



思高《親子復活》訓練營 2023

Don Bosco Child & Parent Re:Vitality Camp 2023

@賽馬會長洲鮑思高青年中心
www.donboscocamp.org.hk



想一次過感受長洲的日與夜，為假期充充電？
想度過一個由專業教練設計及帶領、節目豐富的訓練活動？
想促進親子關係、助子女提升抗逆力邁向成功？呢個營就啱大家！！

子女 3 日 2 夜露營 + 家長 2 日 1 夜露營

日期：子女 2023 年 4 月 6-8 日 (四至六)

家長 2023 年 4 月 7-8 日 (五至六)

時間：(第一日) 2:00pm 中環碼頭集合

(第一日) 3:30pm 長洲碼頭集合

(第三日) 2:00pm 長洲碼頭解散

(第二日) 2:00pm 長洲碼頭解散

地點：賽馬會長洲鮑思高青年中心

年齡：8-12 歲之子女及家長

名額：最多 8 組，每組 2 或 3 人 (即 1 子女+1 家長、1 子女+2 家長，或 2 子女+1 家長。)

費用：1 位子女+1 位家長 \$2200 (包括營費、露營用具、膳食、食材及煮食用具、教練費、訓練器材、證書費及保險費，不包括船費 (請備八達通) 額外子女每位 \$1800，額外家長每位 \$800)

活動：戶外露營、黑夜追蹤、團隊訓練、兒童繩網陣、烹飪比賽、親子活動、抗逆解說、原野烹飪等

獎勵：完成整個活動之參加者可獲思高《親子復活》訓練營證書

完成特定要求之參加者可獲美國《Leave No Trace 不留痕跡》電子證書

報名：請填妥[網上報名表](#)，下載及簽妥[家長同意書](#)，連同繳費收據於報名時上載，或 WhatsApp 至 9418 7291。繳費收據請註明參加者姓名、報名時之聯絡電話，及展示繳費日期。

本中心收妥網上報名表、家長同意書及繳費後，方完成報名程序。

繳費：入數戶口號碼為匯豐銀行 004 戶口號碼 848-274874-001

如用轉數快，識別碼為 info@donboscocamp.org.hk

收款人為 賽馬會長洲鮑思高青年中心

截止日期：2023 年 3 月 31 日

查詢：請致電 2981 0403 或 WhatsApp 9418 7291



網上報名表



家長同意書

報名及繳費須知

1. 報名前請細閱本報名須知，若不同意任何條文，敬請切勿報名。
2. 報名一經取錄，所繳交之費用概不發還。恕不接受以任何私人理由申請退款。
3. 參加者須提供正確資料，個人資料受私隱條例保障。
4. 十八歲或以下須填寫[家長同意書](#)。
5. 未妥善交費，提供虛假、漏報、錯誤填寫資料之申請，本中心將不接納其申請。
6. 一經報名，即表示已完全接納本報名須知(請閱本報名單張)，及本中心入營須知並樂意遵守，有關守則請瀏覽本中心網頁[申請表格及須知](#)。
7. 完成報名程序 3 日內，本中心將發出 WhatsApp 確認。
8. 活動名額先到先得。名額如有所加減，本中心恕不另行通知。
9. 入營須知、攜帶物資清單及惡劣天氣安排可於活動前 7 天於本中心[網頁](#)下載。
10. 本中心將於活動期間為參加者拍攝或錄影，有關之拍攝相片及錄影片段會上載至社交媒體本中心專頁，及/或會作日後宣傳之用。參加者如不同意上述安排，請電郵至 info@donboscocamp.org.hk 通知本中心。
11. 本中心擁有最終決定權處理申請。如有任何查詢請致電 2981 0403 或 WhatsApp 9418 7291。

更改參加者/營期

1. 如報名後希望申請更改參加者，請致電本中心查詢。替換者年齡必須在活動指定年齡範圍內。
2. 活動舉行前不少於 14 天之任何更改申請，需繳交 HK\$300.00 行政費。
3. 活動舉行前不少於 7 天之任何更改申請，需繳交 HK\$500.00 行政費。
4. 活動舉行前 3 日內不再接受任何更改申請。本中心亦不接受未經事先申請及批准的臨時入營安排，敬請留意。
5. 如因政府之防疫規定需關閉處所，將全數退回款項。

惡劣天氣

天氣情況	入營前	入營後
1 號強烈季候風信號 / 黃色暴雨警告	照常入營	留在營舍之安全地方，直至警告解除
3 號或以上熱帶氣旋警告	入營前 3 小時除下，照常入營	依營職員指示 盡快離開
紅色或黑色暴雨警告	入營前 3 小時除下，照常入營	留在營舍之安全地方，直至警告解除

- 如營期第一天於入營前 3 小時前 (12:30pm) 懸掛 3 號或以上熱帶氣旋警告、紅色或黑色暴雨警告，申請人可獲該天退款
- 如營期第二天於入營前 3 小時前 (12:30pm) 已解除 3 號或以上熱帶氣旋警告、紅色或黑色暴雨警告，則照常入營

訓練時間表

	第一天	第二天	第三天
8:30pm-9:30pm		煮早餐及善後	煮早餐及善後
上午		挑戰一分鐘 兒童繩網陣	收營 原野烹飪
12:00pm-1:30pm	2:00pm 中環集合	午餐及善後	原野烹飪及善後
下午	到達營地 認識團隊 露營技能	長洲任務 接船 烹飪比賽	離營
6:00pm-7:30pm	晚餐及善後	烹飪比賽及善後	
晚上	黑夜追蹤 / 尋寶	親子活動	
9:30-10:00pm	梳洗及休息	梳洗及休息	

- 訓練活動包括適量煮食及善後，學習生活技能及自理能力
- 適當時教練會安排自由時間
- 活動按需要分組進行，活動內容、長短將按參加者整體狀況、天氣、及當時環境等因素，教練會按專業判斷更改或調整

-完-