

香港道教聯合會圓玄學院第二中學
第二十五屆陸運會
第一天賽程 (15/11/2023)

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	400 米 (決)	400 米 (初)	400 米 (初)	400 米 (初)	400 米 (決)	400 米 (決)
9:15					鉛球 (決)	
9:25	鐵餅 (決)	跳高 (決)	跳高 (決)	跳遠 (決)		
9:45	1500 米 (決)	1500 米 (決)	1500 米 (決)	1500 米 (決)	1500 米 (決)	
10:20	三級跳遠 (決)	三級跳遠 (決)	鉛球 (決)			跳遠 (決)
10:30	跳高 (決)					
10:30	100 米 (初)	100 米 (初)	100 米 (初)	100 米 (初)	100 米 (初)	100 米 (初)
11:00		鉛球 (決)	鐵餅 (決)			
11:30	班際 4×100 米接力賽 (決) (中六、中五、中四、中三、中二、中一)					
12:00	午 膳					
1:20	齊 集					
1:30	頒 獎					
2:00	200 米 (決)	200 米 (初)	200 米 (初)	200 米 (初)	200 米 (決)	200 米 (初)
2:10	鉛球 (決)	跳遠 (決)		鐵餅 (決)	跳高 (決)	跳高 (決)
2:45	4×400 米 (決)	4×400 米 (決)	4×400 米 (決)	4×400 米 (中四至六) (決)		4×400 米 (中一至三) (決)
3:45	頒 獎					
4:30	完 結					

第二天賽程 (16/11/2023)

組別 時間	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
8:15	齊 集					
8:50	100 米 跨欄 (決)	100 米 跨欄 (決)	100 米 跨欄 (決)	100 米 跨欄 (決)	100 米 跨欄 (決)	100 米 跨欄 (決)
9:05	跳遠 (決)	鐵餅 (決)		鉛球 (決)		
9:15		200 米 (決)	200 米 (決)	200 米 (決)		200 米 (決)
9:15				跳高 (決)	跳遠 (決)	
9:35	800 米 (決)	800 米 (決)	800 米 (決)	800 米 (決)	800 米 (決)	800 米 (決)
10:00	三級跳遠 (決)					跳高 (決)
10:05	100 米 (決)	100 米 (決)	100 米 (決)	100 米 (決)	100 米 (決)	100 米 (決)
10:15			跳遠 (決)		鐵餅 (決)	鉛球 (決)
10:20		400 米 (決)	400 米 (決)	400 米 (決)		
10:35	4×100 米 (決)	4×100 米 (決)	4×100 米 (決)	4×100 米 (決)	4×100 米 (決)	4×100 米 (決)
11:10	校友會杯班際師生 4×50 米接力賽 (中五至中六組) 校友會杯班際師生 4×50 米接力賽 (中三至中四組) 校友會杯班際師生 4×50 米接力賽 (中一至中二組)					
11:35	頒 獎					
12:30	午 膳					
1:50	齊 集					
2:10	小學友校 4×100 米接力邀請賽 (女子組) 小學友校 4×100 米接力邀請賽 (男子組)					
2:20	【頒獎】小學友校接力邀請賽					
2:25	家長教師會杯 4x50 米競步賽					
2:35	【頒獎】家長教師會杯競步賽					
2:40	1200 米社際混合賽					
2:55	【頒獎】1200 米社際混合賽					
3:00	啦啦隊表演					
3:15	閉幕禮及頒獎禮					
4:15	完 結					