

Sub Free added 12 new photos — 😊 feeling wonderful with Suen Tat Gordon and 3 others at 新娘潭路.

November 1 at 4:09pm · Tai Mei Tuk · Edited ·

今早4位Sub Free成員，參加了2015年香港長跑會第38屆綠色半馬拉松，起跑點在百普理賽馬會青年旅舍，路線主要圍繞在新娘潭道、烏蛟騰，鹿頸等，終點回到百普理賽馬會青年旅舍，賽事限時 2.5小時內完成。

今早天氣不錯，太陽不太猛烈、伴著涼風陣陣，完全是不錯的半馬參賽時機。難度方面，上下斜位頗多，平路相對性少，故挑戰性蠻高；但幸好我們平常Sub Free都有不同的短中長跑練習及固定的練習時間，故亦可克服到。我們都留意到，身邊不同跑手都是能跑之人，在上斜路位亦顯露了大家強勁的體力及肌力，簡直不容少看，精英雲集呢！

在賽事過程中，亦有不少搞笑位，如在路上需要避開特別濃郁的天然肥料，及跑遇大美篤精壯黑色大牛，甚至我們亦遇著穿上粉紅色厘士短裙的gimmick少男，另外在跑步過程亦巧遇了不少跑步朋友，故大家互相簡單一句「加油！」，我們已感受了窩心的綠色跑。

值得一讚，因起跑點位置關係，大會為跑手安排了四個巴士交通位，免費讓跑手選乘前往，分別為中環大會堂、天后港鐵站A2出口、九龍塘森麻實道及尖沙咀青年會。候車時間及地點都頗方便。我們4人分別選擇了天后和九龍塘點，乘車時間亦不太長，故基本上免卻了大家前往集合地點的交通煩惱，即是只需要提早及準時前往候車處，上車後就完全一條龍服務，送迎大家去比賽了。

完賽後，各完成跑手均可獲得精美禮品，包括大會T恤、完賽者獎牌、毛巾、環保拉繩袋、普施健肌肉止痛凝膠、Gatapex肌肉膠貼布，當然綠色跑少不了一包有機蔬菜。

我們Sub Free在混合隊際中獲得冠軍，喜獲獎盃及不同獎品，多謝隊友們大家的努力！

香港長跑會的綠色半馬拉松，跑時風景優美，親親大自然，空氣清新舒服，我們4位成員能夠在此路線開心跑，感受真正自然的Green Half Marathon，體會處處自然風光，簡直完全意想不到！事實上，無論是個人或隊際跑，都有著不同的體會及挑戰，下次大家或者在都市中、在日常生活煩囂中，抽一個早上抑接綠色挑戰，亦是不錯的推介！當然，能在其他長跑賽事前，用作一個綠色熱身賽，亦是這個賽事的吸引之處！

#subfree #runderful #icanrun #befit #justdoit #hkdr #greenhalfmarathon#rungreen #greenrun #runwithnature #run





+9

Like

Comment

Share



37 people like this.

2 shares



Write a comment...