流浪挑戰賽

2025

I LIGHT , WE LIGHT

光譜

星星在光譜上旋轉，緩慢訴說億萬光年間的故事；
每顆是每個我們，獨一無二，互相輝映，閃閃發光。

有時在曖昧不明的生活中，忘了自己能如何前行，
找不到還能擁有什麼嚮往，讓我們一起跳進繽紛的光譜中。

星光會匯聚成銀河，渴望將凝聚成勇氣。

點亮自己、為彼此閃耀。

「I light, We light.」

流浪挑戰賽 WANDERING CHALLENGE

2013 年春天，
第一場城市浪人《流浪挑戰賽》誕生了。

十年來秉持出走追尋和跨越舒適圈的核心精神，至今已啟發超過 15000 位參賽者透過「任務」去流浪、挑戰自我。在歷程中探索生命的本質與意義，並從中長出面對未知、迎接挑戰的勇氣與行動力。

透過「遊戲化機制、衝擊式任務體驗、引導反思」三項元素，流浪挑戰賽帶領青年執行四大面向的任務：
自我覺察、冒險挑戰、連結再造、社會參與。

在任務體驗中學習突破，並在最後透過反思的帶領，進一步讓參與者對自我與世界有更深層的覺察與體悟，獲得能應用在生活上的成長。城市浪人更運用三項核心元素設計出多元的體驗活動與工作坊，與外部資源結合，帶領年輕人向內了解自己、向外認識生涯方向、展開社會創新行動，尋找他能為世界帶來的價值。

四大面向&八大能力

自我覺察

了解自己生命價值與使命，釐清自己的能力與價值觀。

覺察力　自我發展力

連結再造

建立與理念相同／相異的他人對話，創造更互助同理的關係。

溝通理解力　連結支持力

冒險挑戰

訓練自我突破，培養自我修復力。

突破力　恆毅力

社會參與

以行動參與社會、關注全球永續發展，並培養世界公民素養。

同理力　公民責任感

影響力地圖

全球參與人數

17,000+

全球累計完成任務數

55,000+

挑戰賽任務影響力觸及

2,218,000+

國際辦理城市

24

挑戰亮點

擴大影響力

- **結合社群號召力：**

本次流浪挑戰賽任務結合社群媒體應用，透過網路媒介，讓探索真實進入你我日常生活，串聯更大的社群網絡。

- **無限制地區任務：**

增加更多「無地域限制」任務，無論在臺灣哪個角落，都可以跟夥伴們一同盡情享受冒險與挑戰。

- **關注在地文化：**

設計結合在地文化與特色的任務，透過深入探索每個地區的獨特魅力，讓參與者在冒險的同時更能認識台灣的人文風情與生活故事，實現探索與文化傳承的雙重目標。

實體流浪旅行

- **探索世界 & 認識自己：**

在實地旅行中，透過任務與世界接觸、對話，不僅學習如何與他人共好，更練習在探索中覺察真實的自己。

- **齊聚大台北地區共走一段挑戰旅程：**

邀請優秀的 25 支隊伍，一起踏上新北與台北的街頭，透過任務設計與行動挑戰，在共同旅程中相遇、交流，凝聚一股屬於這世代的青年力量。

活動辦法 RULES

參與資格

無年齡與地域限制，歡迎所有準備展開挑戰的你。

報名方式

1. 找到兩位隊友，共組三人小隊。
2. 至「2025 流浪挑戰賽」下載活動簡章，並完成 2025 流浪挑戰賽 「報名表單」填寫，內容包含隊伍名稱、隊伍介紹及三人之保險資料。
3. 確認收到行前通知郵件，完成問卷填寫方完成報名。

報名費用

本活動為「免費」參與，無需繳交額外活動費用，惟執行任務過程中之個人花費費用需自行負擔。
獲選第三階段流浪旅行之隊伍將會提供免費住宿，惟需以隊伍為單位繳交新台幣 1,000 元「保證金」，隊伍取得完賽資格且無違反大會之規範事項，則將於活動結束後全額退費。
「保證金」超過繳費期限視同放棄資格，將由後續隊伍遞補。

活動進行方式

賽程共分為三個階段：
第一階段 社群任務 為三人組隊報名、個人任務挑戰。
第二階段 在地任務 及第三階段流浪旅行為三人一組、以隊伍為單位進行挑戰。
第三階段 流浪旅行 將挑選 18 歲至 25 歲青年優先參與。
每個階段皆有各自指定需完成之任務目標，完成者方能獲進入下階段參與篩選資格。

	階段任務	挑戰形式	必修任務	選修任務
第一階段	社群任務	個人	無	6 個至少完成 3 個
第二階段	在地任務	隊伍	2 個皆需完成	10 個至少完成 4 個
第三階段	流浪旅行	隊伍 將挑選 18 歲至 25 歲青年優先參與	2 個皆需完成	6 個至少完成 2 個

完賽資格

全隊成員皆達成三階段任務執行要求，符合活動規範且第三階段流浪旅行全程出席者。

活動時程 SCHEDULE

報名及媒合時間： 06/16（一）00:00 ~ 07/06（日）23:59
06/16（一）起先到先審，最晚將於07/07（一）19:00 前寄出報名確認信

若無法自行組成三人隊伍，2025 流浪挑戰賽設有 LINE 媒合社團，此處是大家可以自由互動的小天地，歡迎在報名截止前主動邀請他人成為你接下來一起完成冒險的夥伴喔！

06/16 報名及媒合階段 07/06

07/01 第一階段・社群任務 07/10
- 於線上社群 Instagram 進行任務。

07/17 第二階段・在地任務 07/31
- 三人組隊進行挑戰，於賽務系統發佈任務並進行成果繳交。

08/15 第三階段・流浪旅行 08/17
- 城市浪人將邀請至多 25 隊表現優異的青年隊伍，參與三天兩夜的挑戰。

活動獎項

評選標準

依照三項任務培養之能力評鑑指標進行評選。
「溝通與表達、自我成長、團隊合作」

獲獎隊伍

1 隊

評選標準

依照兩項任務培養之能力評鑑指標進行評選。
「適應與韌性、公民永續」

獲獎隊伍

1 隊

評選標準

依照能力評鑑指標「積極行動」進行評選。

獲獎隊伍

1 隊

評選標準

僅有執行合作企業／組織之合作任務的隊伍具有參與其任務夢想行動特別獎之評選資格。
將由個別任務之合作單位夥伴負責評選成果優異之獲獎隊伍。

獲獎隊伍

由合作單位遴選 1 隊。

注意事項

- 全隊成員皆達成三階段任務執行要求，符合活動規範且第三階段流浪旅行全程出席者可獲得完賽資格，具備完賽資格者才能進入獎項評選，而全隊成員三階段執行之任務皆納入評選範圍。
- **同一隊伍不得重複獲頒兩項以上之獎項。**
- 獲獎隊伍需配合主辦單位進行領獎相關規範。
- 本規章若有未盡事宜，依相關法令、過往案例及誠實信用原則公平解決之，得由主辦單位修正公布於網站。

評審機制

將以參賽者／隊伍三個階段繳交之任務成果作為評分項目，任務成果包含但不限於所繳交之任務心得、任務照片、任務影片等，並以下列能力評鑑指標作為評分依據。

能力評鑑指標

適應與韌性

恆毅力 ——
能正向面對舒適圈外的事物，遇到挫折堅持到底，達成任務目標。

溝通表達

溝通理解力 ——
清楚表達想法，積極理解並接受他人的立場。

同理力 ——
願意傾聽他人想法，體會他人內在情緒，進而理解他人的觀點，給予回饋。

團隊合作

連結支持力 ——
能給予他人支持，並盤點自己擁有的社會資源，強化自己的支持系統，建立新的連結。

覺察力 ——
能透過參賽過程中所產生的情緒及他人的反饋，了解自己的需求、感受與價值觀。

公民永續

公民責任感 ——
了解自身與社會議題的關聯，展現社會責任感及公民意識，主動參與及關注公共議題。

自我成長

自我發展力 ——
透過執行任務反思，對自我有深刻理解後，能夠平衡自我能力與目標，思考下一步的規劃。

突破力 ——
擁有解決難題的信念並願意突破自我做出改變，也準備好面對接下來的挑戰。

積極行動

執行任務總數 ——
隊伍三人於第一階段至第三階段符合任務繳交相關規定之累積任務完成數。

任務成果品質 ——
任務成果完整，且能夠在其中看見參賽者於挑戰中之經驗、成長、反思或對自己的發現等。

常見問題 FAQ

Q.1 我需要先組成三人隊伍才能報名參加流浪挑戰賽嗎？

A.1
是！
若無法自行組成三人隊伍，流浪挑戰賽設有 LINE 媒合社團，是大家可以自由媒合的小天地，歡迎在報名截止前主動邀請他人成為你接下來一起完成冒險的夥伴喔！

Q.2 需要報名費用嗎？

A.2
2025 流浪挑戰賽為「**免費參加**」喔！
惟有進入第三階段流浪旅行者參賽者需繳交保證金，隊伍取得完賽資格且無違反大會之規範事項，則將於流浪旅行結束後全額退費。

Q.3 我需要全程「實體」出席參與挑戰賽嗎？

A.3
不需要！
第一階段社群任務、第二階段在地任務可於任何地點完成，只要上傳任務成果至賽務系統上即可唷！

Q.4 可以重複報名不同隊伍嗎？

A.4
不可以呦～
每支隊伍人數皆為三人，同一人無法重複加入不同隊伍，並且除了不可抗力之必要因素外無法在活動中途更換隊伍成員。

Q.5 第三階段流浪旅行三天兩夜的過程中可以請假嗎？

A.5
不行～
第三階段之三天兩夜流浪旅行需「**全程出席**」，除不可抗力因素且提出證明者外，缺席者則視為失去完賽資格。

Q.6 我可以只參加第三階段，不參加第一、第二階段嗎？

A.6
不行喔！
進入下一階段前，皆需完成上一階段的需求。

Q.7 任務成果需要繳交什麼？

A.7 各項任務所需要繳交的成果不盡相同，詳情請參見各任務說明。

Q.8 如果我有其他問題，可以詢問誰？

A.8 若還有其他問題，
請至城市浪人 Facebook 城市浪人City Wanderer 或
Instagram @citywanderertw 粉絲專頁私訊詢問喔！

活動附則

1. 2025 流浪挑戰賽（下稱本活動）為城市浪人主辦（下稱主辦單位）辦理，參與本活動之參賽者及其隊伍，於報名完成時即視同接受主辦單位所公佈之活動辦法、各項規則、公告與評審結果。

2. 參與本活動之參賽者／隊伍應以良善共好作為出發點，執行任務間若涉及暴力、色情、詆毀、侮辱等或其他損害社會善良風俗、社會正義、違反法律之內容，主辦單位有權終止該參賽者／隊伍繼續參與本活動，並需自行承擔其行為後果。

3. 若參賽者於挑戰賽中出現不適當行為，主辦方將依嚴重程度判定，輕則無法取得完賽資格，重則取消參與資格。

4. 參賽者／隊伍參與本活動，視同同意主辦單位使用其個別參賽者或隊伍之任務成果（包含但不限於照片、影片、文字內容等）進行必要之用途（包括但不限於重製、公開播送、公開傳輸、改作、散布、公開展示、發行、公開發表等各項方式利用）。若有媒體提出採訪之相關需求，主辦團隊會徵求參賽者／隊伍之同意後安排進行。

5. 主辦單位將於本活動第三階段之實體活動期間為其參賽者進行保險規劃，參與本活動則視同同意由主辦單位協助其相關保險條款。

6. 本活動獲獎隊伍之獲得獎項若需核銷，獲獎者有義務如實配合主辦單位核銷規範並附上相關證明之發票、收據。如獎項有未正當使用或有違法之情事，主辦單位有權取消其獲獎資格，且該隊伍／參賽者應自負一切法律責任並繳回相關已頒發之獎項金額。

7. 主辦單位保有修改、解釋、暫停或取消本活動內容之權利。如有未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告之。