



保良局賽馬會北潭涌度假營

【精裝 黃昏營】

時間	活動程序	
2:00 p.m.	入營	
2:30 - 4:00 下列活動 (免費)		
參觀民族文物館 或 文娛康樂		
活動選項	20 - 50 人 (任選三項)	51 人以上 (任選四項)
麻雀耍樂 (3hrs)	1 檯	2 檯
卡拉 OK / 英式桌球	1 小時	2 小時
高爾夫球 (推桿)	1 小時	2 小時
環保小手工	1 小時	2 小時
吊床 / 繩結班	1 小時	2 小時
樹木賞樂遊	1 小時	2 小時
活動室 / 禮堂	1 小時	2 小時
4:00 - 5:30 分組活動		
5:00 或 6:15 燒烤 或 套餐		
7:15 糖水		
8:00 球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)		
10:00 p.m. 離營		

【河畔燒烤樂】(每位 \$ 52)

牛豬金雞雞芝牛魚獅粟飲麵
沙中肉士 子
扒扒骨翼腸腸丸蛋狗米品飽
— — — 二 — 二 — 二 二 1/3 — —
件件件隻條條粒粒粒條盒片
(營友需自行起爐)
(營友須訂用本營飯堂燒烤包方可使用燒烤場)

【精裝套餐】(每圍十人 \$ 520)

粟 東 京 紅 瑤 金 絲
米 江 都 燒 柱 菇 苗
魚 鹽 豬 石 肉 扒 白
蓉 焗 仔 斑 崧 時 飯
羹 雞 扒 腩 蒸 菜
滑 蛋

【健康靚菜套餐】(每圍十人 \$ 520)

冬 蜜 素 南 北 脆 絲
茸 糖 鮑 乳 菇 皮 苗
金 豆 扒 紋 紅 茄 白
粟 炒 西 老 燒 子 飯
八 蝦 蘭 齋 豆 腐
寶 仁 花 腐

(以上膳餐及收費生效期 1/4/2019 至 31/3/2020)

【開心樂日營】

時間	活動程序
9:00 a.m.	入營
9:15	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
10:30-12:00	參觀民族文物館 或 遊客中心 (逢星期二休館)
11:00	燒烤 套餐 或 標準膳餐 (用餐時間至 1230)
11:45 或 12:00	燒烤 套餐 或 標準膳餐 (用餐時間至 1230)
1:30-3:30	分組活動
3:30	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
4:00 p.m.	離營

【消閑 下午營】

時間	活動程序
3:00 p.m.	入營
3:15	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
4:00-5:00	分組活動
5:00	燒烤
6:00 或 6:15	標準膳餐 或 套餐
8:00	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
9:30	糖水
10:00 p.m.	離營

注意事項：

- 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(適合長者及傷健人士參加)。
(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)
- 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。
- 環保活動：獨木舟生態導賞、地質保育大長征、海洋萬花筒、紅樹林全接觸、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://plkptc.wishlatte.net>
- 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)。
- 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 O.K.、高爾夫球果嶺(推桿)、釣魚、手搖船及電動車須由 18 歲或以上人士負責租用。】
- 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。
- 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。
- 膳食選擇：可選擇「素食套餐」及「精裝套餐」每十人一圍。黃昏營膳食則已包括在營費內。另日營及下午營則可選擇標準膳餐。如欲選擇多款套餐，每款須最少二十人訂用。

* 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



保良局賽馬會北潭涌度假營

【精裝 黃昏營】

時間	活動程序	
2:00 p.m.	入營	
2:30 - 4:00 下列活動 (免費)		
參觀民族文物館 或 文娛康樂		
活動選項	20 - 50 人 (任選三項)	51 人以上 (任選四項)
麻雀耍樂 (3hrs)	1 檯	2 檯
卡拉 OK / 英式桌球	1 小時	2 小時
高爾夫球 (推桿)	1 小時	2 小時
環保小手工	1 小時	2 小時
吊床 / 繩結班	1 小時	2 小時
樹木賞樂遊	1 小時	2 小時
活動室 / 禮堂	1 小時	2 小時
4:00 - 5:30 分組活動		
5:00 或 6:15 燒烤 或 套餐		
7:15 糖水		
8:00 球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)		
10:00 p.m. 離營		

【河畔 燒烤樂】(每位 \$ 56)

牛豬金雞雞芝牛魚獅粟飲麵
沙中肉士子
扒扒骨翼腸腸丸蛋狗米品飽
— — — 二 — 二 — 二 二 1/3 — —
件件件隻條條粒粒粒條盒片
(營友需自行起爐)
(營友須訂用本營飯堂燒烤包方可使用燒烤場)

【精裝 套餐】(每圍十人 \$ 560)

粟東京紅瑤金絲
米江都燒柱菇苗
魚鹽豬石肉扒白
蓉焗仔斑崧時飯
羹雞扒腩蒸菜
蛋

【健康素菜 套餐】(每圍十人 \$ 560)

冬蜜素南北脆絲
茸糖鮑乳菇皮苗
金豆扒炆紅茄白
粟炒西老燒子飯
八蝦蘭齋豆腐
寶仁花腐羹

(以上膳食及收費生效期 1/4/2021 至 31/3/2022)

【開心樂 日營】

時間	活動程序
9:00 a.m.	入營
9:15	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
10:30-12:00	參觀民族文物館 或 遊客中心 (逢星期二休館)
11:00 或 11:45 或 12:00	燒烤 套餐 或 標準膳餐 (用餐時間至 1230)
1:30-3:30	分組活動
3:30	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
4:00 p.m.	離營

【消閑 下午營】

時間	活動程序
3:00 p.m.	入營
3:15	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
4:00-5:00	分組活動
5:00	燒烤
6:00 或 6:15	標準膳餐 或 套餐
8:00	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)
9:30	糖水
10:00 p.m.	離營

注意事項：

- 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(適合長者及傷健人士參加)。
(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)
- 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。
- 環保活動：**獨木舟生態導賞、地質保育大長征、海洋萬花筒、紅樹林全接觸、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://plkptc.wishlatte.net>
- 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)。
- 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 O.K.、高爾夫球果嶺(推桿)、釣魚、手搖船及電動車須由 18 歲或以上人士負責租用。】
- 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。
- 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。
- 膳食選擇：**可選擇「素食套餐」及「精裝套餐」每十人一圍。黃昏營膳食則已包括在營費內。另日營及下午營則可選擇標準膳餐。如欲選擇多款套餐，每款須最少二十人訂用。

* 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