



第十一屆

「普法校園」夜間定向體驗

目的：為了讓大學生體驗定向運動的樂趣，同時透過活動讓同學瞭解基本法，推動同學對校園的瞭解，鼓勵積極參與校內活動，提升同學對校園的歸屬感。

主辦單位：中國澳門定向總會

贊助單位：高等教育局

對象：全澳大學生

組別：隨機混合組(一男一女，由大會隨機安排混合組成)
公開組(兩人一組，不分男女，可混合組成)

日程表

日期	時間	內容
2020年11月8日	18:00-18:30	參加者報到及檢錄
	18:30-19:00	現場定向教學
	19:15-20:00	夜間定向
	20:00-20:15	公佈成績、頒發獎項
	20:15-22:00	聯誼活動

活動範圍：澳門紀念孫中山市政公園

活動內容：1.工作坊內容是基本定向知識、地圖識別、指北針、定向器材使用等；
2.夜間定向內容是以“定向”結合“任務”元素。

名額：30隊(二人一組)，額滿即止

報名時間：由即日起至11月1日止

報名費：費用全免，但避免鴿子的情況出現，報名需要繳交按金50元，完成活動后全額退還。

報名方式：透過網上報名系統報名(<https://reurl.cc/N6Gzm6>)

活動獎項：

1. 隨機混合組前五名各得獎牌，前三名可獲運動禮品
2. 公開組前五名各得獎牌，前三名可獲運動禮品

查詢電郵：oamacform@yahoo.com.hk

附則：本章程未盡善處，本會有最終決定權

備註：

1. 比賽當日若遇惡劣天氣，主辦單位有權取消活動或將活動改期進行，敬請留意大會通知。
2. 所有不符合上述條例之投訴或意見，請向大會之“賽事仲裁組”反映。

夜間定向 (Night Orienteering)：

由於是在視度不良的夜間進行的，不僅增加了比賽的難度，同時對觀眾和選手自己增加了吸引力和刺激性。夜間定向已被列入國際定聯的正式比賽項目之中。在夜間定向的過程中，一個人戴者著頭燈，周圍漆黑一片，憑手電筒只能看到5~10米的事物，而且只是模糊影像，參照物到了晚上就根本很難辨別，像白天定向常用的穿越手法就根本不適合用，這時候更加考選手的識圖能力、心理承受能力，也要求選手在找點的過程中有清醒的頭腦，清晰自己在哪裡、要去哪裡、怎麼去那裡最快最省體力。

定向是所有人的運動 Orienteering, A Sport For All

