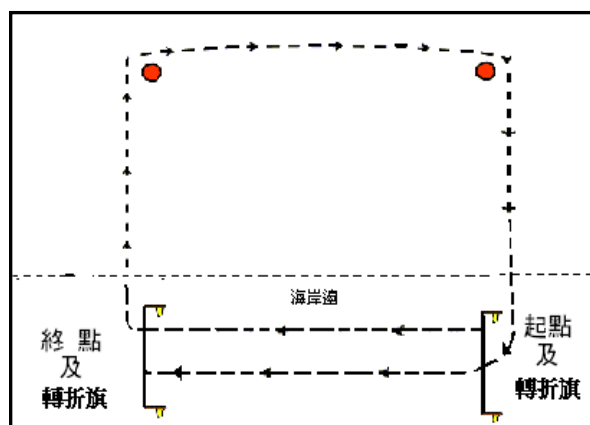


# 2026 拯溺(海洋及沙灘)分齡賽

## 項目特別須知:

### 1. 跑游跑賽

由起點向轉折旗(終點)一方跑約 50 公尺，繞過轉折旗入海游泳約 80 公尺，中途繞過指定路線，回岸後須繞過沙灘轉折旗(起點)跑約 50 公尺，越過終點旗完成比賽。



取消資格：錯誤完成內容所描述的指定路線，比賽受國際救生總會救生競賽規則約束。

### 2. 90 公尺海浪板速度賽：

大會將提供較短及外層設有軟膠的海浪板予少年組的海浪板速度賽使用，板長約 200 公分。