



惠僑

Wai Kiu College
英文中學

2023-2024 SPORTS DAY

8/11-9/11/2023



第一日2023年11月3日(三)

組別 時間	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
8:30AM	齊集、點名及入座					
8:50AM	開幕禮					
9:00AM	鉛球	跳高		跳遠※		
	1500m (決)	1500m (決)	1500m (決)	800m (公開組決賽)		
	三級跳			鐵餅(公開組)		
9:40AM	100m (初)	100m (初)	100m (初)			
10:20AM		三級跳	鐵餅	100m (初)	100m (初)	100m (初)
10:30AM	跳高	鉛球				跳遠※
11:00AM	400m (決)	400m (決)	400m (決)	400m (決)	400m (決)	400m (決)
12:15PM	午膳					
13:45PM	點名及入座					
14:00PM	800 (決) 跳遠	800 (決) 鐵餅	800 (決) 跳遠※	鉛球	跳高	
14:20AM	200m (初)	200m (初)	200m (初)	200m (決)	200m (決)	200m (決)
14:45PM						鉛球
15:00PM	社際4x100m	社際4x100m	社際4x100m	社際4x100m	社際4x100m	社際4x100m
宣佈事項及解散						

※女子組跳遠項目在1號沙池舉行；男子組跳遠及三級跳在2號沙池舉行。

第二日2023年11月9日(四)

組別 時間	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
9:00AM	齊集、點名及入座					
9:30AM	鐵餅	跳遠※	跳高			
					鉛球	
9:30AM	200m (決)	200m (決)	200m (決)		跳遠	跳高
9:50AM	5000m (決)					
10:30AM	100m (決)	100m (決)	100m (決)	100m (決)	100m (決)	100m (決)
			鉛球	跳高		
11:00AM	8x200m 班際男女子大隊接力 (中一至中二)					
11:15AM	10x200m 班際男女子大隊接力 (中三至中四)					
11:30AM	10x200m 班際男女子大隊接力 (中五至中六)					
12:15PM	午膳					
13:30PM	點名及入座					
14:00PM	男子小學4x100m友校接力邀請賽			女子小學4x100m友校接力邀請賽		
14:20PM	男子中學4x100m友校接力邀請賽			女子中學4x100m友校接力邀請賽		
14:30PM	惠陽商會教育基金會學會4x100米師生接力賽					
14:45PM	步操銀樂隊、制服團隊及啦啦隊表演					
15:00PM	頒獎典禮					
16:30PM	宣佈事項及解散					

2023-2024年度周年陸運會頒獎禮程序

- 主禮人及嘉賓就座
- 頒獎
 - 小學友校男女子 4 x 100 米接力邀請賽
 - 中學友校男女子 4 x 100 米接力邀請賽
- 步操銀樂隊、制服團隊及運動員代表進場
 - ★ 步操銀樂隊
 - ★ 香港交通安全隊
 - ★ 童軍1106旅
 - ★ 香港聖約翰救傷隊少青團
 - ★ 香港少年領袖團
 - ★ 毅社 勇社 忠社 勤社
 - ★ 啦啦隊表演
- 頒獎禮開始
 - 1 主禮嘉賓致辭 - 香港教育工作者工會主席**黃建豪**副校長
 - 2 頒發獎項 〈頒獎嘉賓〉
 - 香港教育工作者工會主席**黃建豪**副校長
 - 致送主禮嘉賓紀念品
 - 3 致謝辭 - **鄭智賢**校長 MH
 - 4 降校旗
- 禮成

陸運會工作人員名單

名譽會長	: 朱德榮校監 MH		
名譽副會長	: 林戈林校董	何偉明校董	林翠玲校董 MH JP
	楊嬋芳校董	楊新校董	龍洪焯校董 PMSM
	麥廣利校董	朱燕玲校董	周劍豪校董
主席	: 鄭智賢校長 MH		
統籌	: 李根源	何濤	陳銘雄 黃偉業
徑賽總裁判	: 李根源		
田賽總裁判	: 何濤		
發令	: 袁智立	謝信恒	Ilyas
終點	: 林家歡	馬俊杰	司徒志源
計時	: 陳容芳	張浩華	葉梓健
記錄	: 陳夢俊	何嘉樂	凌偉康
司儀及宣佈	: 許皓琳	卜希彤	
召集	: 黃佩施	廖綺雲	蔡汶俊 彭銳銳
鐵餅	: 馮聖琮	蘇煒晴	李芷然
鉛球	: 楊元亨	馮瑋倫	簡嘉慧
跳高	: 黃光泉	楊玉海	蘇嘉敏
跳遠及三級跳	: 1 蕭海量	黃靜兒	Rabiaa Samita
	2 郭世傑	崔小婷	周玉玲
獎品	: 張子佟	蘇嘉寶	
接待	: 陳詠芝	張海燕	邱嘉兒 謝沅璉 梁旨欣
紀律	: 潘偉強	周頌賢	曾俊威 梁耀燦
彎道及接棒區	: 劉紹堅	馮瑋倫	
攝影	: 陳銘雄	謝志安	林國基(音響)
錄影	: 校園電視台		
四社導師	: 羅雪琴(毅)	胡智霖(勇)	白溪溪(忠) 郭文汧(勤)
急救	: 聖約翰救傷隊		

鳴謝

1. 教育局深水埗學校發展組
2. 香港警務處
3. 康樂及文化事務署轄下深水埗運動場
4. 聖約翰救傷隊
5. 惠僑英文中學家長教師會
6. 各中小學友校接力邀請隊