**“为爱领跑”江苏站首跑活动方案**

**一、活动名称：“为爱领跑”江苏站**

**二、活动口号：随心健行 为爱领跑**

**三、组织机构：**

主办单位：中国医师协会

承办单位：江苏省医师协会

中国医师协会以岭关爱医师健康基金项目组委会

**四、活动详细规划：**

**1、活动时间：2015年**月4月18日上午09:00-12:00

**2、活动地点：**南京玄武湖公园

**3、活动形式：**环湖赛（5公里左右，半圈）

**4、参加人员：**在宁委直单位及驻宁部队医疗卫生单位，以团体为单位，计划总人数100-120人

**5、活动流程：**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **地点** | **“为爱领跑”江苏站** | **细则** | **备注** |
| **09:00—12:00** | **玄武湖** （全程5公里） | 控制活动整体流程 |  |
| 09:00—09:30 | 签到处 | 暖场 | 1.各单位领队签到、分组、合影留念； 2.领队旗、规则路线图、比赛用品等； | 10-12人/组；共分为10组 |
| 09:30—09:40 | 签到处 | 参与者报到 | 组长召集队伍再次说明活动流程及注意事项； |  |
| 09:40—09:50 | 签到处 | 领导致辞 | 省医师协会领导赛前动员、加油； |  |
| 09:50—10:00 | 签到处 | 活动细则 注意事项说明 | 路线，规则，注意事项说明； | 总裁判：\*\*\* |
| 10:00—10:10 | 签到处 | 健康宣言 | 参赛代表发表感言； | 参赛代表：\*\*\* |
| 10:10—10:30 | 起点 | 热身准备 | 健身教练带领下，进行充分的热身准备； | 教练员：\*\*\* |
| 10:30—11:30 | 起点 | 比赛进行 | 沿途设3个补给点，参赛者按顺序在补给点领取一张爱心贴，集齐3张成绩有效；签到处设有饮料等补给； | 服务组：拍照组：\* |
| 11:30—11:50 | 终点 | 互动颁奖 |  | 颁奖人：\*\*\* |
| 11:50—12:00 | 终点 | 结束 清场 |  | 后勤组：\*\*\* |

**6.人员分工**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 总裁判 | 医师协会领导 | 致辞，路线，规则，注意事项说明，最终裁定人员名次 |
| 后勤组 | 以岭药业员工 | 签到，3个补给点负责给每个选手贴爱心贴，发放矿泉水等补给 |
| 摄影组 | 以岭药业员工 | 负责给整场活动拍照，记录选手表现 |
| 医疗救治组 | 以岭药业员工 | 准备创可贴等带好小药箱以应对比赛过程重点突发事件 |
| 啦啦队 | 不参加比赛的人员均可担任 | 负责给选手加油打气 |
| 颁奖团 | 医师协会领导 | 对获奖选手进行颁奖，合影留念 |

**7.奖项设置：**

本着以健身为主，比赛为辅的宗旨，

设：长青奖1名：当次参赛年龄最长者特别纪念；

团队奖3名：评选出综合成绩最优的前三个团队；

个人奖3名：评选出个人成绩最优的前三名。

**8.比赛用品准备：**

|  |  |
| --- | --- |
| **比赛用品** | |
| 签到处 | 背景板、记号笔**/条幅** |
| 人员分组名单/计分表 |
| **服装/帽子** |
| 手持小彩旗/**队旗** |
| **爱心贴、号码牌** |
| 口哨 |
| 秒表 |
| 签到点 （分1，2，3号） | 签到表、爱心贴 |
| 矿泉水 |
| 小食品（巧克力等） |
| **纸巾** |
| 小药箱（队员受伤用） |
| 终点处 | 终点标志彩条，隔离胶带 |
| **条幅** |
| 奖品 |

1. **注意事项**

(1)至少提前一周,对活动地点实地考察，细化活动方案（行进路线、签到场地、签到点设置、后勤保障、安全工作、车辆安排、用餐补给等）。

(2)前1-3天提醒参与活动医生，准备适合的运动鞋及舒适的服装，不配戴首饰挂件；

(3)提前1天将行进路线图，绘制完成发给医生，并在活动当天打印备用；

(4)邀请专业教练参加，给予专业指导与注意事项说明；

(5)为防止意外，活动当天准备设置医疗救护点。