



入營須知 (只適合參加歷奇訓練的團體參考)

1. 入營前，請申請團體(申請人或有關負責人)為參加者分組：
 - 1.1 訓練：每組約 12 至 14 人
 - 1.2 膳食：每組約 8 至 9 人 (包括領隊，只適用在營地接受訓練的團體)
2. 請將領隊及參加者的個人資料，包括：姓名、性別及年齡，傳真或電郵至本中心
3. 瀏覽以下網址，可查考「長洲班船時間」
http://www.nwff.com.hk/cht/fare_table/?Origin=CW&Dest=MW&From=25&line=H
4. 瀏覽本中心網址，可下載【路線圖】、【中心平面圖】，
網址：www.donboscocamp.org.hk
5. 在步行至營地的路途中，若有任何問題，請致電 29810403 與本中心聯絡
6. 如參加水上歷奇日營(10:00 至 16:00)，無須到營地，本中心教練，身穿制服，在長洲碼頭麥當勞門口迎接
7. 衣束裝備
 - 7.1 陸地訓練：請穿著運動 / 輕便服(有領衣服及長褲)及運動鞋(包腳踝及腳趾)
 - 7.2 水上訓練：為省時起見，請登訓練船《鮑思高 1 號》前，穿上泳衣或泳褲
 - 7.2.1 在船上需要赤腳進行活動
 - 7.2.2 進行紮木筏活動，必須穿著鞋(布鞋 / 「白飯魚」、山澗鞋、拖鞋)
8. 物資裝備 (只供參考)
 - 8.1 陸地訓練 (留宿適用) 衣服、內衣、襪、毛巾、保暖外套、防風外套、雨衣 / 雨傘、牙刷牙膏、防蚊用品、護膚品 / 防晒護膚用品、太陽帽、太陽鏡(必具備保護眼睛的功能)、水壺、拖鞋、清潔液、電筒、電芯、適量金錢、筆紙、風筒(視乎個人需要)、急救用品、乾糧、小背包 / 腰包、及個人藥物等
 - 8.2 水上訓練
衣服、毛巾(最好吸水力強的大毛巾，乾身用)、泳衣 / 泳褲、保暖外套、防風外套、護膚品 / 防晒護膚用品、太陽帽、太陽眼鏡(必具備保護眼睛的功能)、水壺、食水、適量金錢、紙筆、防水袋(視乎個人需要)及個人藥物等
 - 8.2.1 訓練船提供參加者每人一支 500 毫升的食水 (為環保，請珍惜，歡迎自備食水)
 - 8.2.2 訓練船只提供少量淡水沖身
9. 營地設有飲水機及汽水機，請自備零錢
10. 如有任何查詢，歡迎致電及瀏覽本中心之網頁

查詢：

電話：(852) 2981 0403 電郵：info@donboscocamp.org.hk

傳真：(852) 2981 9813 網址：www.donboscocamp.org.hk

地址：香港長洲思高路 18 號