

香港道教聯合會圓玄學院第二中學  
第二十二屆陸運會  
第一天賽程 (10/04/2019)

組別 時間	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
8:15	齊 集					
8:50	開 幕 禮					
9:15	【1】400米 (決)	【2】400米 (決)	【3】400米 (決)	【4】400米 (決)	【5】400米 (決)	【6】400米 (初/2)
9:20	【7】鐵餅 (決)	【8】跳高 (決)		【9】跳遠 (決)	【10】鉛球 (決)	
9:45	【11】1500米 (決)	【12】1500米 (決)	【13】1500米 (決)	【14】1500米 (決)	【15】1500米 (決)	
10:15	【16】跳高 (決)	【17】三級跳遠 (決)	【18】鉛球 (決)			【19】跳遠 (決)
10:25	【20】100米 (初/3)	【21】100米 (初/3)	【22】100米 (初/5)	【23】100米 (初/2)	【24】100米 (初/4)	【25】100米 (初/6)
11:00		【26】鉛球 (決)	【27】鐵餅 (決)			
11:30	【28-32】班際4×100米接力賽(決)(中五、中四、中三、中二、中一)					
12:00	午 膳					
1:20	齊 集					
1:30	頒 獎					
2:00	【33】200米 (初/2)	【34】200米 (初/2)	【35】200米 (初/3)		【36】200米 (初/3)	【37】200米 (初/2)
2:10	【38】鉛球 (決)	【39】跳遠 (決)		【40】鐵餅 (決)	【41】跳高 (決)	
2:45	【42】4×400米 (決)	【43】4×400米 (決)	【44】4×400米 (決)	【45】4×400米 (決)	【46】4×400米 (決)	【47】4×400米 (決)
3:45	頒 獎					
4:30	完 結					

第二天賽程 (11 / 04 / 2019)

組別 時間	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
8:15	齊 集					
8:50	【1】100米 跨欄(決)	【2】100米 跨欄(決/2)	【3】100米 跨欄(決)	【4】100米 跨欄(決)	【5】100米 跨欄(決)	【6】100米 跨欄(決)
9:00	【7】跳遠 (決)	【8】鐵餅 (決)	【9】跳高 (決)	【10】鉛球 (決)		
9:15	【11】200米 (決)	【12】200米 (決)	【13】200米 (決)	【14】200米 (決)	【15】200米 (決)	【16】200米 (決)
9:15					【17】跳遠 (決)	
9:40	【18】800米 (決)	【19】800米 (決)	【20】800米 (決)	【21】800米 (決)	【22】800米 (決)	【23】800米 (決)
10:00					【24】鐵餅 (決)	【25】跳高 (決)
10:10	【26】100米 (決)	【27】100米 (決)	【28】100米 (決)	【29】100米 (決)	【30】100米 (決)	【31】100米 (決)
10:15	【32】三級跳遠 (決)					【33】鉛球 (決)
10:30						【34】400米 (決)
10:40			【35】跳遠 (決)	【36】跳高 (決)		
10:35	【37】4×100米 (決)	【38】4×100米 (決)	【39】4×100米 (決)	【40】4×100米 (決)	【41】4×100米 (決)	【42】4×100米 (決)
11:10	【43】校友會杯班際師生4×50米接力賽(中一至中三組)					
11:35	頒 獎					
12:30	午 膳					
1:50	齊 集					
2:10	【44】小學友校4×100米接力邀請賽(女子組) 【45】小學友校4×100米接力邀請賽(男子組)					
2:20	小學友校接力頒獎					
2:25	【46】4x50米家長師生競步賽					
2:35	【47】1200米社際混合接力賽					
2:50	啦啦隊表演					
3:05	閉幕禮及頒獎禮					
4:05	完 結					