**回歸跑2024**

重要事項！ 重要事項！ 重要事項！

活動日期：2024年7月7日(星期日)

活動期間參加者必須遵守的規則 及 交通管理措施：

1. 為了減輕起跑時在較窄的路段出現樽頸位，參加者必須按大會安排時間起跑，每次起跑人數定為100人，清理人潮後，每隔五分鐘起跑一次，成績按個人晶片時間計算；
2. 參加者於整個路段都必須遵守交通規則，在單車徑跑步是違法的，工作人員會記錄號碼布編號在案，經勸告後仍然違法的，即時通知大會並取消其參與資格；
3. 為了減少雙向路段碰撞機會，參加者沿途須以右上左落為基準，以免混亂，特別是在較窄的路段，包括橫過西沙路行人隧道路段、鞍駿街(半程馬拉松)、馬鞍山海濱長廊、大水坑行人橋(恆泰路)、安景街停車場、安景街公園對出之海濱長廊 (至十公里折返點處)，參加者須於行人徑路段內進行活動，禁止跑落單車徑；

1. 參加者橫過單車徑時必須小心禮讓，以單車先行為基準，確保自己及其他道路使用者安全方可在行人過路處橫過單車徑；
2. 在所有過路處，參加者必須遵從工作人員監督及指揮，只可以在行人過路處橫過馬路 / 單車徑；
3. 在較多單車需要過路時，工作人員將會在行人過路處臨時拉起圍封膠帶暫停參加者通過，另預留約1米闊路段給其他道路使用者，待單車群離開後才讓參加者橫過單車徑，參加者確保不會因等候時間過長而魯莽橫過單車徑；
4. 折返點將會加強人流管控，每個折返點會安排兩位工作人員監督，並擺放雪糕筒及指示牌，參加者不要停留，參加者於行人徑路段內進行活動，禁止跑落單車徑；
5. 路線上每200米會有工作人員隨時巡視監督參加者及指示行人路段，或有指示牌指示正確的路線，參加者必須遵從工作人員於行人徑路段內進行活動，禁止跑落單車徑，經勸告後仍然不遵從的，工作人員會記錄號碼布編號在案，即時通知大會並取消其參與資格；
6. 半程馬拉松的參加者在途經文禮閣對出一帶約500米路段會有路面高低不平、樹根突出、路面狹窄等情況，參加者必須加倍小心、禮讓、不拼排跑、不超越其他參加者，參加者於行人徑路段內進行活動，禁止跑落單車徑；

參加者於行人徑路段內進行活動，禁止跑落單車徑；

1. 所有參加者必須在早上十時十分前返回馬鞍山運動場，不可在街外逗留。