

香港馬拉松的足蹤

楊世模 彭 冲 著

商務印書館

目 錄

序 一	永不放棄的田徑精神	高威林	i
序 二	加速香港長跑運動發展	關祺	iii
前 言	一起走過的日子		vii
第一部	長跑運動話當年		
第一章	從開埠起細說從頭		001
	一、 西方體育概念傳入中國		002
	二、 戰前長跑賽事記誌		006
	• 教會舉辦的“九龍馬拉松”(1921-1941)		010
	• 華人興起組織長跑活動(1935-1941)		015
	三、 重光後南華會的體育復興工作		018
	四、 民間機構紛紛主辦大型公開賽		020
	• 歷經三十一屆的香港國際元旦長跑(1947-1977)		020
	• 攀登獅子山比賽(1941-1975)		038
	• 警察體育會主辦的六十三屆寶文盃(1952至今)		039
	五、 香港業餘田徑總會大力推動長跑運動		042
	• 九龍城開跑的十英里長跑(1952-1966)		042
	• 國際三萬公尺長跑賽(1957、1959)		046
	• 香港環島接力賽跑(1959-1964)		048
第二章	香港首次馬拉松正式誕生		067
第三章	長跑競賽百花齊放		071
	一、 七十年代籌辦多樣化賽事		071
	• 香港馬拉松(1977-1991)		071
	• 香港越野聯賽團隊較勁(1977-2002)		089
	• 跑遍七大水塘的水塘盃聯賽(1979至今)		092
	• 香港環島接力長跑(1975-1984)		093
	• 跑在郊野的中國海岸馬拉松(1981至今)		095

二、	回歸前的特色跑	097
	• 跑在城中的國際金一哩 (1986-2002)	097
	• 別具意義的港深馬拉松 (1992-1997)	097
	• 通車前的青馬大橋馬拉松 (1997)	105
三、	回歸後全民跑	108
	• 機場啟用前的香港新機場馬拉松 (1998)	108
	• 享負盛名的渣打香港國際馬拉松 (1999 至今)	112
第二部	競賽，跑向世界	125
第一章	香港長跑運動員在國際體壇的表現	126
第二章	五、六十年代：華洋共處，互相砥礪	128
第三章	七十年代：國際賽的真空期	134
第四章	八十年代：巾幗不讓鬚眉	137
第五章	男兒當自強，華人跑手人才輩出	145
第六章	江山代有才人出	156
第三部	全民長跑熱	168
第四部	馬拉松的經濟效益	177
總 結	展望，繼往開來	199
	圖片來源	203
	鳴謝	205

前言

一起走過的日子

近年馬拉松運動不論在香港及世界各地都蔚然成風，每個城市都爭相舉辦有其特色的馬拉松，吸引本地及外地跑手參賽，為其城市推廣形象。單以城中香港國際馬拉松為例，七萬多個跑手名額，瞬間已經滿額。你是否也是其中一位參與者呢？跑馬拉松為甚麼能吸引這麼多人呢？跑步和很多運動不同，首先裝備簡單又不受場地規限，既可個人獨跑，亦可與眾同樂；強身健體之餘，更可挑戰自己。

香港從有紀錄的長跑賽事（1910年）直到現在，已經是超過一世紀的事情了，《香港馬拉松的足蹤》一書以香港道路長跑為緯，紀錄了戰前的長跑運動在香港萌芽，一直發展至今天全城參與，成為以長跑健身的活力城市。道路長跑的路線，亦見證了香港市鎮的發展，長跑的發展和香港社會的發展可謂連成一線。本書主要分成四個部分，〈長跑運動話當年〉紀錄了從開埠初期西方體育概念如何傳入香港。馬拉松賽跑一向被譽為極富挑戰性的運動，它不但將運動員的體能發揮至極點，更是人類決心和毅力的最高考驗。正因如此，香港戰前的很多道路長跑都冠以“馬拉松跑”之名。好像由香港業餘田徑總會舉辦的1910年長跑，原本是叫“Broke 挑戰盃跑”，但為了更吸引參加者，便稱作“馬拉松跑”，但當時所跑的距離不過七英里左右而已。接着由香港聖彼得教會及九龍聖安德烈堂舉辦的每年道路長跑賽事都分別以“香港馬拉松跑”及“九龍馬拉松跑”命名。戰前的長跑運動多是外國人參與，而教會團體是主要的主辦者。戰後的長跑運動，民間的體育組織及香港業餘田徑總

會成為舉辦賽事的兩大支柱。戰後初期到六十年代，主要的長跑賽事還可以在當時交通尚不算太繁忙的彌敦道上暢跑。

要在香港舉辦一個全程馬拉松，賽道的安排自然是重要的考慮因素，香港真正的 42.195 公里馬拉松跑要到 1969 年才正式首次舉行，得已成事，可說是得着天時地利及人和。天時者，香港政府在 1969 年舉辦了首屆香港節，各地區都舉辦不同形式的體育文娛活動以慶祝香港節；地利者，元朗區在六十年代是一個剛起步的衛星城市，賽道安排比較容易得到社區及政府相關部門支持，而元朗大球場亦在 1969 年建成，剛好可以用來作為起點及終點的集散處；人和是這場馬拉松賽事得到社會賢達慷慨捐輸，能夠邀請出色的國際跑手來港參賽，將全港第一屆馬拉松成為名正言順的國際馬拉松賽事。

七十年代長跑競賽可說是百花齊放，民間體育組織逐漸淡出主辦長跑賽事，七十至八十年代的長跑及馬拉松賽事多由田總屬會組織，並由香港業餘田徑總會承認。其中馬拉松賽事就是由香港長跑會在 1977 年起開始舉辦至 1991 年，從開始在石崗軍營到沙田新市鎮及東區走廊，見證了新市鎮及高速公路的發展。

港深馬拉松是香港主權回歸前別具意義的馬拉松賽事，回歸前港英政府的玫瑰園計劃為田徑總會提供了兩個獨一無二的馬拉松賽事：青馬大橋馬拉松（1997）及香港新機場馬拉松（1998）。

跑過三隧三橋的香港渣打國際馬拉松經歷了 20 年，2016 年跑手終於可以重溫戰前九龍聖安德烈教堂舉辦的長跑及戰後中國健身會舉辦的元旦國際長跑中，彌敦道的主要路段。

如果說香港田徑運動員曾創立長跑的世界紀錄，相信很多人都會說是癡人說夢，但實情是真的。在五、六十年代來港的英軍中，曾經有一名從英國來的海軍 Robert Henry Pape，他還未來香港之前在英國已經享負盛名，是一

名出色的長跑好手，亦曾代表英國皇家海軍比賽。1956年1月5日南華會加路連山道田徑場有一長30英里的賽事，他以2小時54分45秒的世界最佳時間完成。本書的第二部分〈競賽，跑向世界〉，紀錄了五、六十年代華洋共處，互相砥礪的年代，到1984年洛杉磯奧運會香港終於有馬拉松選手參加奧運馬拉松賽事，以至現今香港長跑運動員在廣闊的國際比賽領域中爭持。

長跑普及化的必然現象是跑手的光譜寬了，精英跑手談的是名次、成績，羣眾跑手所追求的可大不相同。本書的第三、第四部分，分別述及全民長跑熱及馬拉松所帶來的經濟效益。

六十至七十年代的獅子山下，同舟共濟，在跑道上在人生上為理想一起去追求不同地方上的目的，在跑道上公平的，在人生事業上是公平的，是沒有所謂贏在起跑線的，有的是天道酬勤，功不唐捐。社會沒有現今發達，筆者（楊世模）當年曾蒙施文體育基金支持長跑裝備，今天的社會比上世紀的確是富裕了很多，但社會上還有很多為口奔馳的家庭，家中可能有天分很高的長跑運動員，但可能因種種原因在訓練上裝備上都不能和一般的運動員相比。本書所得的作者版稅會悉數捐給香港業餘田徑總會，成立長跑運動員訓練基金，以期在訓練或裝備上，幫助有需要的學生長跑運動員。

本書能順利出版，實有賴香港業餘田徑總會主席關祺先生及執委會同人的支持，尤其是總會公關及市場推廣經理黃卓敏小姐的資料蒐集及校正，商務印書館編輯蔡祝音小姐的筆潤。另蒙南華體育會、香港中華基督教青年會、《華僑日報》、《南華日報》、香港歷史博物館、政府新聞處、政府檔案處、香港公共圖書館等機構及陳鴻文先生親身口述歷史，並慷慨借出書中珍貴的歷史照片，豐富了全書的內容，特此鳴謝。



第一部

長跑運動話當年

第一章 從開埠細說從頭

一、西方體育概念傳入中國

十五世紀，天主教國家葡萄牙與西班牙等歐洲國家的船隊以堅船利砲為後盾掀起“大航海時代”（The Age of Discovery），試圖尋找新的貿易機會，而亞洲正是他們最感興趣的區域。葡萄牙在明武宗正德九年（1514年）至十六年（1521年）便曾佔領香港屯門一帶，但為明朝水師打敗。¹當十六世紀葡萄牙利用澳門作為踏腳石，成功地經廣州和中國通商之後，英國人亦虎視眈眈，嘗試找機會和中國建立貿易關係。清代一向沿用明代的海禁政策，以朝貢制度為主，此政策一直延至十八世紀初期，後來逐步放寬對外貿易，設立指定口岸通商，又有公行、商館貿易制度。

受到歐洲工業革命的影響，英國覺得通過東印度公司通商，輸入中國絲綢和茶葉不可以扭轉當時兩國貿易的不平衡狀況。英國便以清乾隆皇帝 83 歲壽辰為借口，由英國喬治三世下詔由大臣馬戛爾尼（George Macartney），率領一個高格調的外交團隊，於 1792 年 9 月 26 日由樸茨茅夫（Portsmouth）起程首次前往北京朝聖，實為要求清政府減免關稅及開設更多商埠。翌年，英國代表團才獲得乾隆皇帝恩准接見，據說至 1794 年後他們才獲得清朝一個簡單的書面回覆：“本皇朝富甲天下，並不需要任何海外蠻夷民族的工業產品作為與中國農產品貿易的見面禮。”就此婉拒英帝國通商要求，另一說法是當時英大臣馬戛爾尼在朝見皇上的一刻，拒絕行三跪九叩的大禮儀，觸怒了

1 王崇熙：《新安縣志》，1828 年。

當時高坐在位的清帝，因此草草結束了英大使第一次的官式訪問。²

誰也料想不到半世紀之後，中英的商務接觸演變成爲兵戎相見。自 1800 年起，英國的東印度公司向中國輸入大量鴉片。1838 年清大臣林則徐奉道光皇帝聖旨，下令到廣州禁鴉片及銷煙，連串與英國的貿易和外交衝突引發中國近代史著名的鴉片戰爭。最後在 1842 年中國不敵，被迫簽下近代中國第一條不平等的對外開放通商的《南京條約》。在條約下，屈辱於列強手上，除了要割讓香港島予英國管理及賠款外，還要開放五口通商。西方的文明隨着宗教和軍事因素都紛紛沿沿海城市，例如廣州、寧波、廈門、上海、天津等傳入中國。

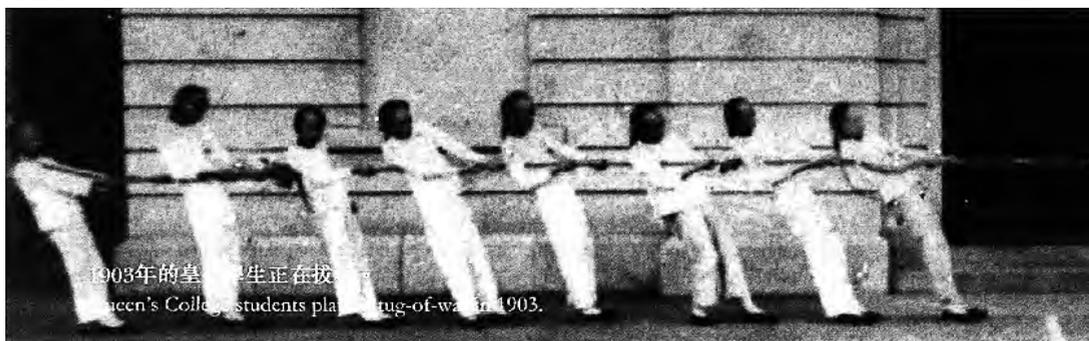
西方除了兵甲槍炮精良之外，士兵的團隊訓練還着重強身健體的操練。體育是教育其中一個重要環節，這些新的西方概念和理論與原有的東方文化有很大的差距，但隨着開放商埠和推行洋務運動，此等概念漸漸傳入中國。西洋體育先後由上海英租界傳入中國，美國基督教長老會 (Presbyterian Church) 於 1850 年在小南門外桑園街建立清心書院，開設男塾、女塾供各國僑民學童上課外，也招收中國學童。而書院正式成爲一間英文學院的年代，可能延至 1860 年。1890 年上海聖約翰書院 (St. John College) 更在小南門外桑園街舉行第一屆運動會。另外，天津水師學堂、中西學堂、南京陸軍學堂、湖北武修學堂等相繼聘請英德法教官來華，引進軍事訓練之體操、步操、跑步等運動。從此體育成爲學校教育課程的一部分。³

體育運動在港萌芽

英軍於 1841 年 1 月 26 日從上環水坑口登陸，升起英國國旗，正式駐軍

2 John Carroll, *Canton Trade* (Hong Kong: University of Hong Kong).

3 湯銘新：《奧運會的教育價值觀》(台北：中華台北奧林匹克委員會，2007 年)，頁 355。

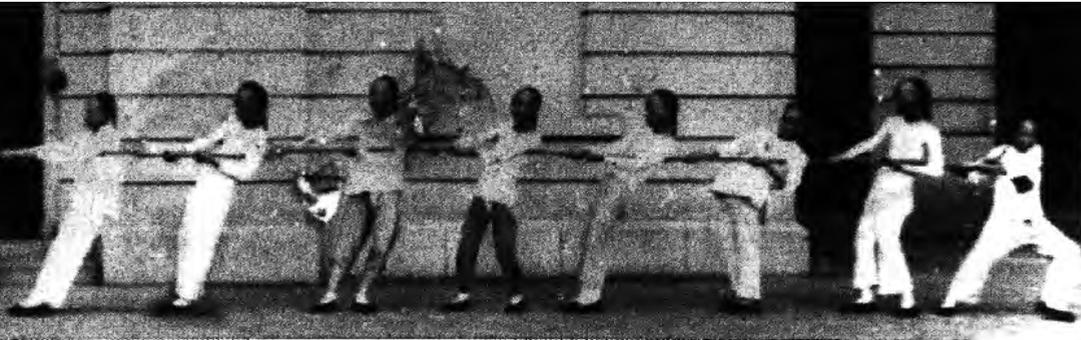


香港，香港從此成為英國一個小小的殖民地。⁴ 西方教育透過當時的宗教團體引進香港。1843年，蘇格蘭傳教士馬禮遜（Robert Morrison）把1818年在馬來西亞馬六甲創立的英華書院，遷至香港，開始教會團體在港的辦學事業。隨之而來的有美國浸信會、倫敦傳道會、美國公理會、英國聖公會和羅馬天主教會。教會學校得到香港政府支持，發展迅速。1862年，殖民地政府興辦第一所學校——中央書院，後改稱皇仁書院。各式教會書院以英國公立學校模式教育，教授香港華人及外籍學生，而體育當然是課程的一部分。

當時學生課餘會相約在球場上作各項運動練習，華人足球是其中熱門的一項。自1904年，晚清積弱不振，年青有志之士皆謀自強，當時體育是西方時尚之風，華人學生皆以一洗“東亞病夫”之恥辱為快，因此更關注和熱愛體育運動。另外，香港是經商貿易的交匯點，亦為中西文化交流的橋樑，多與外國人建立友誼，吸收體育競技知識的機會亦較內地其他地方迅速。

1910年南華體育會（簡稱南華會，South China Athletic Association）於香港成立，其前身是華人足球隊，後來演變成一體育會所，讓會員進行各項體育活動，包括足球、游泳等。下列三項史實證明當年南華會已受到西洋文化

4 Y. W. Lau, *A History of the Municipal Councils of Hong Kong: 1883-1999* (Hong Kong : Hong Kong University Press, 2002), p7.



穿着傳統清代服裝，留髮辮的皇仁書院學生正在拔河

影響，為香港體育領域創造了新局面——在本地培育一羣香港青年參與內地比賽如廣東省運會，有者更代表中國在海外揚威，例如遠東運動會：

1910年10月，當時仍然是滿清年代，由上海青年會發起組織了一次規模較大的運動會，在南京舉行。辛亥革命後，一般皆稱這次運動會為第一屆全國運動會。香港派代表前往參加各項運動，而代表則多由各校精英選出。當年南華足球隊是以中央書院學生為骨幹，贏得全國足球冠軍。⁵自1915年起，香港足球隊代表中國在遠東運動會出賽，並連奪七屆冠軍，為國爭光。首次得獎時，香港華人從未有體育團體得到任何球類錦標人士，南華足球隊首次打破外籍人士贏得所有體育獎牌的壟斷局面。⁶1921年南華創辦首屆全港華人運動會，並參加廣東省第八屆運動會，為當年本地田徑隊寫下一篇光榮史，而本港的長跑訓練自此開始。可惜南華會在1940年至1944年香港淪陷期間，歷史典籍文物在戰禍中損毀，失去重要紀錄。

5 李煥如：《南華體育會七十周年史略》（香港：南華體育會，1980年），頁19-37。

6 只有少部分中國文獻記載“第4屆全運會由全國體協籌辦，而比賽結果以上海、廣東及香港成績較優異”，《中國大百科全書》（北京：中國大百科全書，1982年），頁525。



1910 年中環香港木球會



1910 年的香港



1913 年港島電車



1908 年位於海旁的域多利遊樂會

Dry Dock），於 1857 年成立，1860 年被黃埔收購。營運至上世紀七十年代才拆卸，現址為香港仔中心。而香港木球會於 1851 年成立，秉承英式傳統推廣木球、網球及其他體育活動，亦順應殖民政府的優勢，原木球會盤踞於中區遮打道達 124 年，直至 1975 年，才從中區搬至現今黃泥涌峽道。

當年的比賽，從勞動人口密集香港仔一直跑到環境優雅的中環香港木球會，兩地真可說是南轅北轍，不過當時的薄扶林道及堅道已經是從香港南邊接軌至港島中的主要道路樞紐。

除香港業餘田徑總會舉辦的賽事外，香港後備警察會和香港拳擊總會先後於 1918 年及 1920 年在港島區舉行了兩場長途賽跑，香港後備警察會的賽事從皇后像廣場出發，沿海旁的香港會經梅利道（今美利道）往皇后大道東，依着電車線行走一直到筲箕灣以後回頭，從同一方向回到皇后像廣場（全程



50 年代，時任秘書沙理士 (A. de. O. Sales，葡國人) (中) 陪同港督葛量洪 (右) 在充滿殖民地色彩的域多利遊樂會主持儀式

大約 12 英里)，參加者主要是外籍人士或印巴籍僱傭兵。這段路程見證了香港城市化的進程，1904 年電車已經從堅尼地城駛至筲箕灣，是當時往來中環至港島東的主要交通工具。

及後域多利遊樂會 (Victoria Recreation Club) 於 1923 年及 1924 年舉辦了兩屆攀登太平山比賽。1923 年的賽事路線從薄扶林警署起步，經薄扶林道上山頂纜車站，到山頂之後，運動員要經賓吉道、種植道、馬己仙峽道、寶雲道、黃泥涌峽道回到黃泥涌峽道的香港足球會。域多利遊樂會是香港歷史最悠久的私人會所，於 1849 年成立。另外，聖彼得堂青年男子會於 1928-1930 舉辦了三屆港島十英里馬拉松跑⁸ (見章末附表一，頁 54)。

8 《南華早報》，1918 年 4 月 18 及 22 日；《香港華字日報》，1920 年 1 月 31 日及 2 月 4 日；《南華早報》1920 年 1 月 17 日、2 月 23 日、1923 年 3 月 29 日、1928 年 4 月 23 日、1929 年 3 月 18 日及 1930 年 2 月 17 日。

從這幾個比賽的路線我們不難發覺在 1920 年代除了維多利亞城，亦即四環九約外，香港道路的發展從港島南遠至港島東的筲箕灣，及至容許西人居住的山頂，都有比較完善的道路設施，而當時的長跑比賽亦可以遊走於當時最繁盛的街道。

教會舉辦的“九龍馬拉松”(1921-1941)

香港戰前最有規模及較有持續性的長跑賽事可追溯至 1920 年，由九龍聖安德烈堂 (St Andrew's Church) 舉辦的長跑賽事。1904 年，聖安德烈教堂屬香港聖公會轄下，當時保羅·遮打爵士 (Sir Catchick Paul Chater) 捐助 35,000 元，於羅便臣道 (今彌敦道) 及柯士甸道附近興建。主要服務當時九龍半島的社區，其實當時早期的教會會友大多數是駐紮於九龍威菲路軍營 (Whitfield Barracks) 的英軍士兵，所以基本上是一所為外籍人士而設的教堂。教會在崇拜之餘，亦為會友提供康體活動，長跑比賽既有地利，可以在教會旁起步，沿彌敦道跑，同時亦有天時，能夠直接反映長跑和基督教在中國的關係，莫如電影《烈火戰車》(Chariots of Fire)。⁹ 電影講述 1924 年巴黎奧運會中兩位運動員 Harold Abrahams 及蘇格蘭籍 Eric Liddell (李愛銳)，一個為個人榮譽而跑，一個為着榮耀神。李氏生於中國天津，父親是傳道人，全家都是虔誠的基督徒。1924 年巴黎奧運會，李愛銳為持守信仰守主日不出賽的原則，放棄了穩操勝券的 100 米短跑比賽，改為參加不擅長的 400 米，但一樣以驚人的時間 47.6 秒奪金，更刷新世界紀錄。

Chariots of Fire 只敘述了李愛銳的前半生，後半生則在片末字幕以寥寥數語交代：“李愛銳，宣教士，二次世界大戰末期死於日本佔領下的中國，蘇格蘭同聲哀悼。”事實上，他的後半生更輝煌，巴黎奧運會後的一年，他毅然放棄運動生涯頂峰，回到當年仍貧窮落後的中國，在新學書院 (Tientsin Anglo-Chinese College，現為天津市第十七中學) 擔任科學和體育老師，開始

⁹ 電影導演為哈德森 (Hugh Hudson)。



1910年代的聖安德烈教堂

他近 20 年的教學生涯，將福音種子孕育在學生羣中。1941 年，日本侵華，外國人紛紛撤退。因為他是 1924 年巴黎奧運金牌得主，日本人把他繼續扣留在中國。天津淪陷時，李愛銳被日軍關進山東濰坊集中營，但他仍堅守崗位，負責教書和策劃體育運動，並對與父母分離的孩子特別關愛。1945 年，他在集中營因腦癌去世，短短 43 年的人生，影響了無數生命。

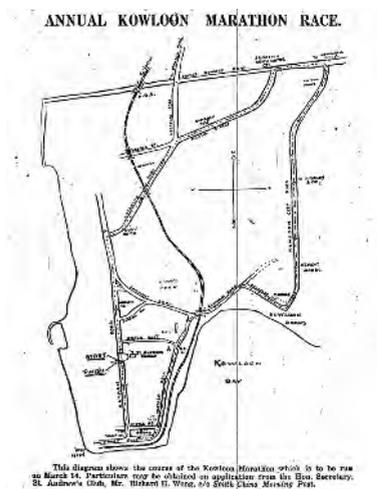
李愛銳差傳的教會倫敦傳道會 (London Missionary Society) 和聖公會應該同脈，故聖安德烈教堂舉辦長跑賽事，有着廣傳福音的深遠意義。

從賽跑路線看社區發展

1921 年舉辦的第一屆賽事，路程 6.5 英里，有 36 名跑手參加，冠軍由任職九龍倉的外籍人士美亞以 30 分 32 秒奪冠。除 1922 年沒有舉辦外，之後至 1941 年每年都有舉辦賽事。歷經 20 屆，是戰前廣為人知的長跑賽事，報章一般以“九龍馬拉松”來命名。（見附表一，頁 55-57）。

當年的賽道路線應為：

沿彌敦道九龍聖安德烈教堂起步，往北右轉入窩打老道，經譚公道轉入漆咸道，經梳利士巴利道轉入彌敦道，以九龍聖安德烈教堂為終點。



報章記載當時的賽跑路線（《南華早報》，1932年3月1日）

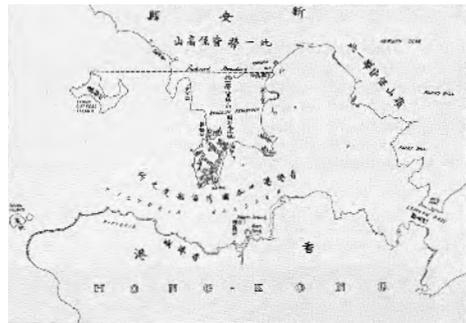


但若根據 1920 年代的九龍地區圖，路線則如圖所畫

1860 年，第二次鴉片戰爭後，英國政府強迫滿清政府簽下不平等的《北京條約》割讓九龍半島。以 1860 年的香港地圖，跟 1920 年代的九龍地區圖比較，我們不難發現英國政府在強佔九龍半島 60 年後的城市變化。當時九龍地區發展輪廓，主要集中在三個區域，有大型貨倉、軍營和民居的尖沙咀，有市集的油麻地，以及有大型船塢和工廠的紅磡。政府亦致力將深水埗發展



1926 年的半島酒店，左側是香港中華基督教青年會（Chinese YMCA of Hong Kong）。戰後中青會和中國健身會合辦 20 屆的元旦國際長途賽跑



《北京條約》中割讓的九龍半島



九龍半島俯視圖。聖安德烈教堂的位置在圖左，漆咸道在圖右。京士柏在圖的中央，京士柏以北已是近郊



1920 年代尖沙咀的金馬倫道和聖安德烈堂現址

成勞動階層的住宅區。道路建設方面，主要是通過早期稱為羅便臣道的彌敦道來連接各個區域，之後通過太子道及窩打老道橫貫，以尖沙咀為中心，向荔枝角、九龍塘、啟德擴展，並伸展至觀塘。所以當年的長跑賽是橫繞着這幾個已有城市發展雛型的地區，若再往北走，是已有基本雛形、全長超過 56 英里的新界環迴公路，以通往新界偏遠地方。

這個週年長跑賽事一直舉辦至 1941 年的第二十屆，最後一屆只有 15 人完成賽事，當中全都是海陸軍人士（見章末附表一，頁 57）。教會沒有再舉辦這項賽事的原因，可能是參賽者多是軍隊中的教友，而正當此時，港英政府通過了《緊急條例》，宣佈對日本侵華事件保持中立態度，而實質上港英政府已在積極備戰，並進行大規模的海、陸、空演習。相信軍隊中的教友被濃厚的太平洋戰爭氣氛籠罩着，便無暇他想了。



1930 年代的港島中環區域

華人興起組織長跑活動（1935-1941）

受了外籍人士有組織性舉辦長跑的影響和西風東漸的情況下，1935 年後，很多華人跑步組織亦相繼萌芽。他們以街坊及體育會名義，紛紛在地區上組織起來（見章末附表二，頁 58），這都是戰前自發地由華人組織起來的長跑活動，由 8,600 至 13,527 千公尺的路程不等。人數則由三十多人至近二百人，一個當年以港口為主要的城市來說，可算是相當熱鬧。其中有三屆在港島西區、兩屆在九龍舉行，每屆都受到各大華報廣泛報道，例如《天光日報》、《工商日報》、《大公報》、《香港華字日報》等。

其中報道最詳盡的賽事，可說是 1935 年由中南體育會主辦的第一屆全港華人長途賽跑，當年賽事在港島舉行，可說是和九龍聖安德烈教堂的九龍馬拉松平分秋色。



1930 年代維多利亞城的面貌



1930 年代灣仔皇后大道東區域



1930 年代堅尼地道入口，相中的建築物是 Kingsclere Hotel



1930年代的般咸道，道上行人少。相片中央為合一堂



今天的般咸道變得車水馬龍，要在這裏舉辦一場長跑賽事相信是沒可能的了，而遠景的合一堂仍然屹立至今

當年賽道由堅道中南會門前出發→亞厘諾道（今上亞厘畢道）→花園道→皇后大道東→軍器廠街→告羅士打道（今告士打道）→波斯富街→軒尼斯道（今軒尼詩道）→怡和街→加路連山道→禮頓山道→摩利臣山道（今摩理臣山道）→噏道（今灣仔峽道）→堅尼地道→堅道中南會

香港開埠以後，隨即建設起所謂維多利亞城，西起堅尼地城，東至銅鑼灣，中心地段則為中區（Central District），作為香港的首府（capital city）。總括來說，以上的長跑路線和聖安德烈堂在九龍的路線都有同樣特徵，途經港島及九龍半島最繁華的路段。至於將中區及彌敦道作為港島及九龍半島的中心，到底成因為何，則有待城市建設者再深入研究。