保 良 局 賽 馬 會 大 棠 渡 假 村

【宿 營 － 時間表】

時間	**入營** 當日程序	
3:15 p.m.	報 到	
3:15 – 4:00	營地介紹	
4:00 – 5:00	分組活動（注意事項：1, 2, 3）	
6:00 – 6:40	晚 膳	球類、自由活動 或會所、體藝館活動 （注意事項：4, 5, 7）
6:00 – 10:00	燒 烤	
10:00 – 10:20	糖 水	
11:30 p.m.	休 息	

時間	**入、出營** 以外程序	
8:15 – 8:45 a.m.	早 餐	
9:00 – 12:00	分組活動（注意事項：1, 2, 3）	
1:00 – 1:40	午 膳	
1:40 – 4:00	球類、康樂繩網 或 自由活動 （注意事項：3, 4, 5）	
4:00 – 5:00	分組活動（注意事項：1, 2, 3）	
6:00 – 6:40	晚 膳	球類、自由活動 或會所、體藝館活動 （注意事項：4, 5, 7）
6:00 – 10:00	燒 烤	
10:00 – 10:20	糖 水	
11:30 p.m.	休 息	

時間	**出營** 當日程序
8:15 – 8:45 a.m.	早 餐
9:00 – 12:00	分組活動 （注意事項：1, 2, 3）
12:00 – 1:00	清理營舍、執拾行李、 交還物品、 **一時前攜帶行李離開營舍**
1:00 – 1:40	午 膳
1:45 p.m.	離 營

注意事項： **< 網上訂營網址: https://cbmspg.poleungkuk.org.hk ； 渡假村網址：www.poleungkuk.org.hk/camp.html >**

1. 分組活動：單車、箭藝、彈床、室內攀石、營內定向、門球及室內草地滾球。(由導師從旁指導，本村將視乎用營人數及天氣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、吸管、大型助浮器具入池，禁止跳水，不得塗抹太陽油下水，並須穿著泳裝方可游泳。
   12 歲以下兒童或高度不足 1.1 米（3 1/2 呎）者需由成人陪同。
3. 繩網活動：戶外康樂繩網陣提供十關不同難度之繩網挑戰，日照時間免費開放。（不設導師帶領）
4. 免費活動：綜合體藝館設有乒乓球、羽毛球及康樂棋活動；籃球、足球、排球及棋類用品可於辦事處登記借用；另設室內兒童遊戲閣及兩個戶外兒童遊樂場。
5. 自費活動：餵魚、氣墊球機、籃球機及手工藝。另高爾夫球車(需持有效駕駛執照)、電子飛鏢機、壁球、英式/美式桌球、娛樂室（麻雀耍樂）及卡啦 O.K.須由 18 歲或以上人士負責租用。
6. 環境教育活動：尋找楓香之旅，林木 / 夜行生態導賞，環保定向，環保小手工 **[Website : http://plktt.wishlatte.net]**
7. 標準膳餐(價格請參考收費表)；另設多款特色套餐及素食套餐（每款需**最少**預訂二十人），如選家鄉盆菜或自助餐可聯絡渡假村職員。
8. 每日之膳餐皆按編定時間，務請守時，逾時恕不供應，所繳膳費亦不發還；如因特殊情況需更改編定之餐膳時間，請以書面向營地申請。
9. 燒烤需於晚上十時半前結束；營友須預訂本村燒烤包方可使用燒烤場；營友需自行起爐。如有需要燒烤餐單內容，請聯絡渡假村職員。
10. 講座廳、多用途活動室、表演舞台、室內典禮場地、歷奇器材/訓練、低空歷奇挑戰、歷險繩網及攻堅場可供團體租用。
11. 如有需要可向渡假村索取「場地收費表」、「歷奇器材/訓練收費表」、「專項挑戰收費表」、「歷險繩網及攻堅場租用收費一覽表」及有關預訂表格。
12. **有關用膳時間只供參考，營地會按每天實際用膳人數安排營友分段用膳，團體負責人或個人營友需於入營時與營地辦事處職員確認用膳時間。**
13. **本村絕對有保留改變或取消營友預定活動安排及場地租用之權利 。**

營務組訂營熱線：852-2277 8678 傳真：852-2882 3391 ； 渡假村電話：852-2478 1332 傳真：852-2442 3869

保 局 賽 馬 會 大 棠 渡 假 村

【開心日營樂】 【消閑下午營】 【精裝黃昏營】

生效日期 1/4/2020

【開心日營樂】活動時間表

時 間	活動程序
9:00 a.m.	入 營
9:15	球類、康樂繩網 或 自由活動 （ 注意事項：3, 4,5 ）
11:00 11:45 或 12:00	燒 烤 標準膳餐 或 套餐 (用餐時間至 12:30)
1:30–3:30	分組活動 （ 注意事項：1,2,3 ）
3:30	球類、康樂繩網 或 自由活動 （ 注意事項：3, 4,5 ）
4:00 p.m.	離 營

【消閑下午營】活動時間表

時 間	活動程序
3:00 p.m.	入 營
3:15	球類、康樂繩網 或 自由活動 （ 注意事項：3, 4,5 ）
4:00–5:00	分組活動 （ 注意事項：1,2,3 ）
6:00	燒 烤 標準膳餐 或 套餐
8:00	球類、自由活動 或 會所、體藝館活動 （ 注意事項：4,5 ）
9:00	糖 水
10:00 p.m.	離 營

【精裝黃昏營】活動時間表

時 間	活動程序	
2:00 p.m.	入 營	
下列活動（免費）		
活 動 選 項	30-50 人 (任選三項)	51 人以上 (任選四項)
卡 啦 O.K	1 小時	2 小時
英式桌球	1 小時	2 小時
麻雀耍樂(3hrs)	1 檯	2 檯
環保小手工	1 小時	2 小時
壁 球	1 小時	2 小時
美式桌球	1 小時	2 小時
飛 鏢 機	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 （ 注意事項：1,2,3 ）	
5:45 或 6:00	燒烤 或 套餐	
8:15	球類、自由活動 或 會所、體藝館活動 （ 注意事項：4,5 ）	
9:00	糖 水	
10:00 p.m.	離 營	

膳食 選擇 （每十人一圍 *每圍 $540*）

【精選套餐】	髮絲腿茸粟米羹	豉油雞	咕嚕肉	清蒸河鮮	瑤柱肉鬆蒸蛋	郊外油菜	絲苗白飯	果盆
【素食套餐】	發財一品羹	羅漢上素	金粟菰丁扒豆腐	時菜鮮鮑片	美果素雞丁	糖醋排骨	絲苗白飯	果盆
【精美燒烤】	牛扒一件	豬扒一件	雞中翼兩隻	金沙骨一條	雞肉腸一條	墨魚丸一粒	魚蛋兩粒	芝士腸兩粒	豬肉丸一粒	粟米半條	紙包飲品一包	方包一片

（每份 $ 54）（營友需自行起爐）
(營友須訂用本村飯堂燒烤包方可使用燒烤場)

注意事項： **< 網上訂營網址: https://cbmspg.poleungkuk.org.hk ； 渡假村網址：www.poleungkuk.org.hk/camp.html >** **(**以上膳餐及收費生效期 1/4/2020 至 31/3/2021**)**

1. 分組活動：單車、箭藝、彈床、室內攀石、營內定向、門球及室內草地滾球。(由導師從旁指導，本村將視乎用營人數及天氣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、吸管、大型助浮器具入池，禁止跳水，不得塗抹太陽油下水，並須穿著泳裝方可游泳。
   12 歲以下兒童或高度不足 1.1 米（3 1/2 呎）者需由成人陪同。
3. 繩網活動：戶外康樂繩網陣提供十關不同難度之繩網挑戰，日照時間免費開放。(不設導師帶領)
4. 免費活動：綜合體藝館設有乒乓球、羽毛球及康樂棋活動；籃球、足球、排球及棋類用品可於辦事處登記借用；另設室內兒童遊戲閣及兩個戶外兒童遊樂場。
5. 自費活動：餵魚、氣墊球機、籃球機及手工藝。另高爾夫球車(需持有效駕駛執照)、電子飛鏢機、壁球、英式/美式桌球、娛樂室（麻雀耍樂）及卡啦 O.K.須由 18 歲或以上人士負責租用。
6. 環境教育活動： 再生能源設施導覽，尋找楓香之旅，林木 / 夜行生態導賞，環保定向，環保小手工 **[Website : http://plktt.wishlatte.net]**
7. 膳食選擇：「精選套餐」及「素食套餐」每十人一圍(每款需**最少**預訂二十人)。黃昏營膳費已包括在營費內，如無指明，將供應精美燒烤。另日營及下午營則可選擇標準膳餐。
8. 講座廳、多用途活動室、表演舞台、室內典禮場地、歷奇器材/訓練、低空歷奇挑戰、歷險繩網及攻堅場可供團體租用。
9. 如有需要可向渡假村索取「場地收費表」、「歷奇器材/訓練收費表」、「專項挑戰收費表」、「歷險繩網及攻堅場租用收費一覽表」及有關預訂表格。
10. **有關用膳時間只供參考，營地會按每天實際用膳人數安排營友分段用膳，團體負責人或個人營友需於入營時與營地辦事處職員確認用膳時間。**
11. **本村絕對有保留改變或取消營友預定活動安排及場地租用之權利 。**

營務組訂營熱線：852-2277 8678 傳真：852-2882 3391 ； 渡假村電話：852-2478 1332 傳真：852-2442 3869

保 良 局 賽 馬 會 大 棠 渡 假 村

【開心日營樂】 【消閑下午營】 【精裝黃昏營】

生效日期 1/4/2021

【開心日營樂】活動時間表

時 間	活動程序
9:00 a.m.	入 營
9:15	球類、康樂繩網 或 自由活動 （ 注意事項：3, 4,5 ）
11:00 11:45 或 12:00	燒 烤 標準膳餐 或 套餐 (用餐時間至 12:30)
1:30–3:30	分組活動 （ 注意事項：1,2,3 ）
3:30	球類、康樂繩網 或 自由活動 （ 注意事項：3, 4,5 ）
4:00 p.m.	離 營

【消閑下午營】活動時間表

時 間	活動程序
3:00 p.m.	入 營
3:15	球類、康樂繩網 或 自由活動 （ 注意事項：3, 4,5 ）
4:00–5:00	分組活動 （ 注意事項：1,2,3 ）
6:00	燒 烤 標準膳餐 或 套餐
8:00	球類、自由活動 或 會所、體藝館活動 （ 注意事項：4,5 ）
9:00	糖 水
10:00 p.m.	離 營

【精裝黃昏營】活動時間表

時 間	活動程序	
2:00 p.m.	入 營	
下列活動（免費）		
活 動 選 項	30-50 人 (任選三項)	51 人以上 (任選四項)
卡 啦 O.K	1 小時	2 小時
英式桌球	1 小時	2 小時
麻雀耍樂(3hrs)	1 檯	2 檯
環保小手工	1 小時	2 小時
壁 球	1 小時	2 小時
美式桌球	1 小時	2 小時
飛 鏢 機	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 （ 注意事項：1,2,3 ）	
5:45 或 6:00	燒烤 或 套餐	
8:15	球類、自由活動 或 會所、體藝館活動 （ 注意事項：4,5 ）	
9:00	糖 水	
10:00 p.m.	離 營	

膳食 選擇 （每十人一圍 *每圍 $560*）

【精選套餐】	髮絲腿茸粟米羹	豉油雞	咕嚕肉	清蒸河鮮	瑤柱肉鬆蒸蛋	郊外油菜	絲苗白飯	果盆
【素食套餐】	發財一品羹	羅漢上素	金粟菰丁扒豆腐	時菜鮮鮑片	美果素雞丁	糖醋排骨	絲苗白飯	果盆
【精美燒烤】	牛扒一件	豬扒一件	雞中翼兩隻	金沙骨一條	雞肉腸一條	墨魚丸一粒	魚蛋兩粒	芝士腸兩粒	豬肉丸一粒	粟米半條	紙包飲品一包	方包一片

（每份 $ 56）（營友需自行起爐）
(營友須訂用本村飯堂燒烤包方可使用燒烤場)

注意事項： **< 網上訂營網址: https://cbmspg.poleungkuk.org.hk ； 渡假村網址：www.poleungkuk.org.hk/camp.html >** **(**以上膳餐及收費生效期 1/4/2021 至 31/3/2022**)**

12. 分組活動：單車、箭藝、彈床、室內攀石、營內定向、門球及室內草地滾球。(由導師從旁指導，本村將視乎用營人數及天氣情況決定分組活動種類及開放時間。)
13. 泳池由五至十月開放。不准攜帶潛鏡、吸管、大型助浮器具入池，禁止跳水，不得塗抹太陽油下水，並須穿著泳裝方可游泳。
    12 歲以下兒童或高度不足 1.1 米（3 1/2 呎）者需由成人陪同。
14. 繩網活動：戶外康樂繩網陣提供十關不同難度之繩網挑戰，日照時間免費開放。(不設導師帶領)
15. 免費活動：綜合體藝館設有乒乓球、羽毛球及康樂棋活動；籃球、足球、排球及棋類用品可於辦事處登記借用；另設室內兒童遊戲閣及兩個戶外兒童遊樂場。
16. 自費活動：餵魚、氣墊球機、籃球機及手工藝。另高爾夫球車(需持有效駕駛執照)、電子飛鏢機、壁球、英式/美式桌球、娛樂室（麻雀耍樂）及卡啦 O.K.須由 18 歲或以上人士負責租用。
17. 環境教育活動： 再生能源設施導覽，尋找楓香之旅，林木 / 夜行生態導賞，環保定向，環保小手工 **[Website : http://plktt.wishlatte.net]**
18. 膳食選擇：「精選套餐」及「素食套餐」每十人一圍(每款需**最少**預訂二十人)。黃昏營膳費已包括在營費內，如無指明，將供應精美燒烤。另日營及下午營則可選擇標準膳餐。
19. 講座廳、多用途活動室、表演舞台、室內典禮場地、歷奇器材/訓練、低空歷奇挑戰、歷險繩網及攻堅場可供團體租用。
20. 如有需要可向渡假村索取「場地收費表」、「歷奇器材/訓練收費表」、「專項挑戰收費表」、「歷險繩網及攻堅場租用收費一覽表」及有關預訂表格。
21. **有關用膳時間只供參考，營地會按每天實際用膳人數安排營友分段用膳，團體負責人或個人營友需於入營時與營地辦事處職員確認用膳時間。**
22. **本村絕對有保留改變或取消營友預定活動安排及場地租用之權利 。**

營務組訂營熱線：852-2277 8678 傳真：852-2882 3391 ； 渡假村電話：852-2478 1332 傳真：852-2442 3869