

即時發佈

《安迅康安睡寶寶呈獻：香港睡眠大賽》首次登陸灣仔會展
全城召集「最瞓得」之人 現正公開招募參賽者！



【香港，2025年12月17日】在節奏急速的都市生活中，「一覺好眠」對不少市民而言已成為奢侈體驗，據本地研究指出，約3成市民正面對不同程度的睡眠問題，反映高質素休息在都市生活中愈見重要。為推廣優質睡眠文化，提升公眾對睡眠質素的關注，亞洲活力生活博覽將於2026年1月25日假灣仔會展舉辦《安迅康安睡寶寶呈獻：香港睡眠大賽》，以具趣味而科學化的形式，號召全城「最瞓得」之人，同場鬥「瞓」爭奪睡眠王者寶座！

睡眠鬥的不是時間，而是質量

今次比賽的核心理念為「睡得好，比睡得耐更重要」。參賽者將於三十分鐘內嘗試進入最穩定、最放鬆的睡眠狀態，大會將為每位參賽者配備專業睡眠監測設備，由科學數據評分，選出三項獎項：

- 「最深度睡眠者」
- 「最快入睡者」
- 「最規律睡眠達人」

比賽分設青少年組、成年組及長者組，讓不同年齡人士都可展現其「瞓得之道」，體驗不一樣的健康挑戰。

參加即有「選手包」 優勝者獲豐富大獎

所有成功報名的參加者均可獲贈價值逾 HK\$400 的「睡眠選手包」，內含安迅康安睡寶寶以及其他生活與健康品牌提供的優質產品與禮遇，包括 Lush HK、Food with

Benefits 等。比賽優勝者將另獲總值逾千元的精選獎品，當中包括由 Buoninfante（意大利枕具品牌）提供的睡眠產品，真正「瞓得好，拎得多」！

睡眠導師現場加持 教你瞓得更好



是次活動亦邀請香港睡眠科學專家陳宗陽先生 Cavan Chan 擔任顧問。Cavan 長期研究及實踐睡眠管理，並運用科學化方法協助市民改善睡眠習慣。他將於活動期間向參與者分享實用技巧，讓大眾從日常生活出發，學習如何提升睡眠質素，實現「日日都瞓得好」。

睡眠不是浪費時間，而是重啟生活的力量

美嘉大健康創辦人及執行董事羅從美女士表示，香港人長期面對高壓工作與緊迫的生活節奏，睡眠質素往往都不理想。「要維持身體健康，優質睡眠其實是不可或缺的一環。我們希望透過支持這個活動，提醒市民正視睡眠對身心健康的重要性，並鼓勵大家在忙碌生活中，為自己重新建立良好的休息習慣。」

主辦單位柏堡活動策劃有限公司創始人兼董事總經理李亦珺女士表示：「《香港睡眠大賽》並非一場單純的比賽，而是一個讓市民重新認識睡眠價值的平台。我們希望透過具科學基礎又輕鬆有趣的形式，鼓勵大家在日常生活中，為自己建立更健康、更可持續的生活節奏。」

《安迅康安睡寶寶呈獻：香港睡眠大賽》詳情：

日期：2026 年 1 月 25 日

時間：早上 10 時至下午 6 時

地點：灣仔會展 Hall 1（「亞洲活力生活博覽會場內」）



參加費用：每位 HK\$100（每位參加者可獲價值\$400的選手包）

截止日期：2025年12月31日（晚上11時59分）

報名連結：<https://bit.ly/4oEWpG0>

參加者更可免費入場參觀同期舉行的《亞洲素食展》，一票盡覽兩大健康生活展，從飲食、睡眠、綠色生活到壓力管理，全方位體驗優質生活方式。

《亞洲素食展》及《亞洲活力生活博覽》詳情：

開放日期和開放時間：

2026年1月23日至24日（星期五至六） 10am-8pm

2026年1月25日（星期日） 10am-7pm

地點：灣仔會展 Hall 1

現場購票票價：港幣25元（11歲或以下小童，以及60歲或以上持有「樂悠咭」或「長者咭」者可免費入場）

預先登記免費門票：<https://bit.ly/4iWmyyP>

關於主辦單位 - 柏堡活動策劃有限公司

柏堡於2011年在香港成立，是一家專業的活動及展覽策劃與管理公司，在廣州、上海及北京均設有分公司。我們專注於大型活動策劃、展位銷售和展覽會營運管理，憑著豐富及專業的經驗，致力為合作夥伴創造最大的利益。柏堡將環保概念、社會責任及人文管治引入公司管理文化及項目組織中，積極倡導可持續的發展方式。作為代理全球近20個專業展會的銷售代理，我們還協助中國企業拓展全球市場。更多企業信息，請瀏覽www.baobab-tree-event.com。

本新聞稿由伯樂公關有限公司代表 亞洲素食展及亞洲活力生活博覽發出。

如有垂詢或欲安排專訪，請聯絡：Kate Mo 武悅艷小姐（電話：6842 9909）、Kiny Choi 蔡鍵儀小姐（電話：6686 6886）或 Tony Chan 陳穎正先生（電話：6891 6883）。