



## 參賽隊伍練習須知

為確保各參賽隊伍在安全的環境下有序進行練習，主辦單位由 4 月 13 日起在練習安排方面將實施以下措施，請各參賽隊伍注意及配合：

1. 各隊伍必須按照主辦單位編排的時間進行練習。
2. 若參賽隊伍需要申請在以下其他時段進行練習，請提前將申請以信函形式遞交至中國澳門龍舟總會辦公室，或電郵至 [2021midbr@gmail.com](mailto:2021midbr@gmail.com)，以便出作考慮及安排：

日期	時段
星期一至星期五	14:00-15:30、14:30-16:00、15:30-17:00、16:00-17:30

所有隊伍的申請必須先獲得批准方可於申請時段內進行練習。申請獲得批准後，其餘練習時段將安排予其他參賽隊伍進行練習

3. 練習時隊伍人數必須達到規定的最低要求（標準龍 13 人連舵手、小龍 7 人連舵手），方可進行練習。
4. 各隊伍在進行練習前須配合以下措施：
  - 出示由主辦單位發出的參賽隊伍卡；
  - 測量體溫；
  - 出示“澳門健康碼”。
5. 除進行熱身運動及正式練習期間之外，各隊伍所有隊員在場內應佩戴口罩，並保持適當距離。
6. 各隊伍須按時結束練習，將龍舟交回指定位置。
7. 各隊伍須於指定練習時間結束後 30 分鐘內離開練習場地，避免聚集。
8. 請妥善保管好個人隨身物品。
9. 若有隊伍在練習期間不遵守以上措施，主辦單位保留取消該隊伍參賽資格的權利。