

四會齊心，協力同行

WALK

攜手共步 健康跟著走 | 四會聯合健走活動

歡迎 會員們踴躍報名參加

敬邀 共同響應加入協辦

# 報名邀請 & 電子邀請卡

**活動人數：550人 (至額滿為止)**

(甲安埔/潭雅神/豐洲-各150人；喜圓達100人)

## ■ 報名資格：

- 1.任何年齡段的報名者皆可報名
- 2.報名者建議無重大疾病或不適合參加劇烈運動

## ■ 報名方式：

- 1.採「線上表單報名」。依線上報名的時間為報名成功的優先順序
- 2.若接近額滿時，無法參加者會各別通知

## ■ 報名費用：

- 1.一般參與者(10歲以上)：NT\$250元
- 2.孩童10歲以下(民國103年含之後)免費，但仍需報名
- 3.四會協會各別收取費用

## ■ 贈品：

一般參與者(10歲以上)：即享有早餐、報名禮、完賽禮



四會齊心，協力同行

# WALK

攜手共步 健康跟著走 | 四會聯合健走活動

在這個美好的週末，我們誠摯邀請您參加我們的健走活動  
享受清晨的新鮮空氣，感受自然的美好

歡迎共同響應加入協辦！

活動日期：民國113年9月8日(星期日)上午7時  
活動地點：台中市中央公園公51停車場 (中央公園南側) 河南路二段與甘肅路二段交叉口

敬邀

- 臺中市甲安埔廠商協進會
- 臺中市潭雅神工業廠商協進會
- 臺中市豐洲科技工業園區廠商協進會
- 臺中市喜圓達CNC協會

時間	活動流程	內容
07:00-07:30	報到	
07:27-07:30	活動開場	
07:30-07:45	長官致詞	
07:45-08:00	熱身操	
08:00-10:50	健走活動(含闖關遊戲及周邊體驗)	09:50-10:30 主舞台-樂團演出
11:00	活動散場	

請掃QR CODE  
或Google搜尋：  
公51停車場 (中央公園南側)

## 活動資訊

- 一、主題活動：攜手共步·健康跟著走-四會齊心，協力同行-
- 二、活動日期：2024年9月8日（日）
- 三、活動時間：07:00-11:00（4小時）
- 四、活動會場：公51停車場（中央公園南側/河南路二段與甘肅路二段交叉口）
- 五、主辦單位：臺中市甲安埔廠商協進會、臺中市潭雅神工業廠商協進會、臺中市豐洲科技工業園區廠商協進會、臺中市喜圓逢CNC協會
- 六、參與人員：四會理事長、會員及家屬、贊助商
- 七、參與人數：預計550人（甲安埔/潭雅神/豐洲，各150人，喜圓逢100人）
- 八、報名費：1人250元（10歲以上），孩童（103年度(含)以後免費，報名費的部分就由各協會自行收取
- 九、健走步道：單程約2.7K，來回約5.4K

## 活動緣起&目的

### ■ 活動緣起:

以社會責任為核心規劃，四會聯合舉辦健走活動，增進情感交流，提倡健康體魄。

### ■ 活動目的:

本次健走活動旨在推廣健康生活方式，強調良好的身體素質對於個人及社會的重要性。四間協進會聯合舉辦，不僅能增加彼此的情感交流，還能促進場間和諧，共同實踐社會責任。我們希望通過這次活動，讓更多人關注自身健康，並積極參與到日常鍛鍊中。

A group of people are jogging on a paved path in a park. The path is lined with trees and greenery. In the foreground, a man in a blue shirt and black shorts is jogging away from the camera. To his right, a woman in a blue shirt and black leggings is also jogging away from the camera. In the background, several other people are jogging in the same direction. The scene is bright and sunny, suggesting a pleasant day for outdoor activities.

## 以社會責任為核心規劃， 從人本出發設計此次活動

讓您的每一步都充滿意義！  
這次活動不僅關注您的健康，  
更結合社會責任。  
從周邊小細節開始，建立良好習慣，  
進而影響，用行動為社會帶來正能量。



## 倡導幾個小動作 就能讓永續概念融入生活中， 從生活習慣做起

### 鼓勵與會人員

1. 現場準備箱水，自帶環保杯，如無現場規劃租借
2. 搭乘大眾交通工具，節能減碳。
3. 提倡垃圾不落地，自行帶走。

### 公益合作方向

1. 現場捐發票，活動結束後，捐贈至相關團體
2. 累積所有步數換算捐款金，捐款至相關團體

## 活動主題

攜手共步 · 健康  
跟著走-四會齊心  
· 協力同行-

強調四個協會的聯合力量，共同邁向健康。



# 活動場地：台中．中央公園

主會場：中央公園 公51停車場 (中央公園南側) 河南路與甘肅路交叉口



# 路線平配圖

標準健走速度  
日常步行/1分鐘60~70m  
健走運動/1分鐘90~100m  
5.4K，約45-60分鐘

(依休憩步道-紅線為主要路線，原路折返) 單程約2.7K，來回約5.4K

路線：

公51停車場>沿紅線步道>水滸中央公園白色藝術牆(蓋章點1&水站)→  
沿紅線步道→停機坪(蓋章點2&水站)→原路折返，沿紅線步道→  
公51停車場(起/終點)



# 路線景點(依休憩步道-紅線為主要路線, 沿路可參觀的景點)



# 流程規劃

時間	活動流程	內容
07:00-07:30	報到	
07:27-07:30	活動開場	
07:30-07:45	長官致詞	
07:45-08:00	熱身操	
08:00-10:50	健走活動(含闖關遊戲及周邊體驗)	09:50-10:30 主舞台-樂團演出
11:00	活動散場	



請掃QR CODE

或Google搜尋：



# 活動任務規劃



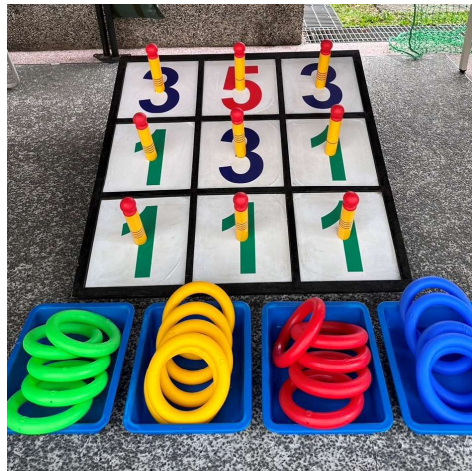
一切序幕  
就讓我們跟著**活動任務關卡**  
一起享用這難得齊聚的早晨

# 闖關活動規劃



關卡一：神撈手

以充氣泳池和水球復刻  
夜市撈魚小遊戲，  
讓大人小孩都能一起體驗  
另類的釣魚樂趣。



關卡二：套圈圈

九宮格套圈圈，  
讓小朋友在健走現場  
就能體驗夜市套圈圈的樂趣。



關卡三：沙包擲準王

以沙包取代棒球，  
大人小孩都可以輕鬆進行挑戰，  
看看誰是擲準王。



關卡四：球球洞洞樂

利用兩側握把，  
將遊戲球推入進洞口，  
訓練手眼協調能力。

## 周邊體驗活動-自由參加(限額200名)

### 絹印體驗

### 美感 x 手作體驗

由專業職人帶領，透過網版及搭配不同顏料，印刷出各式各樣的印花及圖案。

客製化三款圖案 ( e.g.活動LOGO/森野趣風格等 )，免費體驗絹印「造型小掛旗」

# 限量名額



## 周邊小禮-自由領取(限額200名)

### 棉花糖

### 甜甜滋味，補充熱量

由專業職人製作，利用棉花糖機將糖旋轉加熱，形成輕盈、柔軟的絲狀糖絲，再卷成蓬鬆的棉花糖。色彩繽紛，口感甜蜜，深受兒童和成人喜愛。

# 限量名額

\* 圖片僅供示意參考



# 互動拍照

## 拍照區

搭配活動標語、趣味手拿拍照板

手機交由工作人員，為您捕捉美美的一面

為本次四會聯合健走活動，

留下珍貴的紀念。

\* 圖片僅供示意參考



# 舞台互動

## 樂團演出

(擇一)

在主會場，特意安排輕鬆的樂團演出，  
讓音樂為與會者的心靈充電。  
增加現場熱鬧氛圍！

\* 圖片僅供示意參考



# 報名禮 & 完賽禮

報名費250元，即享398元贈品哦~

\* 圖片僅供示意參考

93元/個



四會代表色護腕-刺繡

60元/每份中式早餐

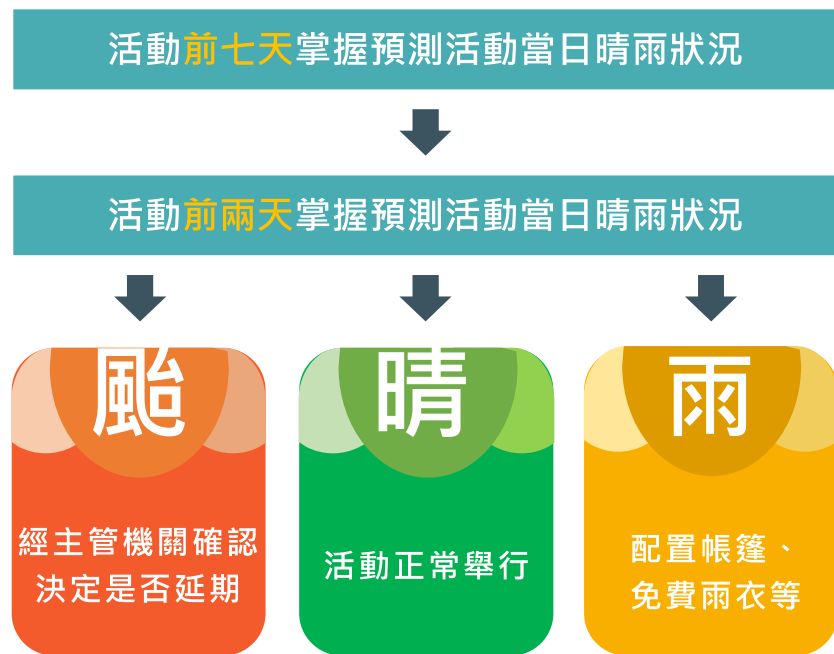


243元/個



攜帶式咖啡杯  
(米白色/咖啡色 擇一)  
(回收咖啡渣 + 食品級密胺樹脂)

# 活動雨備規劃



## (1) 工作區域部分

活動前場地施工時，將密切注意天氣情況，若天氣轉陰且有細雨時，於活動前2小時做好器具防潮措施（蓋上防水性膠布）防止因水份產生的靜電問題。

## (2) 活動部分

以其表演人員均能於安全情況下進行表演節目，舞台上搭建斜簷可排水頂棚，確保舞台活動不受雨勢干擾。

## (3) 活動會場部分

活動舉辦前一周提供相關氣象局公布之天氣情況與分析資料，如活動當天下雨預測比例達80%以上者，將主動告知主辦單位相關延期之措施或方案。

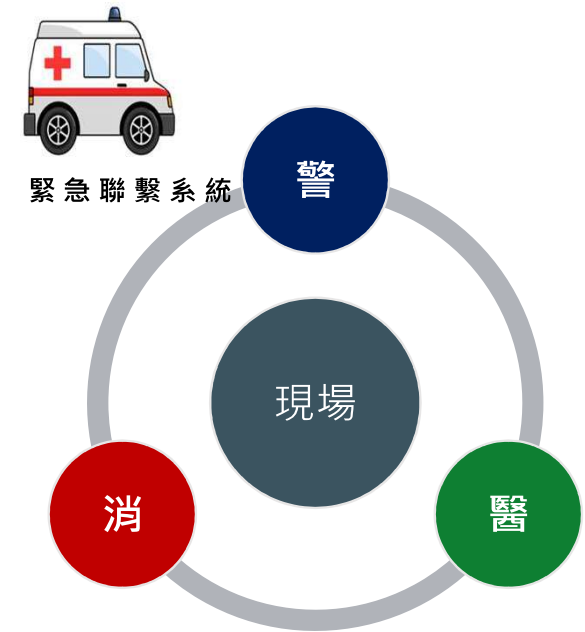
## (4) 雨備用品

現場準備雨衣，若遇降雨將立即發放雨衣至服務台供民眾索取，並提供給相關工作人員使用。

# 醫療規劃

## 活動會場週邊緊急系統管轄單位

- 活動現場將規劃把服務台以及醫護站結合，讓民眾可及時找到可協助人員。
- 委請活動區所屬管轄單位，如消防局、環保局、警察局、交通局、衛生局及鄰近醫院協助本活動之安全、醫療、衛生及緊急事件或災難的處理。
- 本次活動成立緊急聯繫系統，組織成員隨時能於活動期間中，於最短時間內能互相聯絡鄰近警、消、醫療等機構。
- 工作人員如遇觀眾於活動中因體力、疾病、意外等因素需要救護時，將立即送至臨近醫院。
- 為防重大意外導致大量傷患，事前聯繫相關醫院，並以距離活動會場最近之大型醫院為重大意外傷害緊急醫療中心



# 緊急事故因應計畫

## (1) 事前規劃演練措施

本次活動將於活動前預先沙盤推演各項緊急事故發生應變流程，並於活動前舉辦實地演練，除培養緊急應變力外，並可因事前之規劃措施加強活動會場之事故預測掌握。

## (2) 定點駐守 / 全區巡視

本次活動執行除定點配置人員駐守外，同時加強場域巡查，隨時掌握全場脈動，以因應緊急事故發生。

- 遇緊急性災害影響安全 (如:暴雨) 宣佈活動延期或終止，疏散民眾

緊急  
規劃

- 安撫民眾
- 如短時間無法修復，則延後或暫停需用電之節目

## 消防計畫 因應措施

- 各點的駐點人員，當有狀況發生時，成立緊急應對小組處理突發狀況
- 當天於發電機及電盤周邊設置滅火器



# 保險計畫

在預防意外事件的應變方面，  
為讓參與之民眾與工作人員，  
均有完善的保險規劃。  
針對此次活動特向產險公司，  
投保

公共意外責任險&食物中毒險

每一個人體傷責任：  
NT\$3,000,000

每一意外事故體傷責任：  
NT\$15,000,000

每一意外事故財物損失責任：  
NT\$2,000,000

本保險契約之最高賠償金額：  
NT\$36,000,000

## (1) 被保險人

- 活動所有參與民眾 (含參加貴賓及現場所有相關工作人員)

## (2) 保險期間

- 自活動進場日起至活動撤場完畢時止。
- 有延期或遲延履約者，保險期間比照順延。

## (3) 承保範圍

- 被保險人因下列意外事故所致第三人體傷、死亡或財物損失，依法應負賠償責任，若受賠償請求時，保險公司應對被保險人負賠償之責。  
(包括因業務疏漏、錯誤或過失，違反業務上之義務，致機關或其他第三人受有之損失。)
  - A. 被保險人或其受僱之人因經營業務在保單載明之營業處所內發生意外事故。
  - B. 被保險人之營業處所之建築物、通道或其他處所發生之意外事故。
  - C. 工作場所中食物中毒。
  - D. 安裝或拆卸工作之責任。

## (4) 保險金額

- 公共意外責任險：投保公共意外險，依各場地規定投保。