

保良局賽馬會北潭涌度假營

【宿營 - 時間表】

1 / 2022

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.	入營		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		12:00 - 12:30	清理營舍、交還房匙
6:00 - 6:30	晚膳	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		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	球類、自由時間 或 會所活動 (注意事項 5/6)	1:45 p.m.	離營
10:00 - 10:15	糖水		7:00 - 10:00	燒烤		10:00 - 10:15	糖水
11:00 p.m.	休息		10:00 - 10:15	糖水		11:00 p.m.	休息

注意事項：

- 分組活動：箭藝、單車、滾軸溜冰、運動攀登、兒童繩網、野外定向、營外參觀；另地壺球及門球（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及天氣情況決定分組活動種類及開放時間) 參與以上活動必須穿著包趾鞋及運動服，穿涼鞋或拖鞋未能參加活動。
- 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、樹木賞樂遊及環保小手工。網址 <http://plkptc.wishlatte.net>
- 歷奇活動：挑戰繩網陣及野外歷奇訓練活動（歡迎營期21天前與職員聯絡安排參加）。
- 自費活動：電子遊戲機、手工藝。【另美式桌球、麻雀房及高爾夫球果嶺（推桿）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。
- 特備活動：營地不定時推出獨木舟體驗、手搖船、飛索、大鞭鞭、充氣獨木舟、立划板體驗、蹦極彈床、攤位遊戲及環保工作坊等活動。
營友需另購遊戲券參加，請留意營地 Facebook 公佈：<https://facebook.com/plkptc>
- 膳食：營地提供早、午、晚餐、燒烤及糖水供營友預訂，訂餐後膳費應於用營前一個月繳付。
- 燒烤需於晚上十時半前結束。
- 自備個人梳洗用品。
- 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。

註：本營保留上述各項目/設施/活動/膳食安排之最終決定權