香港道教聯合會圓玄學院第二中學
第二十八屆陸運會
第一天賽程（25 / 11 / 2026）

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（初）	【2】400 米（初）				
9:25	【3】鐵餅（決）	【4】跳高（決）		【5】跳遠（決）	【6】鉛球（決）	
9:45	【7】1500 米（決）	【8】1500 米（決）	【9】1500 米（決）	【10】1500 米（決）	【11】1500 米（決）	
10:20	【12】跳高（決）	【13】三級跳遠（決）	【14】鉛球（決）			【15】跳遠（決）
10:30	【16】100 米（初）	【17】100 米（初）	【18】100 米（初）			【19】100 米（初）
11:00		【10】鉛球（決）	【21】鐵餅（決）			
11:30	【22-27】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	【28】200 米（初）	【29】200 米（初）	【30】200 米（初）			【31】200 米（初）
2:10	【32】鉛球（決）	【33】跳遠（決）		【34】鐵餅（決）	【35】鐵餅（決）	【36】跳高（決）
2:45	【37】4×400 米（決）	【38】4×400 米（決）	【39】4×400 米（決）	【40】4×400 米（中四至六）（決）		【41】4×400 米（中一至三）（決）
3:45	頒獎					
4:30	完結					

第二十八屆陸運會

第二天賽程（26/ 11 / 2026）(暫定賽程)

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）		【3】100 米跨欄（決）	【4】100 米跨欄（決）	
9:05	【5】跳遠（決）	【6】鐵餅（決）	【7】跳高（決）	【8】鉛球（決）		
9:15	【9】200 米（決）	【10】200 米（決）	【11】200 米（決）	【12】200 米（決）	【13】200 米（決）	【14】200 米（決）
9:15					【15】跳遠（決）	
9:40	【16】800 米（決）	【17】800 米（決）	【18】800 米（決）	【19】800 米（決）	【20】800 米（決）	【21】800 米（決）
10:10	【22】100 米（決）	【23】100 米（決）	【24】100 米（決）	【25】100 米（決）	【26】100 米（決）	【27】100 米（決）
10:15	【28】三級跳遠（決）		【29】跳遠（決）	【30】跳高（決）	【31】跳高（決）	【32】鉛球（決）
10:25	【33】400 米（決）	【34】400 米（決）	【35】400 米（決）	【36】400 米（決）	【37】400 米（決）	【38】400 米（決）
10:45	【39】4×100 米（決）	【40】4×100 米（決）	【41】4×100 米（決）	【42】4×100 米（決）	【43】4×100 米（決）	【44】4×100 米（決）
11:10	【45】校友會杯班際師生 4×50 米接力賽（中五至中六組） 【46】校友會杯班際師生 4×50 米接力賽（中三至中四組） 【47】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	【48】小學友校 4×100 米接力邀請賽（女子組） 【49】小學友校 4×100 米接力邀請賽（男子組）					
2:25	【頒獎】小學友校接力邀請賽					
2:30	【50】家長教師會杯 4 x 50 米競步賽					
2:45	【頒獎】家長教師會杯競步賽					
2:50	啦啦隊表演					
3:05	閉幕禮及頒獎禮					
4:15	完結					