

渣打香港馬拉松 2027
躍動少年跑 - 賽前訓練班

簡介：	渣打香港馬拉松（渣馬）由中國香港田徑總會（田總）主辦為香港最多人參與之體育賽事，2026 年吸引全球超過十二萬名跑手報名參加。 田總一直積極推動社區體育發展，並於 2026 年首辦「渣打香港馬拉松—躍動少年跑」。賽事於渣馬主賽事舉行前一天在啟德體育園青年運動場舉行，設約兩公里賽程，供 10 至 15 歲青少年參與，吸引超過一千名青少年同場競技。賽事旨在推廣積極參與運動的正能量，鼓勵青少年培養積極的人生觀，協助他們迎接未來挑戰，並讓運動成為成長歷程中不可或缺的一部分。 今年，田總除繼續舉辦專為青少年而設的「躍動少年跑」外，亦將增設全新入門級項目「五公里海濱跑」，讓更多市民體驗跑步的樂趣，鼓勵不同年齡及運動程度人士參與，並為有志挑戰渣打香港馬拉松主賽事的跑手建立基礎。為協助參賽青少年作好準備，田總將於賽前舉辦訓練班，提供有系統的跑步訓練，協助他們提升體能、掌握正確跑步技巧，並以積極態度備戰賽事。
目標對象：	2012 至 2017 年出生的青少年 (訓練目標：2 公里賽事)
名額：	每班 30 人，共 6 班 (香港島 1 班／九龍 2 班／新界 3 班)
教練比例：	每班 1 位教練及 2 位助理教練
訓練時段：	2026 年 10 月至 12 月（每班共 8 節，每節 2 小時） (詳情請參閱訓練時間表)
報名費用：	\$ 200 (不包括「躍動少年跑」賽事報名費)
報名安排：	即日起接受報名，名額有限，先到先得，截止日期為 10 月 15 日 報名連結： https://hkaaa.com/tc/train_online_apply_intro.php?id=32
訓練場地：	康樂及文化事務署轄下運動場 (1) 香港島 - 香港仔運動場(康文署) (2) 九龍 - 深水埗運動場 (田總) (3) 九龍 - 斧山道運動場 (田總) (4) 新界 - 將軍澳運動場 (康文署) (5) 新界 - 屯門鄧肇堅運動場 (康文署) (6) 新界 - 馬鞍山運動場 (田總)
賽事報名：	參與訓練班的學員，可獲渣打香港馬拉松 2027「躍動少年跑」賽事預留名額。
備註：	✧ (田總) = 田總訓練時段 ✧ (康文署) = 公眾緩步跑時段

渣打香港馬拉松 2027
躍動少年跑 - 賽前訓練班
訓練時間表

場地		星期	時間	訓練日期
香港島				
A1	香港仔運動場	星期三	17:30-19:30	10 月 28 日 11 月 4、11、18、25 日 12 月 2、9、16 日
九龍區				
B1	深水埗運動場	星期五	18:00-20:00	10 月 23、30 日 11 月 6、13、20、27 日 12 月 4、11 日
B2	斧山道運動場	星期二	17:30-19:30	10 月 27 日 11 月 3、10、17、24 日 12 月 1、8、15 日
新界區				
C1	將軍澳運動場	星期二	17:30-19:30	10 月 20、27 日 11 月 3、10、17、24 日 12 月 1、8 日
C2	屯門鄧肇堅運動場	星期一	18:00-20:00	10 月 26 日 11 月 2、9、16、23、30 日 12 月 7、14 日
C3	馬鞍山運動場	星期六	14:00-16:00	10 月 31 日 11 月 7、14、21、28 日 12 月 5、12、19 日