

# 114 年度嘉義市學校聯合文康運動競賽活動-

## 競走嘉園・健康無敵

### 一、活動宗旨

透過健行競走活動，鼓勵同仁養成規律運動的習慣，促進身心健康，並且透過競賽的方式，提高同仁的參與度及團隊向心力，另同時欣賞嘉義公園的自然風光，提升同仁對在地公共空間的認同與參與。

### 二、活動時間與地點

(一)時間：中華民國 114 年 5 月 17 日（星期六）上午 8:00 至 10:00。

(二)地點：嘉義市嘉義公園

### 三、活動對象

嘉義市政府所屬機關學校同仁，並歡迎家庭同樂闔家參與。

### 四、活動路線

路線：由古砲台出發 → 沿外圍林蔭步道行進 → 射日塔 → 返回古砲台

全程：約 2.8 公里



## **五、活動方式**

為鼓勵積極參與並提升競賽趣味性，活動將依完成競走時間進行排名，前三名者將各致贈小禮品一份。

## **六、預期效益**

- (一)藉由競走形式提升活動參與者對運動強度的認識，鼓勵定期運動，進一步增進全民身心健康。
- (二)透過競賽元素，培養團隊與合作精神，營造共融的運動氛圍。
- (三)配合嘉義市推動健康城市政策，打造低碳生活與永續發展的示範活動，提升城市形象。

## **七、注意事項**

- (一)請參與者穿著輕便運動服裝與鞋子。
- (二)建議自備防曬用品及個人水壺。
- (三)活動當天若遇天候不佳，將另行通知活動地點。

## **八、主辦單位**

嘉義市立民生國民中學人事室、嘉義市立嘉義國民中學人事室、嘉義市立玉山國民中學人事室、嘉義市立北園國民中學人事室、嘉義市立南興國民中學人事室、嘉義市宣信國民小學人事室、嘉義市興嘉國民小學人事室、嘉義市蘭潭國民小學人事室、嘉義市民族國民小學人事管理員、嘉義市僑平國民小學人事管理員