

EVERYBODY ROWS

香港室內賽艇錦標賽

暨慈善長途接力賽

HONG KONG ROWING INDOOR CHAMPIONSHIPS & CHARITY ROWATHON

比賽賽程 Race Schedule

as at 18/03/2025

29/03/2025 (星期六 Saturday)						
場次 Race	比賽項目編碼 Event Code	項目 Events		建議報到時間 Suggest Reporting Time	熱身時間 Warm up Time	召集時間 Race Assembly Time
1	P01	男子1分鐘個人展能項目 – PR3智障 (中度 / 嚴重)	Men 1 minute Individual Para Events – PR3 Moderate/Severe Intellectual Impairments	9:00	9:40	9:50
	P21	男子1分鐘個人展能項目 - PR3肢體殘障	Men 1 minute Individual Para Events – PR3 Physical Impairments			
	P27	男子1分鐘個人展能項目 – PR2肢體殘障	Men 1 minute Individual Para Events – PR2 Physical Impairments			
	P02	女子1分鐘個人展能項目 – PR3智障 (中度 / 嚴重)	Women 1 minute Individual Para Events – PR3 Moderate/Severe Intellectual Impairments			
	P22	女子1分鐘個人展能項目 - PR3肢體殘障	Women 1 minute Individual Para Events – PR3 Physical Impairments			
	P28	女子1分鐘個人展能項目 – PR2肢體殘障	Women 1 minute Individual Para Events – PR2 Physical Impairments			
2	P13	男子3分鐘個人展能項目 - PR3視障	Men 3 minutes Individual Para Events – PR3 Visually Impaired	9:10	9:50	10:00
	P17	男子3分鐘個人展能項目 – PR3聽障	Men 3 minutes Individual Para Events – PR3 Hearing Impaired			
	P29	男子3分鐘個人展能項目 – PR2肢體殘障	Men 3 minutes Individual Para Events – PR2 Physical Impairments			
	P14	女子3分鐘個人展能項目 - PR3視障	Women 3 minutes Individual Para Events – PR3 Visually Impaired			
	P30	女子3分鐘個人展能項目 – PR2肢體殘障	Women 3 minutes Individual Para Events – PR2 Physical Impairments			
3	P05	男子5分鐘個人展能項目 – PR3智障 (中度 / 嚴重)	Men 5 minute Individual Para Events – PR3 Moderate/Severe Intellectual Impairments	9:20	10:00	10:10
	P19	男子5分鐘個人展能項目 - PR3聽障	Men 5 minutes Individual Para Events – PR3 Hearing Impaired			
	P25	男子5分鐘個人展能項目 - PR3肢體殘障	Men 5 minutes Individual Para Events – PR3 Physical Impairments			
	P37	男子5分鐘個人展能項目 – PR1肢體殘障	Men 5 minutes Individual Events – PR1 Physical Impairments			
	P16	女子5分鐘個人展能項目 - PR3視障	Women 5 minutes Individual Para Events – PR3 Visually Impaired			
	P26	女子5分鐘個人展能項目 - PR3肢體殘障	Women 5 minutes Individual Para Events – PR3 Physical Impairments			
4	P07	男子300米個人展能項目 - PR3智障 (輕度)	Men 300m Individual Para Events – PR3 Mild Intellectual Impairment	9:30	10:10	10:20
5	P08	女子300米個人展能項目 - PR3智障 (輕度)	Women 300m Individual Para Events – PR3 Mild Intellectual Impairment	9:40	10:20	10:30
6	P09	男子500米個人展能項目 - PR3智障 (輕度)	Men 500m Individual Para Events – PR3 Mild Intellectual Impairment	9:50	10:30	10:40
7	P11	男子1000米個人展能項目 - PR3智障 (輕度)	Men 1000m Individual Para Events – PR3 Mild Intellectual Impairment	10:00	10:40	10:50
8	P40	PR 3智障 (輕度) /視障/聽障 四人250米混合隊際展能項目	PR3 Mild Intellectual Impairment Mixed 4 x 250m Para Crew Racing Event	10:10	10:50	11:00
9	P41	PR 3肢體殘障雙人3分鐘混合隊際展能項目	PR3 Physical Impairments Pair 3-Minute Para Crew Racing Event	10:20	11:00	11:10
	P42	PR 2肢體殘障雙人3分鐘混合隊際展能項目	PR2 Physical Disabilities Pair 3-Minute Para Crew Racing Event			
展能項目頒獎典禮 Medal & 休息 (11:30-11:45) Medal Presentation Ceremony for para events & Break (11:30-11:45)						
10	E01	男子8至11歲個人組別 300 米項目	Boys Age 8 - 11 Individual Events - 300m	10:45	11:25	11:35
11	E02	女子8至11歲個人組別 300 米項目	Girls Age 8 - 11 Individual Events - 300m	10:50	11:30	11:40
12	E03	男子12 至 13 歲個人組別 500 米項目 (第一組)	Boys Age 12 - 13 Individual Events - 500m (Group 1)	10:55	11:35	11:45
13	E03	男子12 至 13 歲個人組別 500 米項目 (第二組)	Boys Age 12 - 13 Individual Events - 500m (Group 2)	11:00	11:40	11:50
14	E03	男子12 至 13 歲個人組別 500 米項目 (第三組)	Boys Age 12 - 13 Individual Events - 500m (Group 3)	11:05	11:45	11:55
15	E05	男子14 至 16 歲個人組別 500 米項目 (第一組)	Boys Age 14 - 16 Individual Events - 500m (Group 1)	11:10	11:50	12:00
16	E05	男子14 至 16 歲個人組別 500 米項目 (第二組)	Boys Age 14 - 16 Individual Events - 500m (Group 2)	11:15	11:55	12:05
17	E07	男子17 至 19 歲個人組別 500 米項目	Boys Age 17 - 19 Individual Events - 500m	11:20	12:00	12:10
18	E09	男子20 至 29 歲個人組別 500 米項目	Men Age 20 - 29 Individual Events - 500m	11:25	12:05	12:15

EVERYBODY ROWS

香港室內賽艇錦標賽

暨慈善長途接力賽

HONG KONG ROWING INDOOR CHAMPIONSHIPS & CHARITY ROWATHON

比賽賽程 Race Schedule

as at 18/03/2025

場次 Race	比賽項目編碼 Event Code	項目 Events		建議報到時間 Suggest Reporting Time	熱身時間 Warm up Time	召集時間 Race Assembly Time
19	E11	男子30 至 39 歲個人組別 500 米項目	Men Age 30 - 39 Individual Events - 500m	11:30	12:10	12:20
	E13	男子40 至 49 歲個人組別 500 米項目	Men Age 40 - 49 Individual Events - 500m			
	E15	男子50 至 54 歲個人組別 500 米項目	Men Age 50 - 54 Individual Events - 500m			
	E17	男子55 至 59 歲個人組別 500 米項目	Men Age 55 - 59 Individual Events - 500m			
	E19	男子60 至 64 歲個人組別 500 米項目	Men Age 60 - 64 Individual Events - 500m			
	E21	男子65 至 69 歲個人組別 500 米項目	Men Age 65 - 69 Individual Events - 500m			
	E23	男子70 至 74 歲個人組別 500 米項目	Men Age 70 - 74 Individual Events - 500m			
	E25	男子75 至 79 歲個人組別 500 米項目	Men Age 75 - 79 Individual Events - 500m			
20	E04	女子12 至 13 歲個人組別 500 米項目 (第一組)	Girls Age 12 - 13 Individual Events - 500m (Group 1)	11:35	12:15	12:25
21	E04	女子12 至 13 歲個人組別 500 米項目 (第二組)	Girls Age 12 - 13 Individual Events - 500m (Group 2)	11:40	12:20	12:30
22	E06	女子14 至 16 歲個人組別 500 米項目	Girls Age 14 - 16 Individual Events - 500m	11:45	12:25	12:35
23	E08	女子17 至 19 歲個人組別 500 米項目	Girls Age 17 - 19 Individual Events - 500m	11:50	12:30	12:40
	E10	女子20 至 29 歲個人組別 500 米項目	Women Age 20 - 29 Individual Events - 500m			
	E12	女子30 至 39 歲個人組別 500 米項目	Women Age 30 - 39 Individual Events - 500m			
	E14	女子40 至 49 歲個人組別 500 米項目	Women Age 40 - 49 Individual Events - 500m			
24	E16	女子50 至 54 歲個人組別 500 米項目	Women Age 50 - 54 Individual Events - 500m	11:55	12:35	12:45
	E18	女子55 至 59 歲個人組別 500 米項目	Women Age 55 - 59 Individual Events - 500m			
	E20	女子60 至 64 歲個人組別 500 米項目	Women Age 60 - 64 Individual Events - 500m			
	E22	女子65 至 69 歲個人組別 500 米項目	Women Age 65 - 69 Individual Events - 500m			
頒獎典禮 I 及 午膳時間 (13:00 - 14:00) Medal Presentation Ceremony I & Lunch Break (13:00 - 14:00)						
25	E37	男子12 至 13 歲個人組別 1000 米項目 (第一組)	Boys Age 12 - 13 Individual Events – 1000m (Group 1)	13:00	13:40	13:50
26	E37	男子12 至 13 歲個人組別 1000 米項目 (第二組)	Boys Age 12 - 13 Individual Events – 1000m (Group 2)	13:10	13:50	14:00
27	E39	男子14 至 16 歲個人組別 1000 米項目 (第一組)	Boys Age 14 - 16 Individual Events – 1000m (Group 1)	13:20	14:00	14:10
28	E39	男子14 至 16 歲個人組別 1000 米項目 (第二組)	Boys Age 14 - 16 Individual Events – 1000m (Group 2)	13:30	14:10	14:20
29	E41	男子17 至 19 歲個人組別 1000 米項目	Boys Age 17 - 19 Individual Events – 1000m	13:40	14:20	14:30
30	E43	男子20 至 29 歲個人組別 1000 米項目	Men Age 20 - 29 Individual Events – 1000m	13:50	14:30	14:40
	E45	男子30 至 39 歲個人組別 1000 米項目	Men Age 30 - 39 Individual Events – 1000m			
31	E47	男子40 至 49 歲個人組別 1000 米項目	Men Age 40 - 49 Individual Events – 1000m	14:00	14:40	14:50
	E49	男子50 至 54 歲個人組別 1000 米項目	Men Age 50 - 54 Individual Events – 1000m			
	E53	男子60 至 64 歲個人組別 1000 米項目	Men Age 60 - 64 Individual Events – 1000m			
	E55	男子65 至 69 歲個人組別 1000 米項目	Men Age 65 - 69 Individual Events – 1000m			
	E57	男子70 至 74 歲個人組別 1000 米項目	Men Age 70 - 74 Individual Events – 1000m			
32	E38	女子12 至 13 歲個人組別 1000 米項目	Girls Age 12 - 13 Individual Events – 1000m	14:10	14:50	15:00
33	E40	女子14 至 16 歲個人組別 1000 米項目	Girls Age 14 - 16 Individual Events – 1000m	14:20	15:00	15:10

EVERYBODY ROWS

香港室內賽艇錦標賽

暨慈善長途接力賽

HONG KONG ROWING INDOOR CHAMPIONSHIPS & CHARITY ROWATHON

比賽賽程 Race Schedule

as at 18/03/2025

場次 Race	比賽項目編碼 Event Code	項目 Events		建議報到時間 Suggest Reporting Time	熱身時間 Warm up Time	召集時間 Race Assembly Time
34	E42	女子17 至 19 歲個人組別 1000 米項目	Girls Age 17 - 19 Individual Events – 1000m	14:30	15:10	15:20
	E44	女子20 至 29 歲個人組別 1000 米項目	Women Age 20 - 29 Individual Events – 1000m			
	E46	女子30 至 39 歲個人組別 1000 米項目	Women Age 30 - 39 Individual Events – 1000m			
	E48	女子40 至 49 歲個人組別 1000 米項目	Women Age 40 - 49 Individual Events – 1000m			
	E50	女子50 至 54 歲個人組別 1000 米項目	Women Age 50 - 54 Individual Events – 1000m			
	E56	女子65 至 69 歲個人組別 1000 米項目	Women Age 65 - 69 Individual Events – 1000m			
35	U01	男子專上院校個人短途挑戰賽500米	Men Post-Secondary Education Institutions Individual Challenge - 500m	14:40	15:20	15:30
	U02	女子專上院校個人短途挑戰賽500米	Women Post-Secondary Education Institutions Individual Challenge - 500m			
休息 Break (15:45-16:00)						
36	T07	男子中學丙組隊際4x500米接力賽	Boy's C Grade Secondary Schools Team Relay Events 4 x 500m	15:00	15:40	15:50
	T08	女子中學丙組隊際4x500米接力賽	Girl's C Grade Secondary Schools Team Relay Events 4 x 500m			
37	T05	男子中學乙組隊際4x500米接力賽	Boy's B Grade Secondary Schools Team Relay Events 4 x 500m	15:15	15:55	16:05
	T06	女子中學乙組隊際4x500米接力賽	Girl's B Grade Secondary Schools Team Relay Events 4 x 500m			
38	T03	男子中學甲組隊際4x500米接力賽	Boy's A Grade Secondary Schools Team Relay Events 4 x 500m	15:30	16:10	16:20
	T04	女子中學甲組隊際4x500米接力賽	Girl's A Grade Secondary Schools Team Relay Events 4 x 500m			
39	T09	男子青少年/制服團體隊際4x500米接力賽	Men's Youth/Uniformed Groups Team Relay Events 4 x 500m	15:45	16:25	16:35
	T10	女子青少年/制服團體隊際4x500米接力賽	Women's Youth/Uniformed Groups Team Relay Events 4 x 500m			
40	C03	共慶回歸28載，慈善長途接力傳愛心中學組（ 28分鐘接力賽）	Celebrating the 28th Anniversary of the Handover: Charity Rowathon Team Relay Secondary Schools (28 Minutes Relay)	16:00	16:40	16:50
頒獎典禮 II (17:30-18:30) Medal Presentation Ceremony II (17:30-18:30)						

EVERYBODY ROWS

EVERYBODY ROWS

2025

香港室內賽艇錦標賽
暨慈善長途接力賽

HONG KONG ROWING INDOOR CHAMPIONSHIPS & CHARITY ROWATHON

比賽賽程 Race Schedule

as at 18/03/2025

開賽時間 Racing Time
10:00
10:10
10:20
10:30
10:40
10:50
11:00
11:10
11:20
11:45
11:50
11:55
12:00
12:05
12:10
12:15
12:20
12:25

EVERYBODY ROWS

EVERYBODY ROWS

2025

香港室內賽艇錦標賽
暨慈善長途接力賽

HONG KONG ROWING INDOOR CHAMPIONSHIPS & CHARITY ROWATHON

比賽賽程 Race Schedule

as at 18/03/2025

開賽時間 Racing Time
12:30
12:35
12:40
12:45
12:50
12:55
14:00
14:10
14:20
14:30
14:40
14:50
15:00
15:10
15:20

Organised by | 主辦機構



Hong Kong, China

rowing association

中國香港賽艇協會

Passion to go beyond 樂在 划浪

Subvented by | 資助機構

CULTURE, SPORTS AND TOURISM BUREAU

Arts & Sport Development Fund

文 化 體 育 及 旅 遊 局

藝 術 及 體 育 發 展 基 金



Supported by | 支持機構



康樂及文化服務署

Leisure and Cultural Services Department

Sponsors | 贊助



   

Beneficiary | 受惠機構



黃得先夫人慈善會

Wong Kwai Nin Charitable Foundation

EVERYBODY ROWS

EVERYBODY ROWS

2025

香港室內賽艇錦標賽
暨慈善長途接力賽

HONG KONG ROWING INDOOR CHAMPIONSHIPS & CHARITY ROWATHON

比賽賽程 Race Schedule
as at 18/03/2025

開賽時間 Racing Time
15:30
15:40
16:00
16:15
16:30
16:45
17:00