

保良局賽馬會大棠渡假村

【宿營 - 時間表】

(生效日期 1/4/2021)

時間	<u>入營</u> 當日程序		時間	<u>入、出營</u> 以外程序		時間	<u>出營</u> 當日程序
3:15 p.m.	報到		8:15 – 8:45 a.m.	早餐		8:15 – 8:45 a.m.	早餐
3:15 – 4:00	營地介紹		9:00 – 12:00	分組活動 (注意事項: 1, 2, 3)		9:00 – 12:00	分組活動 (注意事項: 1, 2, 3)
4:00 – 5:00	分組活動 (注意事項: 1, 2, 3)		1:00 – 1:40	午膳		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
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, 8)	1:40 – 4:00	球類、康樂繩網 或 自由活動 (注意事項: 3, 4, 5)		1:00 – 1:40	午膳
6:00 – 10:00	燒烤		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, 8)	1:45 p.m.	離營
10:00 – 10:20	糖水		6:00 – 10:00	燒烤		11:30 p.m.	休息
11:30 p.m.	休息		10:00 – 10:20	糖水			
		11:30 p.m.	休息				

注意事項:

- 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。)
- 泳池由五至十月開放。不准攜帶潛鏡及吸管入池，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米者需由成人陪同。
- 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)
- 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。
- 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)及卡拉OK。須由18歲或以上人士負責租用。
- DIY 工作坊：咖啡渣蚊香、扎染、造型小香皂、蜜蠟潤唇膏、天竺葵玫瑰潤手霜、薄荷止癢膏、果凍蠟燭(須入營前預約)
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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；渡假村電話：852-2478 1332 傳真：852-2442 3869 渡假村網址：www.poleungkuk.org.hk