

【2025 CAMPUS RUM 瘋狂動作短跑賽】 活動流程完整說明

日期/時間：114 年 3 月 26 日（星期三）16:00 - 18:00

活動地點：田徑場(司令台前 PU 跑道)

(一)參賽選手請準時於 **15:30-15:50** 至田徑場司令台前帳篷處報到:

1、須穿著 **3/26 校園路跑綠色紀念衫**出席

2、須攜帶學生證

(二)報到時，工作人員會在**左手背上**蓋活動印章，並告知**選手編號**。

(三)報到後，請至田徑場旁階梯處集合。

(四)**15:50-16:00** 裁判講解遊戲規則，並由工讀生進行示範。

(五)每五人為一組，不分男女/學生或教職員，隨機分組。

1、裁判從籤筒抽選手號碼，唱名後 5 位選手出列，各自抽一張隨機動作卡

2、活動距離為 60 公尺，最快完成指定動作抵達終點者為該組冠軍。

- RUM 平衡跑

✦ 參賽者需**兩手各持一杯 8 分滿的水杯**往前跑，全程保持平衡。終點檢測水量，若低於 5 分滿，成績加計 3 秒。成功抵達終點後停止計時。

- 醉狐爆走跑

✦ 參賽者於起點手握甘蔗撐地，額頭貼住甘蔗，**原地旋轉 6 圈**，轉完後立即**撿起地上的排球**並衝刺至終點，成功抵達後停止計時。

- 帶丸掃帚跑

✦ 參賽者需**跨坐一隻甘蔗**，同時**單手拍運排球**，小跑步前進至終點，成功抵達後停止計時。

- 吸甘疾速跑

✦ 參賽者於起點用吸管快速喝完一杯甘蔗青，喝完後立即起跑，成功抵達終點後停止計時。

- 雙蔗夾丸跑

✦ 參賽者**雙手各持一支甘蔗**，用甘蔗夾住排球往前跑，過程中排球不得掉落，成功抵達終點後停止計時。

3、抵達終點後，請將手中器材交給工作人員，並移至起點階梯處等待。

(六)全部選手完賽後，裁判公布各組優勝選手及各單項 VIP。頒獎單項 VIP (拍照)

(七)選手憑手背印章領活動餐點。

(八)各組優勝選手留下領取精美運動小物。

時間	項目	備註
15:30 - 15:50	活動報到、分組	隨機分組，每組 5 人，共 12 組
15:50 - 16:00	活動說明與熱身	簡介規則、示範動作卡
16:00 - 17:00	RUM 瘋狂動作短跑賽	共計 60 人，合計 12 組
17:00 - 17:05	頒獎典禮	瘋狂動作 MVP(每種動作 1 位，共 5 位)
17:05 - 17:30	活動結束，領取餐盒	