



保良局賽馬會北潭涌度假營

【宿營 - 時間表】

4 / 2017

時間	入營 當日程序	時間	入、出營 以外程序	時間	出營 當日程序
3:15 p.m.	報到	8:00 - 9:00 a.m.	早餐	8:00 - 9:00 a.m.	早餐
3:15 - 4:00	營地介紹	9:00 - 12:00	分組活動	9:00 - 12:00	分組活動
4:00 - 5:00	分組活動 (星期六或假日前夕開放至 5:30)	1:00 - 1:30	午膳	12:30 - 1:00	清理營舍、交還物品
6:00 - 6:30	晚膳	4:00 - 5:00	分組活動	1:00 - 1:30	午膳 (請攜帶行李往飯堂)
7:00 - 10:00	燒烤	6:00 - 6:30	晚膳	1:45 p.m.	離營
10:00 - 10:15	糖水	7:00 - 10:00	燒烤		
11:00 p.m.	休息	10:00 - 10:15	糖水		
		11:00 p.m.	休息		

注意事項：

1. 分組活動：彈床、箭藝、兒童繩網、滾軸溜冰、單車、運動攀登、美式桌球、野外定向、營外參觀、獨木舟及水上單車 (參加者須懂游泳、穿著布鞋及救生衣) 另地壺球、繩結班、門球及室內滾球(適合長者及傷健人仕參加)。
(上述活動由導師從旁指導。本營將視乎用營人數、天氣及潮汐漲退情況決定分組活動種類及開放時間)
2. 泳池由五至十月開放。不准攜帶潛鏡及吸管入池、禁止跳水、並不得塗抹太陽油、必須穿著泳裝才可游泳。12歲以下兒童或高度不足1.1米者需由成人陪同下水。
3. 環保活動：獨木舟生態導賞、地質保育大長征、海洋萬花筒、紅樹林空接觸、樹木賞樂遊、再生能源導覽、營地綠悠遊及環保小手工。網址 <http://plkpic.wishlute.net>
4. 歷奇活動：營地設有挑戰繩網陣及野外歷奇訓練活動(歡迎營期14天前與職員聯絡安排參加)。
5. 自費活動：電子遊戲機、氣墊球、手工藝。【另英式桌球、麻雀房、卡拉OK、高爾夫球果嶺(推桿)、釣魚、手搖船及電動車須由18歲或以上人仕負責租用。】
6. 文娛康樂：乒乓球、羽毛球、籃球、足球、康樂棋及棋藝用品須於入營後作登記及免費借用。
7. 營地設有小組活動室、多用途禮堂、露天活動場及其他場地可供團體租用。
8. 膳食選擇：可選擇「素食套餐」及「精裝套餐」每十人一圍。如欲選擇多款套餐，每款須最少二十人訂用。
9. 燒烤需於晚上十時半前結束。
10. 自備個人梳洗用品。

* 註：本營絕對有保留上述各項目 / 設施 / 活動 / 膳食安排之權利 *

有興趣訂營可電 852-2277 8678 與營務組聯絡

營地電話 852-2792 4302 或 傳真 852-2792 0917

網址：www.poleungkuk.org.hk/camp.html