

Age Group Life Saving (Ocean & Beach) Competition 2026

拯溺(海洋及沙灘)分齡賽



Repulse Bay Beach

淺水灣泳灘

3rd October 2026 (Sat)

二零二六年十月三日(星期六)

比賽日程

3/10/2026 08:30 淺水灣泳灘

時間	場次	賽事	項目	賽事	項目	人數	預/決賽
		沙灘場地		海洋場地			
8:30	1	男子兒童組15公尺沙灘奪標賽				3	決賽
	2	女子兒童組15公尺沙灘奪標賽				3	決賽
	3	男子少年組15公尺沙灘奪標賽				3	決賽
	4	女子少年組15公尺沙灘奪標賽				4	決賽
9:00	5	男子青年組沙灘奪標賽				6	決賽
	6	女子青年組沙灘奪標賽				6	決賽
	7	男子公開組沙灘奪標賽				15	預/決賽
	8	女子公開組沙灘奪標賽				3	決賽
10:00	9	男子兒童組跑游跑賽				4	決賽
	10	男子少年組跑游跑賽				5	決賽
	11	女子少年組跑游跑賽				4	決賽
11:00		小休					
12:30	12	男子兒童組90公尺海浪板速度賽				3	決賽
	13	女子兒童組90公尺海浪板速度賽				2	決賽
	14	男子少年組90公尺海浪板速度賽				9	決賽
	15	女子少年組90公尺海浪板速度賽				4	決賽
13:30	16	女子青年組300公尺海浪游泳賽				10	決賽
	17	男子公開組300公尺海浪游泳賽				6	決賽
	18	女子公開組300公尺海浪游泳賽				5	決賽
14:00	19	男子青年組300公尺海浪板速度賽				7	決賽
	20	女子青年組300公尺海浪板速度賽				13	預/決賽
	21	男子公開組300公尺海浪板速度賽				15	預/決賽
	22	女子公開組300公尺海浪板速度賽				5	決賽

備註:

- ． 所有賽事只設一場決賽
- ． 召集將於開賽前15分鐘開始進行

屬會運動員名單

3A體育會

1 張榮琛	159991
2 梁翊藍	159711

以諾體育會

1 陳嘉嶸	157541
2 鄧紫蕎	170209
3 余悅	152040
4 梁芯	168879
5 林文西	160327
6 周家瑜	173616

翠屋拯溺會

1 陸浩文	136621
2 黃家進	160513
3 張志恒	168245
4 黃絡勤	159894
5 林焯鋒	171737
6 王詠熹	168492

匯駿體育協會

1 劉海柏	161948
2 梁卓弘	173655
3 梁柏言	169563
4 胡晁藍	126868
5 李宛諭	176276
6 李宛螢	176275
7 任希悠	173710
8 鄺彥濤	164700
9 梁晉皓	176599

吐露港游泳訓練學會

1 陳柏江	171309
2 李善喬	173625
3 王智軒	153062
4 曾悅潼	171785

香港水質及廢水處理總會

1 周月生	171738
2 羅守浩	168746
3 唐逸俊	173891
4 林臻兒	173893
5 梁康睿	173894

碧濤游泳拯溺會

1 余文軒	128107
2 崔子晴	157389
3 羅景昌	162799
4 許曉嵐	166037
5 許道源	171104
6 楊贊楠	162798
7 陳君烜	171091
8 黃子謙	173334
9 羅英昌	171100
10 陸梓晴	171094
11 黃樂詩	173016
12 林靜	173795
13 李承珈	176612
14 于梓晴	176610
15 何俊僊	173335
16 羅弘皓	176611
17 呂沐林	176383
18 李承濤	176613
19 譚懿君	171095
20 羅曉澄	171101
21 譚宇程	176380

大埔拯溺會

1 陳俊倫	153058
2 陳映辰	167130
3 周芷晞	137335

屯門游泳會

1 陳智謙	171509
2 馬煒欣	166053
3 吳映慈	176992
4 吳敬寬	177286
5 安聲雅	173981
6 林心睿	177191
7 能思博	178217
8 安聲博	178218

匯友體育協會

1 楊家豪	137419
2 曾珀豪	160390
3 李安穎	145905
4 鄧紫瞳	177830
5 李恒森	154450
6 丘琦	167134
7 李安傑	155254

傑青體育會

1 文知樂	173898
2 陳善恆	168753

海藝體育會

1 陳希澄	173718
-------	--------

	屬會名稱	參賽人數
1	A-18 3A體育會	2
2	E-11 傑青體育會	2
3	E-12 以諾體育會	6
4	H-39 翠屋拯溺會	6
5	H-68 海藝體育會	1
6	H-87 香港水質及廢水處理總會	2
7	P-19 匯駿體育協會	9
8	S-54 碧濤游泳拯溺會	21
9	S-98 匯友體育協會	7
10	T-01 大埔拯溺會	3
11	T-22 吐露港游泳訓練學會	4
12	T-34 屯門游泳會	8

71

2026 拯溺 (海洋及沙灘)分齡賽
二零二六年十月三日
淺水灣泳灘

項目分組名單 P.1/4

比賽日	場次	參賽者姓名	LB NO.	團體名稱	備註
	1 決賽	男子兒童組15公尺沙灘奪標賽			
		1 梁晉皓	176599	匯駿體育協會	
		2 吳敬寬	177286	屯門游泳會	
		3 文知樂	173898	傑青體育會	
	2 決賽	女子兒童組15公尺沙灘奪標賽			
		1 譚懿君	171095	碧濤游泳拯溺會	
		2 羅曉澄	171101	碧濤游泳拯溺會	
		3 吳映慈	176992	屯門游泳會	
	3 決賽	男子少年組15公尺沙灘奪標賽			
		1 羅弘皓	176611	碧濤游泳拯溺會	
		2 呂沐林	176383	碧濤游泳拯溺會	
		3 能思博	178217	屯門游泳會	
	4 決賽	女子少年組15公尺沙灘奪標賽			
		1 李宛諭	176276	匯駿體育協會	
		2 李宛瑩	176275	匯駿體育協會	
		3 黃樂詩	173016	碧濤游泳拯溺會	
		4 林靜	173795	碧濤游泳拯溺會	
	5 決賽	男子青年組沙灘奪標賽			
		1 張榮琛	159991	3A體育會	
		2 梁翊藍	159711	3A體育會	
		3 李安傑	155254	匯友體育協會	
		4 梁柏言	169563	匯駿體育協會	
		5 許道源	171104	碧濤游泳拯溺會	
		6 安聲博	178218	屯門游泳會	
		7 楊贊楠	162798	碧濤游泳拯溺會	
	6 決賽	女子青年組沙灘奪標賽			
		1 鄧紫蕎	170209	以諾體育會	
		2 梁芯	168879	以諾體育會	
		3 林文西	160327	以諾體育會	
		4 鄧紫瞳	177830	匯友體育協會	
		5 任希悠	173710	匯駿體育協會	
		6 陳君烜	171091	碧濤游泳拯溺會	
	7 預/決賽	男子公開組沙灘奪標賽			
		1 陳嘉嶸	157541	以諾體育會	
		2 曾珀豪	160390	匯友體育協會	
		3 陳柏江	171309	吐露港游泳訓練學會	
		4 陳俊倫	153058	大埔拯溺會	
		5 王智軒	153062	吐露港游泳訓練學會	
		6 劉海柏	161948	匯駿體育協會	
		7 胡晁藍	126868	匯駿體育協會	
		8 余文軒	128107	碧濤游泳拯溺會	
		9 羅景昌	162799	碧濤游泳拯溺會	
		10 周月生	171738	香港水質及廢水處理總會	
		11 羅守浩	168746	香港水質及廢水處理總會	
		12 陸浩文	136621	翠屋拯溺會	
		13 黃家進	160513	翠屋拯溺會	
		14 張志恒	168245	翠屋拯溺會	
		15 陳智謙	171509	屯門游泳會	

2026 拯溺 (海洋及沙灘)分齡賽
二零二六年十月三日
淺水灣泳灘

項目分組名單 P.2/4

比賽日	場次	參賽者姓名	LB NO.	團體名稱	備註
	8	女子公開組沙灘奪標賽			
	決賽				
		1 丘琦	167134	匯友體育協會	
		2 周芷晞	137335	大埔拯溺會	
		3 崔子晴	157389	碧濤游泳拯溺會	
	9	男子兒童組跑游跑賽			
	決賽				
		1 梁晉皓	176599	匯駿體育協會	
		2 李承濤	176613	碧濤游泳拯溺會	
		3 譚宇程	176380	碧濤游泳拯溺會	
		4 吳敬寬	177286	屯門游泳會	
	10	男子少年組跑游跑賽			
	決賽				
		1 梁卓弘	173655	匯駿體育協會	
		2 黃子謙	173334	碧濤游泳拯溺會	
		3 羅英昌	171100	碧濤游泳拯溺會	
		4 李承珈	176612	碧濤游泳拯溺會	
		5 何俊偉	173335	碧濤游泳拯溺會	
	11	女子少年組跑游跑賽			
	決賽				
		1 李宛諭	176276	匯駿體育協會	
		2 李宛瑩	176275	匯駿體育協會	
		3 陸梓晴	171094	碧濤游泳拯溺會	
		4 于梓晴	176610	碧濤游泳拯溺會	
	12	男子兒童組90公尺海浪板速度賽			
	決賽				
		1 文知樂	173898	傑青體育會	
		2 李承濤	176613	碧濤游泳拯溺會	
		3 譚宇程	176380	碧濤游泳拯溺會	
	13	女子兒童組90公尺海浪板速度賽			
	決賽				
		1 譚懿君	171095	碧濤游泳拯溺會	
		2 羅曉澄	171101	碧濤游泳拯溺會	
		3 吳映慈	176992	屯門游泳會	
	14	男子少年組90公尺海浪板速度賽			
	預/決賽				
		1 梁卓弘	173655	匯駿體育協會	
		2 陳善恆	168753	傑青體育會	
		3 黃子謙	173334	碧濤游泳拯溺會	
		4 羅英昌	171100	碧濤游泳拯溺會	
		5 李承珈	176612	碧濤游泳拯溺會	
		6 何俊偉	173335	碧濤游泳拯溺會	
		7 羅弘皓	176611	碧濤游泳拯溺會	
		8 呂沐林	176383	碧濤游泳拯溺會	
		9 能思博	178217	屯門游泳會	
	15	女子少年組90公尺海浪板速度賽			
	決賽				
		1 陸梓晴	171094	碧濤游泳拯溺會	
		2 黃樂詩	173016	碧濤游泳拯溺會	
		3 林靜	173795	碧濤游泳拯溺會	
		4 于梓晴	176610	碧濤游泳拯溺會	

2026 拯溺 (海洋及沙灘)分齡賽

項目分組名單 P.3/4

二零二六年十月三日

淺水灣泳灘

比賽日	場次	參賽者姓名	LB NO.	團體名稱	備註
	16	女子青年組300公尺海浪游泳賽			
	決賽				
		1 余悅	152040	以諾體育會	
		2 周家瑜	173616	以諾體育會	
		3 梁芯	168879	以諾體育會	
		4 鄧紫瞳	177830	匯友體育協會	
		5 曾悅潼	171785	吐露港游泳訓練學會	
		6 許曉嵐	166037	碧濤游泳拯溺會	
		7 陳希澄	173718	海藝體育會	
		8 馬煒欣	166053	屯門游泳會	
		9 安聲雅	173981	屯門游泳會	
		10 林心睿	177191	屯門游泳會	
	17	男子公開組300公尺海浪游泳賽			
	決賽				
		1 楊家豪	137419	匯友體育協會	
		2 李恒森	154450	匯友體育協會	
		3 曾珀豪	160390	匯友體育協會	
		4 陳柏江	171309	吐露港游泳訓練學會	
		5 黃絡勤	159894	翠屋拯溺會	
		6 林焯鋒	171737	翠屋拯溺會	
	18	女子公開組300公尺海浪游泳賽			
	決賽				
		1 李安穎	154905	匯友體育協會	
		2 陳映辰	167130	大埔拯溺會	
		3 周芷晞	137335	大埔拯溺會	
		4 鄺彥濤	164700	匯駿體育協會	
		5 王詠熹	168492	翠屋拯溺會	
	19	男子青年組300公尺海浪板速度賽			
	決賽				
		1 張榮琛	159991	3A體育會	
		2 梁翊藍	159711	3A體育會	
		3 李安傑	155254	匯友體育協會	
		4 梁柏言	169563	匯駿體育協會	
		5 許道源	171104	碧濤游泳拯溺會	
		6 楊贊楠	162798	碧濤游泳拯溺會	
		7 安聲博	178218	屯門游泳會	
	20	女子青年組300公尺海浪板速度賽			
	預/決賽				
		1 鄧紫蕎	170209	以諾體育會	
		2 余悅	152040	以諾體育會	
		3 林文西	160327	以諾體育會	
		4 周家瑜	173616	以諾體育會	
		5 李善喬	173625	吐露港游泳訓練學會	
		6 曾悅潼	171785	吐露港游泳訓練學會	
		7 任希悠	173710	匯駿體育協會	
		8 許曉嵐	166037	碧濤游泳拯溺會	
		9 陳君烜	171091	碧濤游泳拯溺會	
		10 陳希澄	173718	海藝體育會	
		11 馬煒欣	166053	屯門游泳會	
		12 安聲雅	173981	屯門游泳會	
		13 林心睿	177191	屯門游泳會	

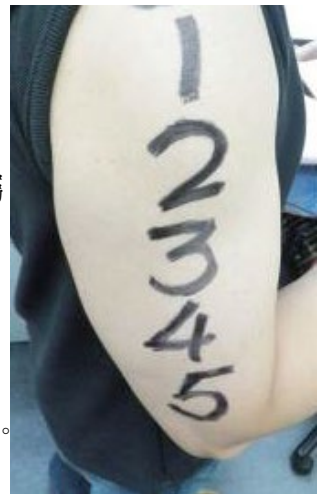
2026 拯溺 (海洋及沙灘)分齡賽
二零二六年十月三日
淺水灣泳灘

項目分組名單 P.4/4

比賽日	場次	參賽者姓名	LB NO.	團體名稱	備註
	21	男子公開組300公尺海浪板速度賽			
	預/決賽				
		1	陳嘉嶸	157541	以諾體育會
		2	楊家豪	137419	匯友體育協會
		3	李恒森	154450	匯友體育協會
		4	陳俊倫	153058	大埔拯溺會
		5	劉海柏	161948	匯駿體育協會
		6	余文軒	128107	碧濤游泳拯溺會
		7	羅景昌	162799	碧濤游泳拯溺會
		8	周月生	171738	香港水質及廢水處理總會
		9	羅守浩	168746	香港水質及廢水處理總會
		10	陸浩文	136621	翠屋拯溺會
		11	黃家進	160513	翠屋拯溺會
		12	張志恒	168245	翠屋拯溺會
		13	黃絡勤	159894	翠屋拯溺會
		14	林焯鋒	171737	翠屋拯溺會
		15	陳智謙	171509	屯門游泳會
	22	女子公開組300公尺海浪板速度賽			
	決賽				
		1	李安穎	145905	匯友體育協會
		2	陳映辰	167130	大埔拯溺會
		3	丘琦	167134	匯友體育協會
		4	崔子晴	157389	碧濤游泳拯溺會
		5	王詠熹	168492	翠屋拯溺會

2026 年拯溺(海洋及沙灘)分齡賽

- ※ **惡劣天氣或海面情況處理**—如比賽當日有下列情況，是次賽事將會取消或延期，請留意當日電台廣播。
 - ◆ 在開賽前三小時，天文台發出雷暴警告、黃色或以上暴雨警告訊號、一號或以上熱帶氣旋警告，當日賽事將取消。
 - ◆ 在比賽進行期間，天文台發出雷暴警告、黃色或以上暴雨警告訊號、一號或以上熱帶氣旋警告，比賽將暫停至所有警告取消。
 - ◆ 當沙灘懸掛紅旗，所有海洋項目將暫停或取消，沙灘項目則繼續進行。
 - ◆ 在比賽進行期間，有任何惡劣天氣情況，總裁判將決定賽事繼續進行、暫停或取消。
- ※ **基本賽事規則**—本賽事執行國際救生總會發出之競賽規則最新版本(英文版)。
- ※ **上訴費**—本地拯溺比賽之上訴費每次收費港幣三百元正。
- ※ **開賽時間**—召集將於開賽前 15 分鐘開始進行，每日開賽時間如下：
 - ◆ 3/10/2026 08:30
- ※ **預先寫上編號**—請各屬會自行為運動員在召集前寫上個人救生手冊編號於左右上臂內，編號順序由上而下，如右圖所示。每個數字的高度不得小於 3cm
- ※ **核實身份**—各參賽者必須在召集時出示救生記錄手冊或附有相片的身份證明文件正本予工作人員核對，否則不得參賽。
- ※ **屬會競賽泳帽**—各屬會必須自備其『屬會競賽泳帽』，所有運動員必須穿戴由屬會註冊成本會的『屬會競賽泳帽』見附件，沒有『屬會競賽泳帽』之運動員將不能參與任何海洋及沙灘賽事，運動員亦不能穿戴不屬於該屬會的泳帽。
- ※ **項目取消**—人數不足取消：因報名人數不足，取消項目包括 – “女子兒童組跑游跑賽 及 男子青年組300公尺海浪游泳賽”。
- ※ **召集**
 - ◆ 召集處將置於各項目之起點附近，參賽者請留意大會宣布及註明召集的旗幟。
 - ◆ 是次賽事將按照當日之出席運動員人數，安排參賽組別及線道，參賽者請留意大會宣佈。
 - ◆ 各項目宣佈最後召集的 5 分鐘後將會停止登記，如錯過最後召集者，將喪失該項之參賽資格。
 - ◆ 運動員一經召集人員登記不得擅自離開召集範圍，直至工作人員帶到比賽區域。
- ※ **預賽進入決賽之原則**
 - ◆ 人數超出決賽限制數量的項目，將會進行預賽，預賽分組將於比賽當日報到後進行抽籤分組。
 - ◆ 每組別最快之隊伍將可進入決賽，進入決賽者將即時通知及進行起步抽籤。
 - ◆ 凡進入決賽之運動員，不得離開比賽範圍，決賽將立即進行，所有賽事只設一場決賽。
 - ◆ 一經大會確定進入決賽之名單，不論任何原因均不可更改參賽運動員。
 - ◆ 大會將保留取消或更改組別人數及組別數量之權利，參賽者須留意大會之公告。
- ※ **終點程序**
 - ◆ 完成賽事後不得擅自離開，待工作人員宣佈解散，方可離開。
 - ◆ 為準確取得所有參賽者的名次，各場比賽的所有參賽者在越過終點後須按名次排隊，以便各工作人員為參賽者登記成績。
 - ◆ 任何參賽者收到所得之名次卡後，須在離開比賽場地前交予終點工作人員。
- ※ **器材**—大會將提供比賽器材，各團體及參賽者有義務小心使用，同時須自行運送，用後亦要於回原位或交予工作人員。若自攜少年海浪板或競賽海浪板作賽，必須預先向大會提出，以便總裁判檢查有關器材是否符合規格。
- ※ **特別事項**：參加者在比賽期間如發現海毛蟲等有害海洋生物，請勿接觸及通知大會處理。

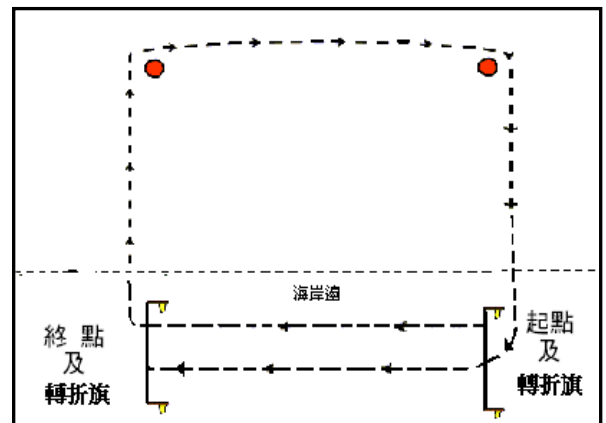


2026拯溺(海洋及沙灘)分齡賽

項目特別須知:

1. 跑游跑賽

由起點向轉折旗(終點)一方跑約 50 公尺，繞過轉折旗入海游泳約 80 公尺，中途繞過指定路線，回岸後須繞過沙灘轉折旗(起點)跑約 50 公尺，越過終點旗完成比賽。



取消資格：錯誤完成內容所描述的指定路線，比賽受國際救生總會救生競賽規則約束。

2. 90 公尺海浪板速度賽：

大會將提供較短及外層設有軟膠的海浪板予少年組的海浪板速度賽使用，板長約 200 公分。

屬會泳帽顏色

	屬 會 名 稱		泳帽顏色	
1	A-18	3A體育會	紫/白/紫	
3	E-12	以諾體育會	橙/白/橙	
5	H-39	翠屋拯溺會	青/紅	
7	H-68	海藝體育會	紫/黃	
8	H-87	香港水質及廢水處理總會	淺寶藍	
10	P-19	匯駿體育協會	黃/藍/黃	
13	S-54	碧濤游泳拯溺會	紅	
14	S-98	匯友體育協會	綠/白/綠	
15	T-01	大埔拯溺會	黃/黑/黃	
16	T-22	吐露港游泳訓練學會	紅/白/紅	
17	T-34	屯門游泳會	深藍 / 橙黃	

成績公佈

2026 年拯溺(海洋及沙灘)分齡賽



鳴謝

觀塘游泳會有限公司

翠屋拯溺會