



# 2025 Duathlon Series - Race 3

## 二零二五年陸上兩項鐵人賽 - 比賽 3

### Race information 比賽資料

<b>Race Date:</b>	<b>Sunday, 5 October 2025</b>	比賽日期:	<b>2025 年 10 月 5 日 (星期日)</b>
<b>Race Venue:</b>	<b>Po Kong Village Road Park (Cycling Park)</b>	比賽地點:	蒲崗村道公園 (單車公園)
<b>Race Start:</b>	<b>7:00am By Wave</b>	比賽時間:	上午 7 時 00 分, 分組出發
<b>Quota:</b>	<b>500</b>	比賽名額:	<b>500</b>

### Race Category 比賽組別

Challenge Distance 挑戰賽程 (Run 1.3km/ Bike 8km/ Run 2.1km)			
Male/Female Age Group 20-24	男子/女子 20 至 24 歲分齡組	Born in 2001 – 2005	2001 - 2005 年出生
Male/Female Age Group 25-29	男子/女子 25 至 29 歲分齡組	Born in 1996 – 2000	1996 – 2000 年出生
Male/Female Age Group 30-34	男子/女子 30 至 34 歲分齡組	Born in 1991 – 1995	1991 - 1995 年出生
Male/Female Age Group 35-39	男子/女子 35 至 39 歲分齡組	Born in 1986 – 1990	1986 - 1990 年出生
Male/Female Age Group 40-44	男子/女子 40 至 44 歲分齡組	Born in 1981 – 1985	1981 - 1985 年出生
Male/Female Age Group 45-49	男子/女子 45 至 49 歲分齡組	Born in 1976 – 1980	1976 - 1980 年出生
Male/Female Age Group 50-54	男子/女子 50 至 54 歲分齡組	Born in 1971 – 1975	1971 - 1975 年出生
Male/Female Age Group 55-59	男子/女子 55 至 59 歲分齡組	Born in 1966 – 1970	1966 - 1970 年出生
Male/Female Age Group 60-64	男子/女子 60 至 64 歲分齡組	Born in 1961 – 1965	1961 - 1965 年出生
Male/Female Age Group 65-69	男子/女子 65 至 69 歲分齡組	Born in 1956 – 1960	1956 - 1960 年出生
Male/Female Age Group 70 & Over	男子/女子 70 歲或以上分齡組	Born in 1955 or before	1955 年或以前出生
Sprint Distance 半奧運賽程 (Run 1.3km/ Bike 6km/ Run 1.4km)			
Male/Female Elite Open (NS only)	男子/女子精英公開組 (只限港隊)	Born in 2005 or before	2005 年或以前出生
Male/Female Elite Junior 1 (NS only)	男子/女子精英青年 1 組 (只限港隊)	Born in 2008 – 2009	2008 - 2009 年出生
Male/Female Elite Junior 2 (NS only)	男子/女子精英青年 2 組 (只限港隊)	Born in 2006 – 2007	2006 - 2007 年出生
Male/Female Junior 1	男子/女子青年 1 組	Born in 2008 – 2009	2008 - 2009 年出生
Male/Female Junior 2	男子/女子青年 2 組	Born in 2006 – 2007	2006 - 2007 年出生
Discovery Distance 體驗距離 (Run 600m/ Bike 5km/ Run 1.4km)			
Male/Female Elite Youth (NS only)	男子/女子精英少年組 (只限港隊)	Born in 2010 – 2012	2010 - 2012 年出生
Male/Female Youth 1	男子/女子少年 1 組	Born in 2012 – 2013	2012 - 2013 年出生
Male/Female Youth 2	男子/女子少年 2 組	Born in 2010 – 2011	2010 - 2011 年出生
TriKids Distance 小鐵人距離 (Run 600m/ Bike 3km/ Run 700m)			
Male/Female TriKids 1	男子/女子小鐵人 1 組	Born in 2016 – 2017	2016 - 2017 年出生
Male/Female TriKids 2	男子/女子小鐵人 2 組	Born in 2014 – 2015	2014 - 2015 年出生
SuperKids Distance 超小鐵人距離 (Run 600m/ Bike 2km/ Run 100m)			
Male/Female SuperKids	男子/女子超小鐵人	Born in 2018	2018 年出生

**Remarks:**

**This competition is only open to holders of a valid Hong Kong Identity Card or individuals working in Hong Kong, except for international competitions.**

本賽事僅接受持有有效香港居民身份證或在香港工作的人士報名參加，國際比賽除外。

**\*The running part will be done at running track while the cycling part will be done at cycling park.**

\*賽事跑步部分會在跑步徑進行，而單車部分會在單車公園進行。

**Folding bike is not allowed in any race category.**

\*各組別賽事禁止使用摺車作賽。

**Only traditional drop handlebars are permitted. The handlebars must be plugged. Clip-ons are not allowed.**

參賽者只可使用公路車把手，不可使用附加把手。

**Minimum wheel size requirement is 24 inches, except Trikids Distance.**

\*車輪必須為 24 吋或以上方可作賽，小鐵人賽程除外。

<b>Entry Fee</b> 報名費	<b>TriHK Affiliated Club Member</b> <b>HK\$ 260</b> 三項鐵人總會屬會會員 港幣 \$260	<b>TriHK Member HK\$ 300</b> 三項鐵人總會會員 港幣 \$300	<b>Non-Member</b> <b>HK\$ 350</b> 非會員 港幣 \$ 350	<b>SuperKids</b> <b>HK\$ 260</b> 超小鐵人 港幣 \$260
<b>Deadline for Entry</b> 截止報名日期	<b>24 September 2025, 11:59pm (Wednesday)</b> 2025 年 9 月 24 日 下午 11 時 59 分 (星期三)			
<b>Late Entry Charge</b> 逾期報名費	<b>HK\$100 surcharge will be levied for any late entries which have been accepted.</b> <b>Late Entry only be accepted until Tuesday 10am, 30 September 2025.</b> 經接受之逾期報名，需加付行政費港幣\$100。 逾期報名截止日期為 2025 年 9 月 30 日上午 10 點，星期二。			
<b>Awards</b> 獎項	<p><b><u>Finisher Medal &amp; Certificates 完成獎牌及證書</u></b></p> <p><b>E-Certificate of Participation and Finisher Medal will be issued to athletes who finished races.</b> 完成賽事的運動員，將會獲頒發電子成績證明書及完成獎牌。</p> <p><b><u>Individual 個人組</u></b></p> <p><b>The top 3 in each category will be presented with a Trophy. Other positions entitled to an award will be presented with medals based on the below criteria:</b> 每組頭 3 名將獲頒獎座一個，而其餘名次將依據下述計算方法頒發獎項：</p> <p><b>Awards will be presented to the Top 3 finishers if the number of entries in that category is 3- 30.</b> 如該組別參加者為 3-30 人，則只頒發獎項給前 3 名</p> <p><b>Awards will be presented to the Top 5 finishers if the number of entries in that category is 31 or above.</b> 如該組別參加者為 31 人或以上，則只頒發獎項給前 5 名</p> <p><b><u>Individual and Club Series Scoring Method 個人及屬會聯賽評分方法</u></b> For detail information, please visit: <a href="http://www.triathlon.com.hk">www.triathlon.com.hk</a> 詳細資料請瀏覽：<a href="http://www.triathlon.com.hk">www.triathlon.com.hk</a></p>			

**The Association will not arrange bike hire service, should you require bike hire, you may contact the below company or any other bike shop to arrange it.**

**Lung Kei Bike Shop**

**Mr. Law Tel: 9309 8988 / 9010 1889**

**Elite Sports Limited**

**Mr. Ho Tel: 9686 7656**

大會不設租單車服務,如需要租用單車,可聯絡任何租單車服務公司或以下公司作安排。

龍記單車有限公司

羅先生 電話: **9309 8988 / 9010 1889**

精英體育發展有限公司

何先生 電話: **9686 7656**

### **Non-refund Policy 不退款政策**

**The TriHK operates a "Non -refund Policy". Once your entry is accepted, your entry fee is not refundable nor transferable. If an event has been cancelled due to inclement weather or other reason beyond the control of TriHK, the race will not be re-scheduled, and your entry fee will not be refunded nor can it be transferred.**

中國香港三項鐵人總會實行 " 不退款 " 政策, 報名一經接納, 報名費將不獲退回, 不得轉讓。如賽事因天氣惡劣或其他原因而取消, 中國香港三項鐵人總會將不會安排任何補賽, 亦不會作任何退款之安排。有關之報名費亦不得轉讓。

### **Local Event Inclement Weather Policy 惡劣天氣安排**

**If Typhoon Signal No.8 or above is hoisted at any time from 12:00 noon on the day before the race, the race will be cancelled without any rescheduling**

如於比賽前一天中午十二時懸掛八號颱風訊號或以上, 賽事將取消而不會補賽。

**If the Typhoon Signal No.3 / Red Rainstorm/ Black Rainstorm warning be hoisted at any time after 05:00 a.m. on race morning, the race will be cancelled without any more rescheduled race and the race entry fees will not be refunded.**

如在比賽日早上 5 時正或以後仍然懸掛三號颱風訊號/紅雨/黑雨警告, 賽事將取消而不再補賽及報名費用不會退回。

**Should the above Inclement Weather / Condition Warnings be raised after the commencement of the race, the Race Director has the right to change the course distance or arrangement or to stop the race. If the race is stopped, the race will either be cancelled or be adjusted.**

如比賽進行中天氣惡劣或懸掛上述任何警告, 賽事總監有權將比賽賽程改變 或取消正在進行中的比賽。被取消之賽事將不設補賽。

**Entry Fees of cancelled races will not be refunded, nor can they be transferred to cancelled race**

被取消之賽事之報名費不設退款、亦不得轉讓。