD 3,000
第四名	NTD 5,000	NTD 3,000	NTD 2,000
第五名	NTD 4,000	NTD 2,000	NTD 1,000

#### 5. 全程馬拉松、半程馬拉松各分組錄取名次如下：

每分組按報名人數 1-50 人錄取 2 名，51-100 人錄取 3 名，101-200 人錄取 4 名，201 名以上錄取 5 名，頒發獎金及獎狀各 1 份。

6. 全程馬拉松、半程馬拉松男 61 歲以上者、女 61 歲以上者、視障組，無論報名人數多寡，各錄取前 5 名，頒發獎金及獎狀。
7. 非得獎選手本人(代領者)不得上台領獎，請於獎典組領取獎金及獎狀。領取時必須出示得獎選手之號碼布及身分證明文件(身分證或護照)；各組得獎者限比賽當日活動 12:00 結束前領取，逾時視同放棄。
8. 參加競賽選手，如經檢舉並舉證有使用禁藥事實，經主辦單位查證屬實後，主辦單位有權對外公佈違規者姓名，違規者成績不列入排名、並不發給獎金及獎狀。





**[ Cash Prizes ]**

Cash prizes of more than NTD19,999 will be subject to tax deductions (10% of total amount for ROC citizens and 20% of total amount for non-ROC citizens). Please bring a photocopy of your ID when claiming a cash prize.

**Competition Categories**

• **Full Marathon**, **Half Marathon** Race Categories are divided by age and gender into 4 groups. A special group has been created for visually impaired (VI) runners.

Male 61 years old and above	Male 51 – 60 years	Male 36 - 50 years	Male 17 - 35 years	Male VI runners
Female 61 years old and above	Female 51 - 60 years	Female 36 - 50 years	Female 17 - 35 years	Female VI runners

- The **10KM** Race is divided into male and female groups for regular runners and male and female groups for VI runners.
- **3KM** runners will not be grouped.

**[ Awards ]**

Overall winners will not be awarded additional prizes for their placing in age groups.

**1. Overall Winners (Male / Female)**

	Full Marathon Male / Female	Half Marathon Male / Female	10KM Male / Female
1 <sup>st</sup>	NTD 110,000	NTD 50,000	NTD 8,000
2 <sup>nd</sup>	NTD 70,000	NTD 30,000	NTD 7,000
3 <sup>rd</sup>	NTD 55,000	NTD 16,000	NTD 6,000
4 <sup>th</sup>	NTD 35,000	NTD 12,000	NTD 5,000
5 <sup>th</sup>	NTD 25,000	NTD 10,000	NTD 4,000
6 <sup>th</sup>	NTD 20,000		
7 <sup>th</sup>	NTD 16,000		
8 <sup>th</sup>	NTD 14,000		
9 <sup>th</sup>	NTD 12,000		
10 <sup>th</sup>	NTD 10,000		

**2. Age Group Winners (Male / Female)**

	Full Marathon Male / Female	Half Marathon Male / Female
1 <sup>st</sup>	NTD 8,000	NTD 6,000
2 <sup>nd</sup>	NTD 7,000	NTD 5,000
3 <sup>rd</sup>	NTD 6,000	NTD 4,000
4 <sup>th</sup>	NTD 5,000	NTD 3,000
5 <sup>th</sup>	NTD 4,000	NTD 2,000

**3. 10KM Seedling program (Male/Female)**

Age limit: Runner' s birthdate from September 1st, 2007 to August 31st 2010

	10KM Seedling program Male / Female
1 <sup>st</sup>	NTD 5,000
2 <sup>nd</sup>	NTD 4,000
3 <sup>rd</sup>	NTD 3,000
4 <sup>th</sup>	NTD 2,000
5 <sup>th</sup>	NTD 1,000

**4. Visually Impaired Winners (Male / Female)**

	Full Marathon Male / Female	Half Marathon Male / Female	10KM Male / Female
1 <sup>st</sup>	NTD 8,000	NTD 6,000	NTD 5,000
2 <sup>nd</sup>	NTD 7,000	NTD 5,000	NTD 4,000
3 <sup>rd</sup>	NTD 6,000	NTD 4,000	NTD 3,000
4 <sup>th</sup>	NTD 5,000	NTD 3,000	NTD 2,000
5 <sup>th</sup>	NTD 4,000	NTD 2,000	NTD 1,000

**5. Full Marathon, Half-Marathon By Age Group:**

Cash prizes and certificates of merit will be awarded to the top two finalists when there are fewer than 50 in each category and the top three finalists will be awarded for 51-100 entrants. The top four finalists will be awarded in categories with 101-200 entrants and in those with more than 200, the top five finalists will be awarded.

- 6. For Age groups of "Male and Female runners 61 years old and above" cash prizes and certificates of merit will be awarded to the top 5 finalists regardless of the number of participants. For Visually Impaired Groups, cash prizes and certificates of merit will be awarded to the top 5 finalists.
- 7. Please bring your race bib and a photocopy of your ID or passport with you when claiming your prize. All prize winners must claim and pick-up your prizes prior to the 12 pm closing time on the day of the event or prizes will be forfeited.
- 8. If use of performance-enhancing drugs or other doping behavior is discovered, the organizer will publicize the findings and the runner will not be awarded any prizes or bonuses.





# 高效不斷電 科學補給新策略

國家訓練中心合作夥伴  
專業藥廠研發、國手運動員一致推薦

更輕量

更有效

更有感



補水升級，耐力更有感

## 科學快速補水配方

臨床實證低滲透壓保水率提升至127%<sup>\*\*</sup>，  
更有效保水、運動不易渴。

## 充足、精準電解質含量

每包含442mg鈉、維持運動力量收縮正常

### 專家建議

美國大學運動醫學會建議每小時應攝取  
300-600mg毫克鈉補充。

## 水動能電解質液

科學保水，延續競賽效能



小包裝/3包

12包/450元

### 運動中

每包以250ml水沖泡，一小時補充1包，  
亦可於運動中直接撕開食用。

\*\*台灣臨床研究成果，保水率最高至127%。通過國際專家學者審核認可，刊載於食品科技與醫藥化學前10名影響力之國際期刊《Antioxidants》2020, 9(4), 336。並榮獲台灣運動科學國家獎。

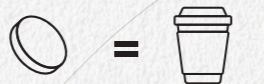
## 雙速咖啡因雙層錠

專利技術，即時專注X延長效能



12錠/盒\$840

小包裝/2錠



1錠提升表現，續航最長8小時<sup>\*</sup>

\*本品緩釋溶速8小時，實際體感因人而異

### 首創兩段速咖啡因釋放技術

立即有感+長時支援，首創專利  
技術，在強度運動下持續更長  
的時間。

### 德國綠茶萃取，溫和持續超耐力

純淨品質通過歐盟食品檢測，更  
溫和、不刺激。

### 國際研究

世界運動機構指南中，咖啡因顯著  
提高耐力表現最高達12%

### 運動前30分鐘使用

運動前30-60分鐘補充，每次1-2錠，  
直接配水吞服。



2024台北馬半馬季軍  
2021全大運10K冠軍

#周鴻宇

“小小一顆威力無比，沒有喝咖啡的不適，  
更有效率提升專注力及運動表現，  
是我每次比賽前的必要補給！”



## 違規與申訴 Violations & Disputes

### 【違規罰則】

- 違反下列規定者將取消比賽成績：
  - 非法接受他人供給飲料或食物。
  - 不遵從裁判引導者。
  - 未將號碼布以別針別在胸前、或無比賽信物者。
  - 嚴禁於比賽行進路線中攜帶寵物、推行娃娃車、滑行直排輪、滑板、滑板車及腳踏車。
  - 比賽進行於賽道中拍照影響其他選手者。
- 違反下列規定者，取消參賽成績並禁止參加主辦單位舉辦之賽事一年及公布其姓名於主辦單位網頁上。
  - 比賽進行中選手借助他人之幫助而獲利者（如乘車、扶持…等）。
  - 報名組別與身分證明資格不符者。
  - 違反運動精神和道德（如打架、辱罵裁判及大會工作人員…等）。
  - 代跑及被代跑者。請勿以任何理由轉讓號碼布於無報名之個人參加比賽。
  - 配戴2個或2個以上晶片者，將被取消資格不予計時，且不發給成績證明。

### 【申訴方式】

- 比賽爭議：競賽中各參賽者不得當場質詢裁判，若與田徑規則有同等意義之註明者，均以裁判為準，不得提出申訴。
- 申訴程序：有關競賽所發生的問題，須於各組別成績公佈十分鐘內，向主辦單位提出，同時繳保證金新台幣參仟元整，由競賽組簽收收執聯；所有申訴以審判委員會之判決為終決，若判決認為無理得沒收其保證金，作為主辦單位賽事基金。

### 【VIOLATIONS】

- Race results for contestants who violate any of the rules below will be disqualified:
  - Accepting drink or food from anyone other than the organizers.
  - Not complying with race officials' instructions.
  - Not attaching the racing bib to the front of your race shirt or improper use of the race timing chip (please follow instructions for fastening your chip).
  - Using in-line skates, skateboards, baby carts or any other rolling devices on the race course, or bringing a pet (dog or cat) on the race course.
  - Interrupting other runners to take photos on the race route.
- Contestants who violate any of the rules listed below will not only have their results disqualified from the competition but be banned from participating in any CTRRA activities or events for one year. Participants are not allowed to:
  - Receive assistance from another person or party during the races.
  - Using false ID information.
  - Violate the spirit of sportsmanship and ethics (e.g. cause a disturbance, insult officials or staff, etc.).
  - Use a substitute or non-registered runner to run the race for you.
  - Use more than one racing chip.

### 【DISPUTES and APPEALS】

- Race Disputes: Runners are not allowed to dispute referees and officials during the races.
- Procedure Appeals: Any dispute about the competition must be brought to the organizers' attention within 10 minutes of your finishing the race and presented at the same time as a NTD3,000 deposit. If the referee jury concludes the dispute is unjustified, the NTD3,000 deposit will not be returned.





長榮航空機上皇璽桂冠艙/桂冠艙/商務艙旅客  
VIP貴賓室指定迎賓果汁

Natural Benefits  
純在

# 用純天然能量 釋FUN你的最佳體驗

衝過終點線  
等你一起來慶祝!

## 柳橙 百香果

全程/半程馬拉松組  
完賽禮  
柳橙的清香結合  
百香果的熱情酸甜  
100%原汁無添加  
單純實在的水果風味



## 蜂蜜檸檬 柳橙汁

10公里/3公里組  
完賽禮  
採用天然龍眼蜜  
搭配在地檸檬和柳橙  
交織出酸甜滋味  
帶來新鮮活力



Natural Benefits

## 公共意外險與注意事項 Insurance & Items of Special Notice

各位親愛的跑友們：運動是保持健康身體的重要元素，請各位視自己跑步當日狀況量力而為，並請於活動前一日做充足的睡眠及當日跑步前2個鐘頭吃早餐。大會為本次活動投保公共意外責任險（所有細節依大會與保險公司簽訂之保險契約為準）

投保項目及金額如下：

- (1) 每一個人體傷責任新臺幣三百萬元
- (2) 每一意外事故體傷責任新臺幣一千五百萬元
- (3) 每一意外事故財務損失責任新臺幣二百萬元
- (4) 本保險契約之最高賠償金額新臺幣三千四百萬元

### 【公共意外責任險承保範圍】

1. 被保險人因在保險期間內發生下列意外事故所致第三人體傷、死亡或第三人財物損害，依法應負賠償責任，而受賠償請求時，本公司對被保險人負賠償之責：

- (1) 被保險人或其受僱人因跑步在本保險單載明之競賽路線上發生之意外事故。(意外事故認定由保險公司判定)
- (2) 被保險人在競賽路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。(意外事故認定由保險公司判定)

2. 特別不保事項：

- (1) 個人疾病導致運動傷害。
- (2) 因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如休克、心臟病、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外責任險只承擔因外來意外所受之傷害理賠。
- (3) 選手如遇與跟第二項所述之疾病之病史，建議選手慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。

3. 如您曾發生過以下病況及有以下疾病狀況，屬猝死高危險群，請諮詢醫師專業的判斷及請勿勉強參加。

不明原因的胸部不適 (胸悶、胸痛)	家族心臟病史 (一等親在 60 歲前發生心臟病或猝死)	突然失去知覺
腎功能異常	不明原因頭暈	糖尿病
不明原因的呼吸困難	高血脂 (總膽固醇 >240mg/Dl)	癲癇
心臟病	高血壓 (>140/90mmHg)	-





**【注意事項】**

1. 安全第一，大會裁判或醫師有權視選手體能狀況，中止選手繼續比賽資格，選手不得有異議。
2. 隨身攜帶身分證明備查。
3. 代跑者及被代跑者一經查明屬實，由裁判長宣佈成績無效外，將禁賽一年及網路上公佈代跑者與被代跑者姓名。
4. 報到完成後，請小心保管參賽物品，遺失恕不再補發。無號碼布及晶片之選手將喪失參賽及領取完賽禮的資格。
5. 完成報名因故無法事先報到及參賽者，於賽後 2024 年 10 月 28 日 ~2024 年 11 月 01 日（上班時間 08：30 ~ 12：00；13：30 ~ 17：30）至中華民國路跑協會領取參賽物資包（不含完賽禮），逾時逾期視同放棄。
6. 僅可由大會（即主辦單位）或其所授權之人獨家拍攝參賽選手之賽事照片，並得使用、利用及公開販售之營業權。非大會（即主辦單位）合作簽約廠商及人士，禁止對參賽選手攝影，錄影後進行販售影像之商業行為。
7. 路線上之橫向路口，將視交通流量彈性開放橫向車輛，請參賽者經過路口時務必聽從裁判與交通員警的指引。
8. 本活動路線及沿途補給站皆經過申請使用，為維持活動品質、保障報名跑者的權益，沒有配戴號碼布的跑者，禁止進入賽道及使用補給站。
9. 大會不允許代跑或轉讓者進入活動區域，如有意外發生無法獲得保險保障並應負相關連帶法律責任。本規程如有未盡之事宜，得由大會修正公佈之。
10. 選手於賽事期間因參與賽事所造成財物損失或體傷，大會將協助處理公共意外險理賠事宜，惟選手已獲得理賠項目、或因特別不保事項、或非屬理賠範圍等事由，不得再向指導單位、主辦單位、承辦單位及贊助單位等要求任何形式之賠償。
11. 跑者及活動參與人員不得攜帶毒品、刀（槍）械、爆裂物等違禁物品進入活動會場。

**[ All runners covered by public incident insurance ]**

Please evaluate your own health condition and consult your physician before participating in the race event if you have any of the following symptoms:

Chest tightness or pain for an unknown reason	Family history of heart disease (sudden death or complications in your first degree of kinship)	Sudden loss of consciousness
Renal Dysfunction	Dizziness for an unknown reason	Diabetes
Expiratory dyspnea for an unknown reason	High cholesterol (total cholesterol > 240mg/DI)	Epilepsy
Heart disease	High blood pressure (> 140/90mmHg)	

**[ PLEASE PAY SPECIAL ATTENTION (please read carefully) ]**

1. Safety First: Referees and doctors have the right to stop any runner from continuing the race out of concern for his/her physical condition or road safety.
2. Please bring your ID with you to the race.
3. If a runner is caught in the race using someone else's bib, both the runner and the bib owner will be disqualified from the race and banned from CTRRA events for one year. The violation and identities of perpetrators will also be publicly announced on related websites.
4. When you pick up your race pack, please be sure you get the matching bib number and race timing chip. No timing chip replacements can be made after pick-up.
5. If you are unable to retrieve your race pack and take part in the race, you can still pick up your race pack by bringing your pick-up notice to the CTRRA office during working hours from OCT 28 – NOV 1, 2024 (Monday to Friday 8:30 to 12:00 and 13:30 to 17:30).
6. Only the organizer or its authorized persons can exclusively take photos of the contestants, have the exclusive business right to use and sell publicly. Manufacturers and individuals who are not co-signed by the organizer are prohibited from taking pictures of the contestants and selling the images after recording.
7. Please be sure to follow traffic officials and referee instructions along the race course and at all turns and intersections throughout the race.
8. To maintain quality of the race event and protect the rights of all runners, you are not allowed to enter the race route unless you are wearing your bib.
9. Any runner who participates on behalf of another individual or as a substitute will be responsible for complete liability of insurance claims if an accident occurs.
10. If a participant suffers loss of property or physical injury, the organizer will assist with insurance claims. You cannot request compensation from the operation supervisor, chief organizer, associate organizer or any event sponsors.
11. Runners and event participants are strictly prohibited from bringing illegal items to the race venue. Prohibited items include illegal drugs, knives, guns, explosives or any other kind of weapon or prohibited dangerous item.





**EVA AIR**  
接駁車路線 Shuttle Bus

請遵守排隊動線，勿任意插隊！共同維持良好友善搭車心情！  
**Please wait when in queue and do not cut in line!**

本次路線起點為總統府前廣場，終點為大佳河濱公園巨蛋廣場，大會將於終點會場提供接駁巴士服務。

The starting point of the event is at the plaza in front of Presidential Office, the finish point is at the Dajia Riverside Park Dome Square. The organizer will be providing shuttle bus services at the terminal venue.

起迄點 Location	發車時間 Departure Time	備註 Remark
去程： 捷運圓山站 (玉門街)(近捷運1號出口) → 大佳河濱公園 From: Yuanshan MRT Station To: DaJia Riverside Park	07:00-07:30	3K 組憑號碼布優先上車。 坐滿發車，逾時不候。 The 3K group will get priority on the bus with their bib number. The bus departs as soon as seats are filled.
回程 1：圓山線 9 號水門內馬賽克牆旁_小圓圈停車場 → 捷運圓山站 (玉門街)(近捷運1號出口) From: Inside of Gate No.9 next to the Mosaic Wall at Circular Parking Lot To: MRT Yuanshan Station	08:00-12:00	第一班 08:00 開始開放搭乘，坐滿即發車。 最後一班 12:00 發車，逾時不候。 The first bus ride starts boarding at 08:00 and departs as soon as seats are filled. The last bus departs at 12:00 sharp.
回程 2：臺大醫院線 8 號水門外 (濱江街)_大佳國小公車站 → 總統府 (捷運臺大醫院對面公車站) From: Outside of Gate No.8 (Binjiang St.) at Dajia Elementary School Bus Stop To: Presidential Office Building	08:00-12:00	第一班 08:00 開始開放搭乘，坐滿即發車。 最後一班 12:00 發車，逾時不候。 The first bus ride starts boarding at 08:00 and departs as soon as seats are filled. The last bus departs at 12:00 sharp.

【去程】接駁車上車處 【OUTBOUND】 SHUTTLE PICK-UP



【回程】接駁車上車處 【INBOUND】 SHUTTLE PICK-UP





meiji

SAVAS

超越自己  
選擇 SAVAS

40 年歷史與信賴，運動蛋白粉補充首選

✓ 優質紐西蘭乳源

✓ 4 種關鍵維生素

✓ 獨特均質造粒技術

✓ 無添加防腐劑



\*Intage SRI 2022 年 1 月 ~ 2022 年 12 月  
日本蛋白質市場累積銷售金額



台灣明治食品股份有限公司 | 消費者諮詢專線：0800-025-125

※禁藥措施：本公司製品針對世界反禁藥組織 (WADA) 公告及運動賽事禁用之 250 種以上物質進行定期性監測及測試，以確保污染風險最低化。該檢測委由擁有 55 年反禁藥檢測經驗之世界知名反禁藥實驗室 LGC 進行。

SAVAS 代言人



SAVAS 官網



SAVAS FB



SAVAS IG

號碼布顏色及佩戴位置  
Bib Color & Number Cloth Position

【號碼布顏色】

1. 號碼布顏色代表參賽者所參加之項目
2. 若參賽者參賽未依照所報名之項目，大會將取消參賽者資格並不提供成績證明。
3. 大會工作人員有權禁止未佩戴 2024 長榮航空城市觀光馬拉松賽有效號碼布者進行比賽。
4. 號碼布不得轉讓他人使用，違者視同代跑行為，經查明屬實，由裁判宣布成績無效外，令禁賽一年並於網路上公佈代跑者及被代跑者姓名。
5. 每張號碼布僅此一份，請妥善保管，遺失或未帶恕無法補發。

男子

全程馬拉松 / Marathon



女子

全程馬拉松 / Marathon



3 公里 / 3KM



男子

半程馬拉松 / Half Marathon



女子

半程馬拉松 / Half Marathon



男子

10 公里 / 10KM



女子

10 公里 / 10KM



【號碼布佩戴位置】

比賽期間，參賽者需將號碼布佩戴於可容易識別之胸前位置，以便工作人員辨識，未依規定佩戴者，大會將不提供成績計算並取消參賽資格。

【Bib Color】

1. The color of the bib represents the race category in which the participant is successfully registered in.
2. If a participant runs in an event other than the one registered for, he or she will be disqualified without a certificate of completion.
3. Person without a valid bib number cloth for 2024 Eva Air Marathon will be debarred from running by officials.
4. Bib numbers are non-transferable. Violator will be disqualified from the race and being banned from participating in any CTRRA event for a period of one year, the violation identities will also be publicly announced on related website.
5. Make sure your bib is safely kept. If lost or forgotten, replacements will not be issued

【Race Bib Placement】

Race bibs should be pinned on the chest or abdomen facing front and must be clearly visible at all times during the race. Failure to wear the bib as required will result in disqualification and the participant's results will not be recorded.





## 晶片使用說明 Timing Chip Instruction

「2024 長榮航空城市觀光馬拉松」將提供競賽組選手晶片計時服務。所有使用晶片計時的選手都必須依照大會指定的路線並於指定的起跑點起跑，自選手們通過起跑點地墊的那一刻起，選手們在起點和終點的時間都將透過晶片感應而被紀錄。因此，請使用晶片計時的選手們切記通過地墊時千萬不能停止跑步，並確定通過沿線的每一個地墊。無任一晶片檢查點時間紀錄者將取消資格，不予計時。



1. 選手應將晶片繫繫於右腳鞋帶上，並盡量把晶片綁於靠近鞋尖的位置。將鞋帶穿過收發器的圓弧形洞口，並將鞋帶收緊。鞋帶收緊時，請選手確保晶片發線圈所向的位置是正前方。嚴禁使用金屬性物品固定晶片。如無依規定使晶片綁在鞋子上將導致晶片無法被讀取，亦無法紀錄成績。佩帶 2 個或 2 個以上晶片者，將被取消資格，不予計時，不發給成績證明。
2. 依據世界田徑技術規則 19.24.5 規定，選手起跑時間為鳴槍時間。大會將依據鳴槍開跑時間開始計算時間記錄，並依據此時間記錄做為選手名次成績統計之判定。
3. 請選手衡量自身實力，切勿爭先恐後，發揮運動家精神，禮讓實力較佳選手優先出發。
4. 請選手準時出發，超過起跑時間 15 分鐘後出發者，大會有權禁止其出發及不予計算成績。
5. 本活動使用之晶片為單次使用拋棄式晶片，不需歸還亦不能用於其他賽事。

# NO CHIP NO TIME!

Participants in the marathon, half marathon, and 10km events will have their times recorded using a timing chip. You must only start from the designated starting point and at the designated time. The mats are placed both at the start and finish line. Your net start time is recorded as you pass over the mats placed at the start line; your finish time recorded as you pass over the mats placed at the finish line. It is important to make sure that you run across each mat without stopping. Those who misses a time at any of the checkpoints will be disqualified and no time will be recorded.

1. The timing chip should preferably be attached to the lace on your right shoe and as close as possible to the tip of the shoe. Loop the shoelace through the square holes of the timing chip and pull it tightly to the shoe. The central tube of the timing chip should be pointing in the "running direction". Chips not attached properly may result in failure of reading the time. Runners wearing 2 or more chips will be disqualified and will not have their time recorded.
2. Per World Athletics (WA) regulations (Article 19.24.5), gun times shall be used for calculating the race times and rankings.
3. Keep to your right and allow faster runners to pass.
4. Runners who have not crossed the starting mat within 15 minutes after the start of the race shall not be included the race results.
5. Timing chips in this event is single-use only. It does not have to be returned nor can it be used in other events.

## 衣物保管寄物及領取 Bag Check Service

### 【各組寄、領地點、時間一覽表 Bag Check Timetable & Locations】

寄物位置 Bag Storage Location：總統府前 Presidential Plaza (起點 Starting Point)

賽事項目 Race Event	寄物時間 Bag Check Time	發車時間 Departure Time	領取時間 Collecting Time	領取位置 - 大佳河濱公園 Collecting Location
全程馬拉松組 Marathon 42.195KM	04:00-05:00	<b>05:05</b>	07:00-12:00	近 8 號水門 Close to Dajia Riverside Park Gate NO.8
半程馬拉松組 Half Marathon 21.0975KM	04:00-05:00	<b>05:05</b>	07:00-10:00	近 9 號水門 Close to Dajia Riverside Park Gate NO.9
10 公里組 10 KM	04:20-05:20	<b>05:25</b>	07:00-09:00	9 號水門馬賽克牆旁 Dajia Riverside Park Gate NO.9
3 公里組 3KM	07:20-08:20	<b>X</b>	09:00-10:00	寄、領物 - 大佳河濱公園 9 號水門馬賽克牆旁 Dajia Riverside Park Gate NO.9

項目 Event	衣保車編號 Truck Number	號碼布編號 Bib Number	項目 Event	衣保車編號 Truck Number	號碼布編號 Bib Number
42KM 衣物保管車 42KM Bag Storage Truck	1 車	01001-01990	21KM 衣物保管車 21KM Bag Storage Truck	12 車	12001-12900
	2 車	02000-02999		13 車	13001-13900
	3 車	03000-03999		14 車	14001-14999
	4 車	04000-04850		15 車	15000-15999
21KM 衣物保管車 21KM Bag Storage Truck	5 車	05001-05900		16 車	16000-16999
	6 車	06001-06900		17 車	17000-17999
	7 車	07001-07900		18 車	18000-18999
	8 車	08001-08900		19 車	19000-19999
	9 車	09001-09900		20 車	20000-20999
	10 車	10001-10900		21 車	21000-21999
	11 車	11001-11900			

\* 為快速寄物，若無大會衣物保管袋 (同規格不同色亦可)，可至賽前報到或賽事當天現場購買，防潑款 NT\$250 元 (中華民國路跑協會所舉辦之活動可重複使用)。

\* 衣物保管袋符合規範說明：大會專屬衣保袋規格 (尺寸說明：長 63cm\* 寬 24cm\* 高 39cm ±3cm)、全拉鍊式 (確保衣物不掉落)、須有放置衣保卡透明袋 (尺寸說明：長 23cm\* 寬 15cm ±3cm) 設計。

\* Designated storage bag is required for bag check. Water-resistant storage bags can be purchased for NTD\$250/each at pre-race check in venue or on the event day at bag check area. (This designated storage bag can be used in all of CTRRA races.)

\* Storage bag specification : L63cm\*W24cm\*H39cm, ±3cm) 、fully zipped with a clear pocket for inserting bag storage card : L23cm\*W15cm, ±3cm)

衣保車將準時發車前往大佳河濱公園，請於各組別在時間內完成寄物手續，逾時不候！

\* 恕無法寄存電子產品、貴重物品、易碎品、生鮮食品、長傘 (折傘可)、危險物品等物品。此外若發生貴重物品遺失之情形，主辦方不承擔責任，敬請留意。衣物保管袋遺失最高賠償金額新台幣 1,000 元整。

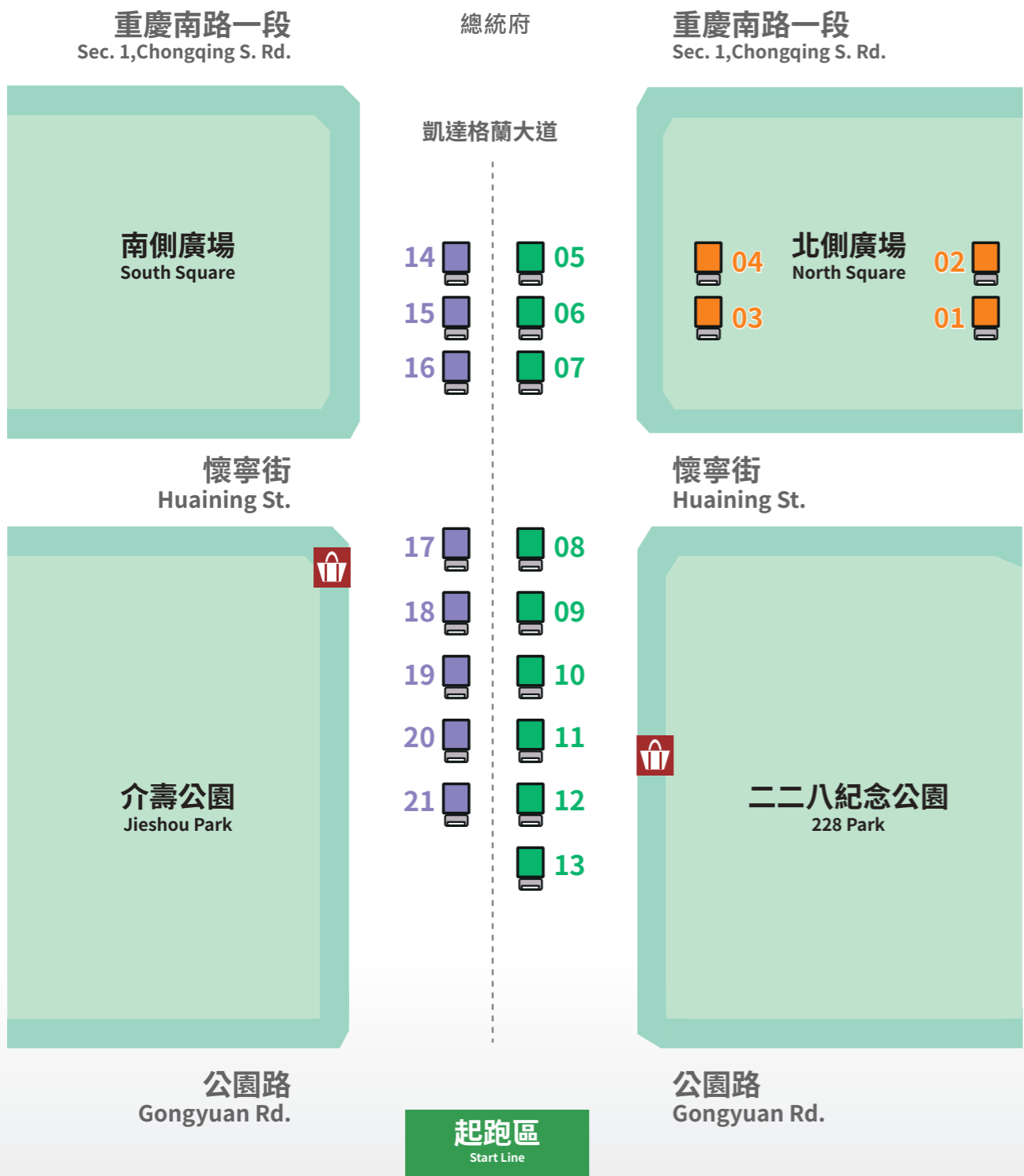
Please drop-off your bag before the closing time. Storage trucks will depart for Dajia Riverside Park on time.

\*CTRRA will not be responsible for lost items. Do not store any valuable belongings. The maximum claim of lost baggage checked is NTD\$1000.



EVA AIR  
**衣物保管車起點位置圖**  
 Bag Storage Truck Starting Point Site Map

大會專用寄物袋 (兩區) Designated Storage Bag (2 Zones)



ZALORA  
 ASIA'S FASHION EXPERT



掃描 QR 碼下載  
 ZALORA TAIWAN APP  
 時尚潮流網購首選平台



2024  
 10.27  
 台北開跑

EVA AIR





# 各路口管制時間表

Intersection Traffic Control Schedule

2024 長榮航空城市觀光馬拉松 - 全程各路口公里位置限制時間表

編號	路名	大約公里位置	42.195 公里 05:10~11:10 止限時 6 小時	
			領先群選手 通過時間 約 1 公里 約 3 分鐘	最後選手 通過時間 約 1 公里 約 8.5 分鐘
1	凱達格蘭大道 - 中山南路口	135m	05:11	05:18:30
2	中山南路 - 貴陽街口	203m	05:11	05:18:30
3	中山南路 - 愛國東路口	581m	05:12	05:18:30
4	愛國東路 - 林森南路口	846m	05:13	05:18:30
5	愛國東路 - 寧波東街口	991m	05:13	05:18:30
6	愛國東路 - 杭州南路口	1.2Km	05:16	05:27
7	杭州南路 - 信義路口	1.6Km	05:16	05:27
8	信義路 - 紹興南街口	1.7Km	05:16	05:27
9	信義路 - 林森南路口	1.9Km	05:16	05:27
10	信義路 - 中山南路口	2.3Km	05:19	05:35:30
11	中山南路 - 仁愛路口	2.4Km	05:19	05:35:30
12	仁愛路 - 林森南路口	2.7Km	05:19	05:35:30
13	仁愛路 - 紹興南街口	2.9Km	05:19	05:35:30
14	仁愛路 - 杭州南路口	3.1Km	05:22	05:44
15	仁愛路 - 金山南路口	3.4Km	05:22	05:44
16	金山南路 - 濟南路口	3.7Km	05:22	05:44
17	新生高架 (金山匝道) 往北	3.8km	05:22	05:44
18	新生高架 (八德匝道) 往北	4.3km	05:25	05:52:30
19	新生高架 (長安匝道) 往北	5km	05:25	05:52:30
20	新生高架 (民權匝道) 往北	6.5km	05:31	06:09:30
21	新生高架 (民族匝道) 往北	7.2km	05:34	06:18
22	新生高架 (北安匝道) 往北	7.6km	05:34	06:18
23	新生高架 (下北安路匝道) - 中山北路	7.9Km	05:34	06:18
24	忠烈祠圓環	8.6Km	05:37	06:26:30
25	北安路 - 明水路口	9.2Km	05:40	06:35
26	明水路 - 大直橋下	9.7Km	05:40	06:35

編號	路名	大約公里位置	42.195 公里 05:10~11:10 止限時 6 小時	
			領先群選手 通過時間 約 1 公里 約 3 分鐘	最後選手 通過時間 約 1 公里 約 8.5 分鐘
27	明水路 - 大直橋 (匝道) 引道下	10.1Km	05:43	06:43:30
28	明水路 - 樂群一路口	10.4Km	05:43	06:43:30
29	樂群一路 - 敬業三路口	10.9Km	05:43	06:43:30
30	基 16 美堤疏散門	10.9km	05:43	06:43:30
31	樂群一路 - 基湖路口	11.5Km	05:46	06:52
32	樂群一路 - 堤頂大道口	12.1Km	05:49	07:00:30
33	堤頂大道 - 港墘路口	12.5Km	05:49	07:00:30
34	汐五高架南下堤頂入口匝道	12.5Km	05:49	07:00:30
35	堤頂大道 - 舊宗路口	12.8Km	05:49	07:00:30
36	汐五高架北上堤頂出口匝道	13.4Km	05:52	07:09
37	堤頂大道 - 民權大橋下	13.7Km	05:52	07:09
38	環東高架 (逆向) 堤頂大道出口匝道上 (去程)	13.8Km	05:52	07:09
39	環東高架 (逆向) 堤頂大道出口匝道上 (回程)	15.3Km	05:58	07:26
40	全程折返點	19.2Mm	06:10	08:00
41	環東高架 (逆向) 堤頂大道出口匝道上 (回程)	23.2Km	06:22	08:34
42	環東高架 - 麥帥二橋口	24.3Km	06:25	08:42:30
43	麥帥二橋 - 健康匝道出口匝道	24.8Km	06:25	08:42:30
44	健康路 - 寶清街口	25.08Km	06:28	08:51
45	健康路 - 塔悠路口	25.3Km	06:28	08:51
46	塔悠路 - 延壽街口	25.6Km	06:28	08:51
47	塔悠路 - 基 5 疏散門 (去程)	25.8Km	06:28	08:51
48	左岸麥帥一橋牽引道橋下 (去程)	26.5Km	06:31	08:59:30
49	饒河疏散門	27.2Km	06:34	09:08
50	左岸彩虹河濱公園成美橋下	28Km	06:34	09:08
51	左岸彩虹河濱公園成功橋下	29.1Km	06:40	09:25
52	左岸南湖大橋牽引道橋下	31.3Km	06:46	09:42
53	右岸南湖大橋牽引道橋下	32.2Km	06:49	09:50:30
54	右岸南湖河濱公園 - 基 12 疏散門	33.6Km	06:52	09:59



編號	路名	大約公里位置	42.195 公里 05:10~11:10 止限時 6 小時	
			領先群選手 通過時間 約 1 公里 約 3 分鐘	最後選手 通過時間 約 1 公里 約 8.5 分鐘
55	右岸成美河濱公園成功橋下	34.05Km	06:55	10:07:30
56	右岸成美河濱公園成美橋下	35.04Km	06:58	10:16
57	右岸彩虹橋前方 LOVE 藝術裝置物	35.7Km	06:58	10:16
58	右岸麥帥一橋牽引道橋下	36.1Km	07:01	10:24:30
59	左岸麥帥一橋牽引道橋下 (回程)	36.7Km	07:01	10:24:30
60	塔悠路 - 基 5 疏散門 (回程)	37.4Km	07:04	10:33
61	左岸觀山河濱公園民權大橋下	38Km	07:04	10:33
62	左岸觀山河濱公園 086 燈桿分岔路口	38.1Km	07:07	10:41:30
63	左岸觀山河濱公園國一中山高橋下	38.7Km	07:07	10:41:30
64	迎風狗狗運動公園 - 塗鴉牆分岔處口	40Km	07:10	10:50
65	迷你高爾夫球場自行車道口	40.6Km	07:13	10:58:30
66	迎風河濱公園防汛道路 - 基 7 疏散門	41.1Km	07:16	11:07
67	終點 - 過大直橋 (26 號汽車停車格旁)	42.195Km	07:17	11:10

2024 長榮航空城市觀光馬拉松 - 半程各路口公里位置限制時間表

編號	路名	大約公里位置	21.0975 公里組 05:25~09:25 止限時 4 小時	
			領先群選手 通過時間 約 1 公里 約 3 分鐘	最後選手 通過時間 約 1 公里 約 11 分鐘
1	凱達格蘭大道 - 中山南路口	135m	05:26	05:36
2	中山南路 - 貴陽街口	203m	05:26	05:36
3	中山南路 - 愛國東路口	581m	05:27	05:36
4	愛國東路 - 林森南路口	846m	05:28	05:36
5	愛國東路 - 寧波東街口	991m	05:28	05:36
6	愛國東路 - 杭州南路口	1.2Km	05:31	05:47
7	杭州南路 - 信義路口	1.6Km	05:31	05:47
8	信義路 - 紹興南街口	1.7Km	05:31	05:47
9	信義路 - 林森南路口	1.9Km	05:31	05:47
10	信義路 - 中山南路口	2.3Km	05:34	05:58
11	中山南路 - 仁愛路口	2.4Km	05:34	05:58
12	仁愛路 - 林森南路口	2.7Km	05:34	05:58
13	仁愛路 - 紹興南街口	2.9Km	05:34	05:58
14	仁愛路 - 杭州南路口	3.1Km	05:37	06:09
15	仁愛路 - 金山南路口	3.4Km	05:37	06:09
16	金山南路 - 濟南路口	3.7Km	05:37	06:09
17	新生高架 (金山匝道) 往北	3.8km	05:37	06:09
18	新生高架 (八德匝道) 往北	4.3km	05:40	06:20
19	新生高架 (長安匝道) 往北	5km	05:40	06:20
20	新生高架 (民權匝道) 往北	6.5km	05:46	06:42
21	新生高架 (民族匝道) 往北	7.2km	05:49	06:53
22	新生高架 (北安匝道) 往北	7.6km	05:49	06:53
23	新生高架 (下北安路匝道) - 中山北路	7.9Km	05:49	06:53
24	忠烈祠圓環	8.6Km	05:52	07:04
25	北安路 - 明水路口	9.2Km	05:55	07:15
26	明水路 - 大直橋下	9.7Km	05:55	07:15



編號	路名	大約公里位置	21.0975 公里組 05:25~09:25 止 限時 4 小時	
			領先群選手 通過時間 約 1 公里 約 3 分鐘	最後選手 通過時間 約 1 公里 約 11 分鐘
27	明水路 - 大直橋 ( 匝道 ) 引道下	10.1Km	05:58	07:26
28	明水路 - 樂群一路口	10.4Km	05:58	07:26
29	樂群一路 - 敬業三路口	10.9Km	05:58	07:26
30	基 16 美堤疏散門	10.9km	05:58	07:26
31	樂群一路 - 基湖路口	11.5Km	06:01	07:37
32	樂群一路 - 堤頂大道口	12.1Km	06:04	07:48
33	堤頂大道 - 港墘路口	12.5Km	06:04	07:48
34	汐五高架南下堤頂入口匝道	12.5Km	06:04	07:48
35	堤頂大道 - 舊宗路口	12.8Km	06:04	07:48
36	汐五高架北上堤頂出口匝道	13.4Km	06:07	07:59
37	堤頂大道 - 民權大橋下	13.7Km	06:07	07:59
38	堤頂大道 - 麥帥二橋入口匝道	14.1Km	06:10	08:10
39	麥帥二橋 - 健康匝道出口匝道	14.9Km	06:10	08:10
40	健康路 - 寶清街口	15.2Km	06:13	08:21
41	健康路 - 塔悠路口	15.5Km	06:13	08:21
42	塔悠路 - 延壽街口	15.8Km	06:13	08:21
43	塔悠路 - 基 5 疏散門	16Km	06:13	08:21
44	塔悠路 - 民生東路口	16.1km	06:16	08:32
45	塔悠路 - 民權大橋下	16.5Km	06:16	08:32
46	塔悠路 - 基 6 疏散門 ( 去程 )	16.7Km	06:16	08:32
47	半程折返點	17.1Km	06:19	08:43
48	塔悠路 - 基 6 疏散門 ( 回程 )	17.6Km	06:19	08:43
49	觀山河濱公園防汛道路接自行車道 50I 處	17.8Km	06:19	08:43
50	迎風狗狗運動公園圓環處	18.7Km	06:22	08:54
51	迎風狗狗運動公園 - 塗鴉牆分岔處口	18.8Km	06:22	08:54
52	迷你高爾夫球場自行車道口	19.5Km	06:25	09:05
53	迎風河濱公園防汛道路 - 基 7 疏散門	20Km	06:25	09:05
54	終點 - 過大直橋 (26 號汽車停車格旁)	21.0975Km	06:29	09:25

2024 長榮航空城市觀光馬拉松 -10 公里各路口公里位置限制時間表

編號	路名	大約公里位置	10 公里組 05:50-07:50 止 限時 :2 小時	
			領先群選手 通過時間 約 1 公里 約 3 分鐘	最後選手 通過時間 約 1 公里 約 12 分鐘
1	凱達格蘭大道 - 中山南路口	135m	05:51	06:02
2	中山南路 - 貴陽街口	203m	05:51	06:02
3	中山南路 - 愛國東路口	581m	05:52	06:02
4	愛國東路 - 林森南路口	846m	05:53	06:02
5	愛國東路 - 寧波東街口	991m	05:53	06:02
6	愛國東路 - 杭州南路口	1.2Km	05:56	06:02
7	杭州南路 - 信義路口	1.6Km	05:56	06:02
8	信義路 - 紹興南街口	1.7Km	05:56	06:02
9	信義路 - 林森南路口	1.9Km	05:56	06:02
10	信義路 - 中山南路口	2.3Km	05:59	06:26
11	中山南路 - 仁愛路口	2.4Km	05:59	06:26
12	仁愛路 - 林森南路口	2.7Km	05:59	06:26
13	仁愛路 - 紹興南街口	2.9Km	05:59	06:26
14	仁愛路 - 杭州南路口	3.1Km	06:02	06:38
15	仁愛路 - 金山南路口	3.4Km	06:02	06:38
16	金山南路 - 濟南路口	3.7Km	06:02	06:38
17	新生高架 ( 金山匝道 ) 往南	3.8km	06:02	06:38
18	新生高架 ( 八德 - 忠孝匝道 ) 往南	4.3Km	06:05	06:50
19	新生高架 ( 長安東路匝道 ) 往南	5Km	06:05	06:50
20	新生高架 ( 長春路匝道 ) 往南	5.6Km	06:08	07:02
21	新生高架 ( 濱江街匝道 ) 往南	7.3Km	06:14	07:26
22	10 公里折返點	7.7Km	06:14	07:26
23	大佳河濱公園 ( 高速公路橋下 )	9Km	06:17	07:38
24	終點 - 升旗桿	10Km	06:20	07:50





### 42.195 KM Marathon Traffic Controls

#	Intersections	Distance		Lastest time to pass intersections
1	Ketagalan Boulevard-Zhongshan S. Rd.	135m	05:11	05:18:30
2	Zhongshan S. Rd.-Guiyang Rd.	203m	05:11	05:18:30
3	Zhongshan S. Rd.-Aiguo E. Rd.	581m	05:12	05:18:30
4	Aiguo E. Rd.-Linsen S. Rd.	846m	05:13	05:18:30
5	Aiguo E. Rd.-Ningbo E. St.	991m	05:13	05:18:30
6	Aiguo E. Rd.-Hangzhou S. Rd.	1.2Km	05:16	05:27
7	Hangzhou S. Rd.-Xinyi Rd.	1.6Km	05:16	05:27
8	Xinyi Rd.-Shaoxing S. St.	1.7Km	05:16	05:27
9	Xinyi Rd.-Linsen S. Rd.	1.9Km	05:16	05:27
10	Xinyi Rd.-Zhongshan S. Rd.	2.3Km	05:19	05:35:30
11	Zhongshan S. Rd.-Renai Rd.	2.4Km	05:19	05:35:30
12	Renai Rd.-Linsen S. Rd.	2.7Km	05:19	05:35:30
13	Renai Rd.-Shaoxing S. St.	2.9Km	05:19	05:35:30
14	Renai Rd.-Hangzhou S. Rd.	3.1Km	05:22	05:44
15	Renai Rd.-Jinshan S. Rd.	3.4Km	05:22	05:44
16	Jinshan S. Rd.-Jinan Rd.	3.7Km	05:22	05:44
17	Xinsheng Viaduct (Jinshan Ramp) North bound	3.8km	05:22	05:44
18	Xinsheng Viaduct (Bade Ramp) North bound	4.3km	05:25	05:52:30
19	Xinsheng Viaduct (Changan Ramp) North bound	5km	05:25	05:52:30
20	Xinsheng Viaduct (Minquan Ramp) North bound	6.5km	05:31	06:09:30
21	Xinsheng Viaduct (Minzu Ramp) North bound	7.2km	05:34	06:18
22	Xinsheng Viaduct (Beian Ramp) North bound	7.6km	05:34	06:18
23	Xinsheng Viaduct (Get off at Beian Rd. Ramp)-Zhongshan N. Rd.	7.9Km	05:34	06:18
24	Martyr Shrine Roundabout	8.6Km	05:37	06:26:30
25	Beian Rd.-Mingshui Rd.	9.2Km	05:40	06:35
26	Mingshui Rd.-Under Dazhi Bridge	9.7Km	05:40	06:35
27	Mingshui Rd.-Dazhi Bridge Ramp	10.1Km	05:43	06:43:30
28	Mingshui Rd.-Lequn 1st Rd.	10.4Km	05:43	06:43:30
29	Lequn 1st Rd.-Jingye 3rd Rd.	10.9Km	05:43	06:43:30

### 42.195 KM Marathon Traffic Controls

#	Intersections	Distance		Lastest time to pass intersections
30	No.16 Meiti Water Gate	10.9km	05:43	06:43:30
31	Lequn 1st Rd.- Jihu Rd.	11.5Km	05:46	06:52
32	Lequn 1st Rd.-Tiding Blvd.	12.1Km	05:49	07:00:30
33	Tiding Blvd.- Gangqian Rd.	12.5Km	05:49	07:00:30
34	Xiwu Overpass South Bound Tiding Entrance Ramp	12.5Km	05:49	07:00:30
35	Tiding Blvd.- Jiuzong Rd.	12.8Km	05:49	07:00:30
36	Xiwu Overpass North Bound Tiding Off Ramp	13.4Km	05:52	07:09
37	Tiding Blvd.- Minquan Bridge	13.7Km	05:52	07:09
38	Huandong Viaduct Tiding Blvd. Off Ramp	13.8Km	05:52	07:09
39	Huandong Viaduct Tiding Blvd. Off Ramp(outbound)	15.3Km	05:58	07:26
40	Marathon Turn Around Point	19.2Mm	06:10	08:00
41	Huandong Tiding Blvd. Off Ramp(inbound)	23.2Km	06:22	08:34
42	Huandong Viaduct-McArthur No.2 Bridge Entrance	24.3Km	06:25	08:42:30
43	McArthur No.2 Bridge-Jiankang Off Ramp	24.8Km	06:25	08:42:30
44	Jiankang Rd.- Baoqing St.	25.08Km	06:28	08:51
45	Jiankang Rd.- Tayou Rd.	25.3Km	06:28	08:51
46	Tayou Rd.- Yanshou St	25.6Km	06:28	08:51
47	Tayou Rd.-No.5 Water Gate(outbound)	25.8Km	06:28	08:51
48	Left Bank McArthur No.1 Bridge Approach Lane(outbound)	26.5Km	06:31	08:59:30
49	Raohe Evacuation Gate	27.2Km	06:34	09:08
50	Left Bank Rainbow Riverside Park Underneath Chengmei Bridge	28Km	06:34	09:08
51	Left Bank Rainbow Riverside Park Underneath Chenggong Bridge	29.1Km	06:40	09:25
52	Left Bank Nanhu Bridge Approach Lane	31.3Km	06:46	09:42
53	Right Bank Nanhu Bridge Approach Lane	32.2Km	06:49	09:50:30
54	Right Bank Nanhu Riverside Park-No.12 Water Gate	33.6Km	06:52	09:59
55	Right Bank Chengmei Riverside Park Underneath Chenggong Bridge	34.05Km	06:55	10:07:30





#	Intersections	Distance		Lastest time to pass intersections
56	Right Bank Chengmei Riverside Park Underneath Chengmei Bridge	35.04Km	06:58	10:16
57	Right Bank Rainbow Bridge-LOVE art fixture	35.7Km	06:58	10:16
58	Right Bank McArthur No.1 Bridge Approach Lane	36.1Km	07:01	10:24:30
59	Left Bank McArthur No.1 Bridge Approach Lane(inbound)	36.7Km	07:01	10:24:30
60	Tayou Rd.- No.5 Water Gate(inbound)	37.4Km	07:04	10:33
61	Left Bank Guanshan Riverside Park underneath Minquan Bridge	38Km	07:04	10:33
62	Left Bank Guanshan Riverside Park Light Pole 086	38.1Km	07:07	10:41:30
63	Left Bank Guanshan Riverside Park-underneath the Freeway	38.7Km	07:07	10:41:30
64	Yingfeng Riverside Dog Park-Graffiti Wall	40Km	07:10	10:50
65	Mini Golf Course Bike Lane Entrance	40.6Km	07:13	10:58:30
66	Yingfeng Riverside Park-No.7 Water Gate	41.1Km	07:16	11:07
67	Finish point-Dazhi Bridge	42.195Km	07:17	11:10

meiji

日本能量果凍超人氣

即攻元氣®

4種  
維他命B群

胺基酸



蜂王乳

檸檬酸

即刻補充滿滿元氣



Facebook



Instagram

台灣明治食品股份有限公司 | 消費者諮詢專線: 0800-025125

2024  
10.27  
台北開跑

EVA AIR





### 21.0975KM Half Marathon Traffic Controls

#	Intersections	Distance		Lastest time to pass intersections
1	Ketagalan Boulevard-Zhongshan S. Rd.	135m	05:26	05:36
2	Zhongshan S. Rd.-Guiyang Rd.	203m	05:26	05:36
3	Zhongshan S. Rd.-Aiguo E. Rd.	581m	05:27	05:36
4	Aiguo E. Rd.-Linsen S. Rd.	846m	05:28	05:36
5	Aiguo E. Rd.-Ningbo E. St.	991m	05:28	05:36
6	Aiguo E. Rd.-Hangzhou S. Rd.	1.2Km	05:31	05:47
7	Hangzhou S. Rd.-Xinyi Rd.	1.6Km	05:31	05:47
8	Xinyi Rd.-Shaoxing S. St.	1.7Km	05:31	05:47
9	Xinyi Rd.-Linsen S. Rd.	1.9Km	05:31	05:47
10	Xinyi Rd.-Zhongshan S. Rd.	2.3Km	05:34	05:58
11	Zhongshan S. Rd.-Renai Rd.	2.4Km	05:34	05:58
12	Renai Rd.-Linsen S. Rd.	2.7Km	05:34	05:58
13	Renai Rd.-Shaoxing S. St.	2.9Km	05:34	05:58
14	Renai Rd.-Hangzhou S. Rd.	3.1Km	05:37	06:09
15	Renai Rd.-Jinshan S. Rd.	3.4Km	05:37	06:09
16	Jinshan S. Rd.-Jinan Rd.	3.7Km	05:37	06:09
17	Xinsheng Viaduct (Jinshan Ramp) North bound	3.8km	05:37	06:09
18	Xinsheng Viaduct (Bade Ramp) North bound	4.3km	05:40	06:20
19	Xinsheng Viaduct (Changan Ramp) North bound	5km	05:40	06:20
20	Xinsheng Viaduct (Minquan Ramp) North bound	6.5km	05:46	06:42
21	Xinsheng Viaduct (Minzu Ramp) North bound	7.2km	05:49	06:53
22	Xinsheng Viaduct (Beian Ramp) North bound	7.6km	05:49	06:53
23	Xinsheng Viaduct (Get off at Beian Rd. Ramp)-Zhongshan N. Rd.	7.9Km	05:49	06:53
24	Martyr Shrine Roundabout	8.6Km	05:52	07:04
25	Beian Rd.-Mingshui Rd.	9.2Km	05:55	07:15
26	Mingshui Rd.-Under Dazhi Bridge	9.7Km	05:55	07:15

#	Intersections	Distance		Lastest time to pass intersections
27	Mingshui Rd.-Dazhi Bridge Ramp	10.1Km	05:58	07:26
28	Mingshui Rd.-Lequn 1st Rd.	10.4Km	05:58	07:26
29	Lequn 1st Rd.-Jingye 3rd Rd.	10.9Km	05:58	07:26
30	No.16 Meiti Water Gate	10.9km	05:58	07:26
31	Lequn 1st Rd. - Jihu Rd.	11.5Km	06:01	07:37
32	Lequn 1st Rd. -Tiding Blvd.	12.1Km	06:04	07:48
33	Tiding Blvd.- Gangqian Rd.	12.5Km	06:04	07:48
34	Xiwu Overpass South Bound Tiding Entrance Ramp	12.5Km	06:04	07:48
35	Tiding Blvd.- Jiuzong Rd.	12.8Km	06:04	07:48
36	Xiwu Overpass North Bound Tiding Off Ramp	13.4Km	06:07	07:59
37	Tiding Blvd.- Minquan Bridge	13.7Km	06:07	07:59
38	Tiding Blvd.- MacArthur bridge No. 2	14.1Km	06:10	08:10
39	Get off MacArthur Bridge No. 2 at Jiankang Rd.	14.9Km	06:10	08:10
40	Jiankang Rd.- Baoqing St.	15.2Km	06:13	08:21
41	Jiankang Rd.- Tayou Rd.	15.5Km	06:13	08:21
42	Tayou Rd.- Yanshou St.	15.8Km	06:13	08:21
43	Tayou Rd.-No.5 Water Gate	16Km	06:13	08:21
44	Tayou Rd.- Minsheng E. Rd.	16.1km	06:16	08:32
45	Tayou Rd.- Minquan Bridge	16.5Km	06:16	08:32
46	Tayou Rd.-No.6 Water Gate (Outbound)	16.7Km	06:16	08:32
47	Half Marathon Turing Point	17.1Km	06:19	08:43
48	Tayou Rd.-No.6 Water Gate (inbound)	17.6Km	06:19	08:43
49	Guanshan Riverside Park Bike Lane 50l	17.8Km	06:19	08:43
50	Yingfeng Dog Park Roundabout	18.7Km	06:22	08:54
51	Yingfeng Riverside Dog Park-Graffiti Wall	18.8Km	06:22	08:54
52	Mini Golf Course Bike Lane Entrance	19.5Km	06:25	09:05
53	Yingfeng Riverside Park-No.7 Water Gate	20Km	06:25	09:05
54	Finish Point-Dazhi Bridge	21.0975Km	06:29	09:25





### 10KM Traffic Controls

#	Intersections	Distance		Lastest time to pass intersections
1	Ketagalan Boulevard-Zhongshan S. Rd.	135m	05:51	06:02
2	Zhongshan S. Rd.-Guiyang Rd.	203m	05:51	06:02
3	Zhongshan S. Rd.-Aiguo E. Rd.	581m	05:52	06:02
4	Aiguo E. Rd.-Linsen S. Rd.	846m	05:53	06:02
5	Aiguo E. Rd.-Ningbo E. St.	991m	05:53	06:02
6	Aiguo E. Rd.-Hangzhou S. Rd.	1.2Km	05:56	06:02
7	Hangzhou S. Rd.-Xinyi Rd.	1.6Km	05:56	06:02
8	Xinyi Rd.-Shaoxing S. St.	1.7Km	05:56	06:02
9	Xinyi Rd.-Linsen S. Rd.	1.9Km	05:56	06:02
10	Xinyi Rd.-Zhongshan S. Rd.	2.3Km	05:59	06:26
11	Zhongshan S. Rd.-Renai Rd.	2.4Km	05:59	06:26
12	Renai Rd.-Linsen S. Rd.	2.7Km	05:59	06:26
13	Renai Rd.-Shaoxing S. St.	2.9Km	05:59	06:26
14	Renai Rd.-Hangzhou S. Rd.	3.1Km	06:02	06:38
15	Renai Rd.-Jinshan S. Rd.	3.4Km	06:02	06:38
16	Jinshan S. Rd.-Jinan Rd.	3.7Km	06:02	06:38
17	Xinsheng Viaduct (Jinshan Ramp) South bound	3.8km	06:02	06:38
18	Xinsheng Viaduct (Bade-Zhongxiao Ramp) South bound	4.3Km	06:05	06:50
19	Xinsheng Viaduct (Changan E. Rd. Ramp) South bound	5Km	06:05	06:50
20	Xinsheng Viaduct (Changchun Ramp) South bound	5.6Km	06:08	07:02
21	Xinsheng Viaduct (Binjiang Ramp) South bound	7.3Km	06:14	07:26
22	10K Turning Point	7.7Km	06:14	07:26
23	Dajia Riverside Park (Underneath the Freeway)	9Km	06:17	07:38
24	Finish Point-Flagpole	10Km	06:20	07:50

4!°C 您的熱敷保養專家

幸せを招く  
ふわふわ!

# 新生活應援 20分鐘緩解眼部疲勞

讓雙眼享受 頂級蒸氣SPA

純粹香氛 舒緩放鬆

招福祈願 溫暖守護

## 經典漸層

為喜愛清新簡單的你設計  
讓眼部疲勞徹底釋放



- 經典無香** 純粹無負擔，適合敏感肌膚，搭配專利熱敷薄片，享受安心熱敷。
- 萊茵洋甘菊** 舒緩身心的洋甘菊香氛，靜謐地散發令人安心的氣息。
- 南法薰衣草** 薰衣草香氣療癒入眠，像置身南法薰衣草田般放鬆身心。

## 御守系列

招財、健康還是幸福  
守護你每個心願！

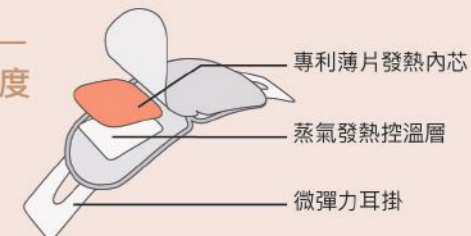


- 日系御守造型** 結合招財貓、柴柴、福虎造型的御守包裝，寫下心願陪你溫暖每個夜晚。
- 質感療癒香氛** 富士山櫻花、京都桂花、東京柚香、台灣沉香四款香氛，舒緩眼睛同時療癒心靈。
- 滿滿蒸氣量** 穩定溫熱蒸氣在5分鐘內釋放，300mg蒸氣輕柔包覆眼周，緩解眼部疲勞。

## Health Care-41°C SHC™ 熱敷科技

- ✓ 專利薄片均勻發熱 安全可靠杜絕低溫燙傷
- ✓ 薄片發熱技術穩定控溫於40~45°C有效熱敷區間
- ✓ 極細嬰幼兒級纖維面料 嚴選0.8dtex親膚材質 呵護眼周肌膚

— 41度C —  
最美好的溫度



The Best Temperature

2024  
10.27  
台北開跑

EVA AIR





# 長明賞邀您一起成為選手後盾

臺灣有潛力的長跑選手相當多，但面對訓練環境及資源匱乏等諸多現實環境的挑戰，使得臺灣長跑選手難以被重視，也難以有突破性的發展。

為了提升臺灣長跑在國際田徑界地位，臺灣長跑競技網及社會永續發展推廣協會發起臺灣長跑界奧斯卡「長明賞」，除了以獎金獎勵在國際賽事獲得殊榮或對臺灣長跑成績有重大突破之運動員，亦協助選手爭取外界資源，並串聯企業、各界跑友舉辦多元活動，推動ESG運動公益，擴大長跑選手對社會的影響力。

在選手長征的路上，「長明賞」誠摯邀請企業、組織、團體、民眾一起成為長跑選手未來辛苦訓練、國際競賽的堅強後盾，一同為選手助力以期選手能在國內外賽場綻放更耀眼的光芒，為國爭光！



贊助支持長明賞

長跑征途，因為有你，我們不再孤單。

註：臺灣首位登上奧運會馬拉松殿堂的運動員是「馬拉松之王」陳長明先生（1955-2019），曾參加1984洛杉磯奧運和世界田徑錦標賽馬拉松項目，同時也是臺灣第一位馬拉松突破 2:20:00 的運動員，對臺灣馬拉松運動具有指標性意義，「長明賞」便是以陳長明先生之名而命名。

