

Surf Lifesaving Competition Series 2025

拯溺海洋・沙灘計分賽

競技系列



Repulse Bay Beach
淺水灣泳灘

25th October 2025 (Saturday)
二零二五年十月二十五日 (星期六)

2025拯溺海洋・沙灘計分賽

競技系列

比賽日程

25/10/2025 09:00 淺水灣泳灘

時間	項次	賽事	項目	人數	預/決賽
沙灘及海洋場地					
0900	16	男子青年組沙灘跑賽		20	預/決賽
	17	女子青年組沙灘跑賽		16	預/決賽
	18	男子公開組沙灘跑賽		15	預/決賽
	19	女子公開組沙灘跑賽		4	決賽
	20	男子先進組沙灘跑賽		3	決賽
1040	21	男子青年組沙灘奪標賽		20	預/決賽
	22	女子青年組沙灘奪標賽		16	預/決賽
	23	男子公開組沙灘奪標賽		15	預/決賽
	24	女子公開組沙灘奪標賽		4	決賽
	25	男子先進組沙灘奪標賽		3	決賽
1200	26	男子青年組海浪游泳賽		20	決賽
	27	女子青年組海浪游泳賽		16	決賽
	28	男子公開組海浪游泳賽		15	決賽
	29	女子公開組海浪游泳賽		4	決賽
	30	男子先進組海浪游泳賽		3	決賽

備註:

- ・ 進行預賽之項目，只設一場決賽（Final A），未能進入決賽者將計算預賽的成績。
- ・ 比賽三個系列分為3天進行，召集將於每項開賽前15分鐘開始進行。

屬會運動員名單

3A體育會

1	張榮琛	159991
2	王藝霖	154452
3	李恒森	154450
4	李安傑	155254
5	李皓騫	170500
6	林文西	160327

以諾體育會

1	張愷妍	154451
2	黃建朗	137586
3	鄧紫蕎	170209
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	王俊謙	170131

翠屋拯溺會

1	陸浩文	136621
2	黃家進	160513
3	張志恒	168245
4	李欣彤	160255
5	林焯鋒	171737
6	羅子鈿	169270
7	張晉霖	169732
8	王詠熹	168492

大埔拯溺會

1	周泓匡	169436
2	李柏禧	171731
3	李善喬	173625
4	王智軒	153062
5	梁洛熙	155364
6	陳芷晴	147643
7	楊家豪	137419
8	周芷晞	137335
9	陳嘉嶸	157541
10	袁啟禮	76184

屯門游泳會

1	陳智謙	171509
---	-----	--------

香港中華基督教青年會

1	梁仲亨	172343
2	蔡正行	171062
3	施凱証	171061
4	馮文焯	171060
5	郭芷柔	171063
6	鍾詩澄	171064
7	陳穎鈿	172108
8	練家希	154518
9	鄭秉簾	172344

碧濤游泳拯溺會

1	羅景昌	162799
2	楊尚銘	157968
3	黃堯榮	157967
4	許曉嵐	166037

匯友體育協會

1	丁子勤	165231
2	曾珀豪	160390
3	江文博	152604
4	林千津	136720
5	余悅	152040
6	陳煒鈞	136207
7	陳俊倫	153058
8	丘琦	167134
9	歐陽詩澄	172620
10	周家瑜	173616

吐露港游泳訓練學會

1	何俊廷	111982
2	何俊琛	111973
3	梁芯	168879

屬會名稱	參賽人數
1 A-18 3A體育會	6
2 E-12 以諾體育會	4
3 C-25 香港中華基督教青年會	9
4 H-39 翠屋拯溺會	8
5 H-87 香港水質及廢水處理總會	3
6 S-54 碧濤游泳拯溺會	4
7 S-98 匯友體育協會	10
8 T-01 大埔拯溺會	10
9 T-22 吐露港游泳訓練學會	3
10 T-34 屯門游泳會	1
	58

2025拯溺海洋·沙灘計分賽

項目分組名單 P.1/4

競技系列

2025年10月25日

淺水灣泳灘

比賽日	場次	參賽者姓名	救生手冊號碼	屬會名稱	備註
25/10/2025	16	男子青年組沙灘跑賽			
	預/決賽				
		1 張榮琛	159991	3A體育會	
		2 李恒森	154450	3A體育會	
		3 李安傑	155254	3A體育會	
		4 李皓熹	170500	3A體育會	
		5 梁仲亨	172343	香港中華基督教青年會	
		6 蔡正行	171062	香港中華基督教青年會	
		7 施凱証	171061	香港中華基督教青年會	
		8 馮文焯	171060	香港中華基督教青年會	
		9 鄭秉旒	172344	香港中華基督教青年會	
		10 林焯鋒	171737	翠屋拯溺會	
		11 張晉霖	169732	翠屋拯溺會	
		12 王俊謙	170131	香港水質及廢水處理總會	
		13 羅景昌	192799	碧濤游泳拯溺會	
		14 楊尚銘	157968	碧濤游泳拯溺會	
		15 黃堯榮	157967	碧濤游泳拯溺會	
		16 丁子勤	165231	匯友體育協會	
		17 周泓匡	169436	大埔拯溺會	
		18 李柏禧	171731	大埔拯溺會	
		19 梁洛熙	155364	大埔拯溺會	
		20 陳嘉嶸	157541	大埔拯溺會	
25/10/2025	17	女子青年組沙灘跑賽			
	預/決賽				
		1 林文西	160327	3A體育會	
		2 郭芷柔	171063	香港中華基督教青年會	
		3 鍾詩澄	171064	香港中華基督教青年會	
		4 練家希	154518	香港中華基督教青年會	
		5 張愷妍	154451	以諾體育會	
		6 鄧紫蕎	170209	以諾體育會	
		7 曾悅潼	171785	以諾體育會	
		8 羅子鈿	169270	翠屋拯溺會	
		9 王詠熹	168492	翠屋拯溺會	
		10 許曉嵐	166037	碧濤游泳拯溺會	
		11 余悅	152040	匯友體育協會	
		12 丘琦	167134	匯友體育協會	
		13 歐陽詩澄	172620	匯友體育協會	
		14 周家瑜	173616	匯友體育協會	
		15 李善喬	173625	大埔拯溺會	
		16 梁芯	168879	吐露港游泳訓練學會	
25/10/2025	18	男子公開組沙灘跑賽			
	預/決賽				
		1 王藝霖	154452	3A體育會	
		2 黃建朗	137586	以諾體育會	
		3 陸浩文	136621	翠屋拯溺會	
		4 黃家進	160513	翠屋拯溺會	
		5 張志恒	168245	翠屋拯溺會	
		6 周月生	171738	香港水質及廢水處理總會	
		7 羅守浩	168746	香港水質及廢水處理總會	
		8 曾珀豪	160390	匯友體育協會	
		9 江文博	152604	匯友體育協會	
		10 林千津	136720	匯友體育協會	
		11 陳煒鈞	136207	匯友體育協會	
		12 陳俊倫	153058	匯友體育協會	
		13 王智軒	153062	大埔拯溺會	
		14 楊家豪	137419	大埔拯溺會	
		15 陳智謙	171509	屯門游泳會	

2025拯溺海洋・沙灘計分賽

項目分組名單 P.2/4

競技系列

2025年10月25日

淺水灣泳灘

比賽日	場次	參賽者姓名	救生手冊號碼	屬會名稱	備註
25/10/2025	19	女子公開組沙灘跑賽			
	決賽				
		1 李欣彤	160255	翠屋拯溺會	
		2 陳芷晴	147643	大埔拯溺會	
		3 周芷晞	137335	大埔拯溺會	
		4 陳穎鋼	172108	香港中華基督教青年會	
25/10/2025	20	男子先進組沙灘跑賽			
	決賽				
		1 袁啟禮	76184	大埔拯溺會	
		2 何俊廷	111982	吐露港游泳訓練學會	
		3 何俊琛	111973	吐露港游泳訓練學會	
25/10/2025	21	男子青年組沙灘奪標賽			
	預/決賽				
		1 張榮琛	159991	3A體育會	
		2 李恒森	154450	3A體育會	
		3 李安傑	155254	3A體育會	
		4 李皓騫	170500	3A體育會	
		5 梁仲亨	172343	香港中華基督教青年會	
		6 蔡正行	171062	香港中華基督教青年會	
		7 施凱証	171061	香港中華基督教青年會	
		8 馮文焯	171060	香港中華基督教青年會	
		9 鄭秉旆	172344	香港中華基督教青年會	
		10 林焯鋒	171737	翠屋拯溺會	
		11 張晉霖	169732	翠屋拯溺會	
		12 王俊謙	170131	香港水質及廢水處理總會	
		13 羅景昌	192799	碧濤游泳拯溺會	
		14 楊尚銘	157968	碧濤游泳拯溺會	
		15 黃堯榮	157967	碧濤游泳拯溺會	
		16 丁子勤	165231	匯友體育協會	
		17 周泓匡	169436	大埔拯溺會	
		18 李柏禧	171731	大埔拯溺會	
		19 梁洛熙	155364	大埔拯溺會	
		20 陳嘉嶸	157541	大埔拯溺會	
25/10/2025	22	女子青年組沙灘奪標賽			
	預/決賽				
		1 林文西	160327	3A體育會	
		2 郭芷柔	171063	香港中華基督教青年會	
		3 鍾詩澄	171064	香港中華基督教青年會	
		4 練家希	154518	香港中華基督教青年會	
		5 張愷妍	154451	以諾體育會	
		6 鄧紫蕎	170209	以諾體育會	
		7 曾悅潼	171785	以諾體育會	
		8 羅子鈿	169270	翠屋拯溺會	
		9 王詠熹	168492	翠屋拯溺會	
		10 許曉嵐	166037	碧濤游泳拯溺會	
		11 余悅	152040	匯友體育協會	
		12 丘琦	167134	匯友體育協會	
		13 歐陽詩澄	172620	匯友體育協會	
		14 周家瑜	173616	匯友體育協會	
		15 李善喬	173625	大埔拯溺會	
		16 梁芯	168879	吐露港游泳訓練學會	

2025拯溺海洋・沙灘計分賽

項目分組名單 P.3/4

競技系列

2025年10月25日

淺水灣泳灘

比賽日	場次	參賽者姓名	救生手冊號碼	屬會名稱	備註
25/10/2025	23	男子公開組沙灘奪標賽			
	預/決賽				
		1 王藝霖	154452	3A體育會	
		2 黃建朗	137586	以諾體育會	
		3 陸浩文	136621	翠屋拯溺會	
		4 黃家進	160513	翠屋拯溺會	
		5 張志恒	168245	翠屋拯溺會	
		6 周月生	171738	香港水質及廢水處理總會	
		7 羅守浩	168746	香港水質及廢水處理總會	
		8 曾珀豪	160390	匯友體育協會	
		9 江文博	152604	匯友體育協會	
		10 林千津	136720	匯友體育協會	
		11 陳煒鈞	136207	匯友體育協會	
		12 陳俊倫	153058	匯友體育協會	
		13 王智軒	153062	大埔拯溺會	
		14 楊家豪	137419	大埔拯溺會	
		15 陳智謙	171509	屯門游泳會	
25/10/2025	24	女子公開組沙灘奪標賽			
	決賽				
		1 李欣彤	160255	翠屋拯溺會	
		2 陳芷晴	147643	大埔拯溺會	
		3 周芷晞	137335	大埔拯溺會	
		4 陳穎鋼	172108	香港中華基督教青年會	
25/10/2025	25	男子先進組沙灘奪標賽			
	決賽				
		1 袁啟禮	76184	大埔拯溺會	
		2 何俊廷	111982	吐露港游泳訓練學會	
		3 何俊琛	111973	吐露港游泳訓練學會	
25/10/2025	26	男子青年組海浪游泳賽			
	決賽				
		1 張榮琛	159991	3A體育會	
		2 李恒森	154450	3A體育會	
		3 李安傑	155254	3A體育會	
		4 李皓騫	170500	3A體育會	
		5 梁仲亨	172343	香港中華基督教青年會	
		6 蔡正行	171062	香港中華基督教青年會	
		7 施凱証	171061	香港中華基督教青年會	
		8 馮文焯	171060	香港中華基督教青年會	
		9 鄭秉旒	172344	香港中華基督教青年會	
		10 林焯鋒	171737	翠屋拯溺會	
		11 張晉霖	169732	翠屋拯溺會	
		12 王俊謙	170131	香港水質及廢水處理總會	
		13 羅景昌	192799	碧濤游泳拯溺會	
		14 楊尚銘	157968	碧濤游泳拯溺會	
		15 黃堯榮	157967	碧濤游泳拯溺會	
		16 丁子勤	165231	匯友體育協會	
		17 周泓匡	169436	大埔拯溺會	
		18 李柏禧	171731	大埔拯溺會	
		19 梁洛熙	155364	大埔拯溺會	
		20 陳嘉嶸	157541	大埔拯溺會	

2025拯溺海洋·沙灘計分賽

項目分組名單 P.4/4

競技系列

2025年10月25日

淺水灣泳灘

比賽日	場次	參賽者姓名	救生手冊號碼	屬會名稱	備註
25/10/2025	27 決賽	女子青年組海浪游泳賽			
		1 林文西	160327	3A體育會	
		2 郭芷柔	171063	香港中華基督教青年會	
		3 鍾詩澄	171064	香港中華基督教青年會	
		4 練家希	154518	香港中華基督教青年會	
		5 張愷妍	154451	以諾體育會	
		6 鄧紫蕎	170209	以諾體育會	
		7 曾悅潼	171785	以諾體育會	
		8 羅子鈿	169270	翠屋拯溺會	
		9 王詠熹	168492	翠屋拯溺會	
		10 許曉嵐	166037	碧濤游泳拯溺會	
		11 余悅	152040	匯友體育協會	
		12 丘琦	167134	匯友體育協會	
		13 歐陽詩澄	172620	匯友體育協會	
		14 周家瑜	173616	匯友體育協會	
		15 李善喬	173625	大埔拯溺會	
		16 梁芯	168879	吐露港游泳訓練學會	
25/10/2025	28 決賽	男子公開組海浪游泳賽			
		1 王藝霖	154452	3A體育會	
		2 黃建朗	137586	以諾體育會	
		3 陸浩文	136621	翠屋拯溺會	
		4 黃家進	160513	翠屋拯溺會	
		5 張志恒	168245	翠屋拯溺會	
		6 周月生	171738	香港水質及廢水處理總會	
		7 羅守浩	168746	香港水質及廢水處理總會	
		8 曾珀豪	160390	匯友體育協會	
		9 江文博	152604	匯友體育協會	
		10 林千津	136720	匯友體育協會	
		11 陳煒鈞	136207	匯友體育協會	
		12 陳俊倫	153058	匯友體育協會	
		13 王智軒	153062	大埔拯溺會	
		14 楊家豪	137419	大埔拯溺會	
		15 陳智謙	171509	屯門游泳會	
25/10/2025	29 決賽	女子公開組海浪游泳賽			
		1 李欣彤	160255	翠屋拯溺會	
		2 陳芷晴	147643	大埔拯溺會	
		3 周芷晞	137335	大埔拯溺會	
		4 陳穎鏞	172108	香港中華基督教青年會	
25/10/2025	30 決賽	男子先進組海浪游泳賽			
		1 袁啟禮	76184	大埔拯溺會	
		2 何俊廷	111982	吐露港游泳訓練學會	
		3 何俊琛	111973	吐露港游泳訓練學會	

中國香港拯溺總會
2025 年拯溺海洋沙灘計分賽系列
(全能系列 26.07.2025 速度系列 16.08.2025 競技系列 25.10.2025)
比賽須知

1. 惡劣天氣處理

天文台發出的雷暴警告並有效至上午 8 時或之後、賽前 3 小時天文台發出 1 號或以上熱帶氣旋警告、黃色或以上暴雨警告訊號，當日賽事將會取消。比賽開始後，如有任何惡劣天氣情況發生，則由當日之總裁判決定賽事繼續進行與否。

2. 沙灘跑賽安全措施

有鑒於淺水灣泳灘沙粒較為粗糙，是次賽事之沙灘跑賽**接受參賽者穿著襪套**或以布料包裹腳掌作賽，但嚴禁採用鞋類。大會有權檢查參賽者所穿著之保護裝備，凡使用不合規格之器材，將被取消資格。

3. 參賽須知

- a、運動員編號：運動員可於召集處向工作人員借用黑色粗筆並自行劃上「救生手冊編號」於雙臂上，號碼垂直、由上至下形式（參考右圖）。必須於最後召集前向工作人員展示正確的編號，否則概不受理。
- b、身份證明文件：各參賽者須帶備身份證明文件或個人救生記錄手冊，工作人員有權要求參賽者出示及進行核對。
- c、泳帽：根據海洋賽規定，參賽者必須穿戴拯溺競賽運動員登記之指定色樣泳帽，大會將不設後備，未有穿戴海洋賽泳帽將不能參賽。



4. 項目完成時限

由起步開始計時，若未能在指定時間內完成到達終點，該參賽者將被列為「DNF/未能完成」，屆時將會有工作人員協助盡快返回岸上。限時如下：

	海浪艇	海浪板	海洋全能
男子組	8 分鐘	7 分鐘	20 分鐘
女子組	9 分鐘	8 分鐘	22 分鐘

5. 報到程序

- a、召集(起點)：在各項比賽開賽前 15 分鐘宣佈第一次召集，最後召集將於賽前 5 分鐘宣佈，當宣佈最後召集即截止報到，並立即進行抽籤程序。
- b、起步及排位抽籤：預賽起步及分組抽籤同步進行，而決賽起步將在出發前在起點抽籤。
- c、截止報到：在宣佈最後召集未進行報到者將視作缺席/棄權，若出席人數小於決賽限定人數，該項目之初賽將直接進入決賽，並於預賽時段舉行作賽。

6. 海洋賽比賽路線

所有比賽均在淺水灣泳灘內之東面舉行，見下圖，各項目之路線安排如下：

紫色路線 – 海浪艇賽；

紅色路線 – 海浪板賽；

黑色路線 – 海浪游賽。

*海洋全能賽 的海上項目的路線將按照上述指引進行。



比賽路線：

- 海浪游泳賽路線
- 海浪板賽路線
- 海浪艇路線



特別轉折泡

圖片只作參考, 賽事當日按實際情況需要或會作出變動, 一切以大會公佈為準

7. 海洋全能賽次序：**海浪游泳**→**海浪艇**→**海浪板**→**沙灘跑**

8. 進入決賽安排

- 人數超出指定限額之項目，將要進行預賽。進行預賽之項目，只設一場決賽，未能進入決賽者將計算預賽的成績。
- 決賽將緊接舉行，任何獲得決賽資格的參賽者，請盡快到起點區準備賽事。
- 終點名次安排：成績將會按照該項的名次分組公佈。

9. 終點名次安排

- 當完成賽事到達終點者，將獲得名次牌一張，參賽者須按工作人員指示進行登記後方可離開。

10. 成績公佈及領取獎牌：成績公佈二維碼設於場刊最後一頁，請自行掃碼查看當日比賽成績，當日將會於成績公佈後15分鐘派發獎牌，因事未能領取獎牌之得獎者需另行在灣仔辦事處領取。

11. 器材安排：大會將提供基本比賽器材予各參賽者使用，參賽者可使用得到認證之海浪艇及海浪板作賽。所有完成賽事的參賽者必須將器材放回原位，如有棄置器材不顧的情況，該名參賽者將有機會被取消資格。

2025年拯溺海洋．沙灘計分賽-競技系列

25.10.2025

	屬會名稱		泳帽顏色	
1	A-18	3A體育會	白/粉紅	
2	E-12	以諾體育會	紅/橙	
3	C-25	香港中華基督教青年會	黃/灰	
4	H-39	翠屋拯溺會	青/紅	
5	H-87	香港水質及廢水處理總會	淺寶藍	
6	S-54	碧濤游泳拯溺會	紅	
7	S-98	匯友體育協會	紅/黃	
8	T-01	大埔拯溺會	紅/粉藍	
9	T-22	吐露港游泳訓練學會	紅/白	
10	T-34	屯門游泳會	深藍 / 橙黃	

成績公佈



鳴謝

淺水灣泳灘

大埔拯溺會

