

MAR 2026

O B A A

OUTWARD BOUND (ALUMNI) ASSOCIATION

Bi-monthly Newsletter



香港外展訓練學校同學會

雙月刊

專題 FEATURE

新春行大運暨會所團拜



目錄 TABLE OF CONTENTS



- P. 2 今期專題 Feature
- P. 3 主席的話 Message from Chairman
- P. 4 執委介紹 ExCo Introduction
- P. 5 本會通告 News & Notices
- P. 8 母校消息 News from OBHK
- P. 9 獨木舟興趣小組 Canoe Interest Group
- P. 10 攀山興趣小組 Mountaineering Interest Group
- P. 11 風帆活動小組 Sailing Activities Group
- P. 12 悠然樂小組 Other Interest Group
- P. 13 會所管理 Club House Management
- P. 14 會員事務小組 Membership & Promotion Group
- P. 15 會員天地 Member's World

同心行大運 齊賀新春 Together We Celebrate the New Year



OBAA 於二月十九日（年初三）舉辦「新春行大運暨會所團拜」，會員與嘉賓共二十二人踴躍參與，場面熱鬧。

活動於早上十時三十分在大水坑站集合，沿途途經錦泰苑海濱、馬鞍山海濱長廊、烏溪沙碼頭及渡頭灣村，最後抵達烏溪沙站，全程約六公里，需時一至兩小時。路線平易近人，適合一家大小參與，大家在歡笑聲中完成行程，寓意新一年步步高升。

遠足結束後，眾人回到泥涌會所舉行團拜聚餐。席間佳餚美酒齊備，大家互致新春祝福，氣氛溫馨。是次活動共有16位會員及6位訪客出席，充分展現校友會的凝聚力。

我們特別感謝大會資助乳豬，甘偉雄準備秘製雞煲，以及 John Woo、Andy Ku、Henry Tsui 提供美酒佳釀；同時亦感謝 John Chiu 與 Maya 準備蘿蔔糕、芋頭糕及糖果小食，為團拜增添濃厚年節氣氛。

是次活動不僅促進會員交流，更讓校友與家人共享健康與歡樂。OBAA 將繼續秉持凝聚校友、促進交流的宗旨，期待來年再與大家相聚，共創美好時光。



各位會員，

春日正好，萬物復甦。感謝OIG種植隊及HKGS (Hong Kong Gardening Society) 義工持續用心栽種，會所的小花園逐漸成形，現已展現一番新貌，為會所增添了不少生機與色彩。

另一邊，籃球場旁的新艇架已完成編碼並正式投入使用。感謝CIG小組的跟進與調配，亦感謝各位會員的配合。新整理的獨木舟艇架租用細則，讓申請程序及分配安排更清晰透明，既可善用設施，亦能更好保障會員權益，體現公平原則。

接下來，會所將更著重內部整理與規整，希望各位繼續配合，共同維持會所整潔。我們現積極重新聘請清潔工，定期清理室內設施及洗手間，致力提供更乾淨舒適的環境。助浮衣間及男女更衣室的雜物亦已收拾妥當，期望大家使用時一同保持清潔。

此外，我們兌現承諾，定期舉辦會員交流會，與大家交流會務資訊、討論政策、吸納意見。下次會員大會定於4月18日 (星期六) 舉行，誠邀各位會員踴躍參與，一同為會所發展出謀獻策。

期待在會所見到大家！

外展訓練學校同學會

主席 方毅妍

2026年3月29日

2025/26 OBAA 執行委員會成員 ExCo Office-Bearers

主席	Chairman	Phyllis Fong	chairman@obaahk.org
副主席	Vice-Chairman	Sam So	vice@obaahk.org
秘書	Secretary	Chan King Ming	secretary@obaahk.org
財政	Treasurer	<懸空 vacant>	treasurer@obaahk.org
會員事務小組	Membership & Promotion Manager	Henry Tsui	members@obaahk.org
編輯小組	Editor	Hugh Chick	editor@obaahk.org
會所管理	Club House Manager	Lee Kin Wah	clubhouse@obaahk.org
獨木舟興趣小組	Canoe Interest Group Chairman	Chan Hong Ki	cig@obaahk.org
攀山興趣小組	Mountaineering Interest Group Chairman	Rick Au	mig@obaahk.org
風帆活動小組	Sailing Activities Group Chairman	Wong Yun Wo	sag@obaahk.org
社會服務小組	Social Services Group Chairman	John Woo	ssg@obaahk.org
悠然樂小組	Other Interest Group Chairman	Chow Ming Pui	sig@obaahk.org

The grid displays 12 members of the ExCo, each with a circular portrait and a colored box containing their name and title. The members are arranged in three rows and four columns:

- Row 1:** Chairman Phyllis Fong (purple box), Vice-Chairman Sam So (purple box), Secretary KM Chan (green box), Treasurer (懸空 vacant) (yellow box with a grey placeholder icon).
- Row 2:** Club House Manager Lee Kin Wah (purple box), M&P Manager Henry Tsui (purple box), Editor Hugh Chick (green box), CIG Chairman Chan Hong Ki (yellow box).
- Row 3:** SAG Chairman Wong Yun Wo (purple box), MIG Chairman Rick Au (purple box), SSG Chairman John Woo (green box), OIG Chairman Chow Ming Pui (yellow box).

最新消息 NEWS

助浮衣倉清理與管理計劃：請會員留意並配合

本會於三月尾舉行的每月大型恆常工作日已順利完成。感謝各位義工的熱心參與和努力，令儲物間清理得以圓滿完成。這份成果不僅提升了會所環境整潔度，也展現了會員間的團結合作精神。

在此特別提醒各位會員注意以下事項，並請予以配合：

- **個人物品認領**

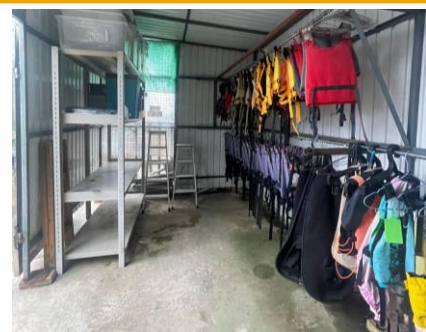
儲物間內被私自存放的個人物品已移至網球場中央，等待認領。請於 4月5日前 完成認領，逾期末認領者將作廢物處理。如未能親身回會所，請先向 DO 確認安排。

- **私人助浮衣**

助浮衣已暫時移至戶外臨時掛架。會員認領後，請於衣架上掛上由會所提供的名牌（寫上會員編號及日期），再放回儲物間。名牌及雙頭筆已放置於會所 logbook 登記旁。請於 4月19日前 完成認領，逾期末認領者將作廢物處理。

- **倉內不當存放物品**

助浮衣倉僅供存放助浮衣。其他私人物品（如單車）不應存放於倉內，請盡快自行清理或移走，以免在清理過程中被視作棄置物品而處理。

**重要通知：艇架搬遷限期已屆滿**

新 H艇架已於 2 月初落成，原使用 A、D、E、F、G 舊艇架的租戶須於 2 月 28 日前完成搬遷。搬遷工作現已完成，執委會將檢查確保艇隻妥善安置，違規者或需承擔紀律處分及費用。

舊艇架將隨後拆卸，請會員留意並配合。感謝支持！

溫馨提示：必須預先登記入涌

各位會員：

進入泥涌會所前，必須完成 Google Form 登記，未登記者將不獲允許入場。登記連結：<https://forms.gle/SCnLcKLaBmrZsAoH6>

如填寫表格有困難，請聯絡當值委員 Duty Officer：WhatsApp / 電話：5932 1492
感謝合作，共同維護安全與秩序。



香港外展訓練學校同學會
執行委員會

獨木舟艇架租賃規定 Canoe Rack Rental & Regulations

OBAA 獨木舟艇架租賃及管理規定 (修訂日期：2026 年 1 月 16 日)

一. 目的與基本原則

1. 艇架租用權益與會籍類別掛鉤，旨在公平分配資源、優先滿足會員需求。
2. 艇架僅限存放會員**私人獨木舟**，不得存放其他物品或作其他用途。
3. 所有租用以**年度**為單位 (1 月 1 日至 12 月 31 日)，遵循先到先得原則。
4. 艇架使用須嚴格遵守安全、管理及環境衛生要求，不得轉讓、轉租或擅自更換位置。

二. 申請資格、數量限制與費用

1. **個人會員 / 副會員**
 - 最多可申請 **2 個**艇架
 - 首個艇架：\$1,200 (會員) / \$1,800 (副會員)
 - 第二個艇架：\$2,200 (會員) / \$2,800 (副會員)
2. **家庭會籍**
 - 最多可申請 **3 個**艇架
 - 首兩名成員的首個艇架：各 \$1,200
 - 第三個艇架：\$2,200
 - 如家庭會籍僅一人登記為租用人，則上限為 2 個艇架
3. **新入會副會員**：須完成首次續會後 (即入會第二年起) 方可申請艇架。
4. **租期中途申請**：7 月 1 日後起租，該年度費用減半收取。
5. 所有已繳費用，退租或提前終止時**恕不退還**。

三. 申請、續租與分配方式

1. **續租**：每年續會時透過 Google 表單辦理並繳費。
2. **新申請**：隨時聯絡會所經理或 CIG 主席提交申請。
3. **查詢空缺**：可透過 DO 電話、會所經理或 CIG 主席查詢艇架空缺及索取申請表。
4. **分配規則**：
 - 有空缺時可即時分配
 - 無空缺時按申請時間順序列入輪候名單
 - 特定位置需求：在有空缺前提下，會所經理可酌情考慮
 - 最終分配權由**執行委員會**或**會所經理**決定

四. 租賃資格與登記要求

1. **會員專屬**：僅限本會有效會員租賃艇架存放私人獨木舟。
2. **一架一艇**：每個租用位僅限存放**一艘**獨木舟，嚴禁堆放其他私人物品。
3. **艇隻登記**：
 - 存放艇隻以本會現有拍攝紀錄為準
 - 如需更換艇隻，必須**事先通知**本會並提交新艇照片存檔

獨木舟艇架租賃規定 Canoe Rack Rental & Regulations (續)

五. 使用規範與通知機制

1. 陸路運送通知：
 - 所有艇隻進出本會，必須在入涌 Google form 內備注，以便紀錄及安排。
2. 環境衛生：
 - 使用後必須保持艇架區域整潔
 - 帶走所有垃圾及私人物品
3. 惡劣天氣安排：
 - 遇颱風、暴雨等惡劣天氣，會員有責任自行檢查、加固或暫時移走獨木舟，避免損失。
4. 管理調整：
 - 因維護工程、活動舉辦或安全考慮，本會有權暫停或調整艇架使用，並會提前公告。

六. 安全、風險與設施

1. 風險自負：
 - 艇隻存放及使用期間的一切風險（盜竊、損壞、自然損耗、天氣因素等）由會員自行承擔。
 - 建議會員視需要自行購買相關保險。
2. 監控設施：
 - 艇架範圍設有監控錄影以輔助安保。
 - 錄影僅保存有限時間，發生意外時本會將在可行情況下協助追查，但不保證錄影完整性。

七. 違規處理

1. 凡**嚴重違反**或**屢次無視**上述規定者，本會有權**即時終止**其租賃權利。
2. 如**連續欠費**或**違反使用規定**，會所有權**收回艇架**。
3. 終止租用後，所繳費用**概不退還**。

八. 附則

1. 本規定解釋權及最終決定權歸**執行委員會**所有。
2. 本會有權根據實際情況修訂本規定，並向會員公告後生效。

如有任何疑問，請聯絡會所經理、CIG 主席或 DO (電話：59321492) 。

OBAA 會所管理小組 / 執行委員會 啟

最新消息 NEWS

THE OUTDOOR RESET 野外充電營 (2026年復活節)

復活節假期，走進大自然，重整心靈！香港外展訓練學校 (OBHK) 特別推出「THE OUTDOOR RESET 野外充電營」，讓你在三天兩夜的挑戰中，沉浸自然、突破自我，帶著全新目標再出發。

日期：2026年4月3日至5日

對象：18至65歲成人，個人、朋友或公司團隊皆可

地點：OBHK大網仔基地及香港沿海 / 郊野公園

形式：12人小隊，專業教練帶領

住宿：野外露營，體驗簡樸生活

費用：港幣3,600元 (已包括所有膳食及裝備)

詳情請參閱以下連結：

<https://www.outwardbound.org.hk/zh/theoutdoorreset>



CIG 獨木舟興趣小組

本會奪 第39屆全港獨木舟定向錦標賽 團體盃季軍

由中國香港獨木舟總會舉辦的第39屆全港獨木舟定向錦標賽已於2026年3月8日順利舉行。本會會員在賽事中取得兩名組別冠軍，並為OBAA贏得團體盃季軍。僅在此恭賀各會員！

第39屆全港獨木舟定向錦標賽

女子單人公開組	冠軍 謝尚頤
女子單人先進C組	冠軍 余碧玉
團體盃	季軍



海洋獨木舟 (Surf-ski) 中級銅、銀、金章課程 — 招募有興趣參加者

本會正籌備於4-6月期間舉辦海洋獨木舟中級銅銀金章課程，於外展訓練學校同學會進行。由於日期尚待確定，現正邀請有興趣的會員先行登記，以便夾日期安排。

參加資格

- 年滿 14 歲，並能在沒有救生衣/助浮衣輔助下游泳約 50 米
- 持有 海洋獨木舟 3 星章 或 初級海洋獨木舟證書

人數

- 6-8 人 (不足 6 人則取消)

費用 (包括艇租、教練費及保險費)

- 正會員：\$355 × 4 = \$1420
- 副會員：\$395 × 4 = \$1580
- 非會員：\$445 × 4 = \$1780

如有興趣，請聯絡 Whatsapp 98863188，以便安排日期及課程細節。

米埔生態深造班 (2026.03.21)

20 位夥伴隨專業導賞走進米埔。導師生動的講解，讓我們對這片濕地更添一份珍惜。大家已開始期待未來的生態留宿體驗，渴望在月色下與那些「夜行鄰居」來一場難忘的邂逅！



一級山藝繩索技術 (2026.03.07)

延續 1 月的指南針和地圖的基礎，6 位學員進階挑戰一級山藝繩索課程。從地圖指南針到懸崖間的攀登與游繩下降，技術在繩索間的運用技巧。我們將持續開拓更多元、專業的安全課程，讓每一步山旅都更穩健。



東平洲地質遺珍 (2026.02.07)

26 人遠征香港最東北的絕美海島。這片大埔區的瑰寶，以地質公園的奇岩與清澈湛藍的海水，重喚了 Maya 大師姐藏在心底 40 年前的純真回憶。水清沙幼，時光彷彿在此靜止。



風帆義工工作日暨同樂日

風帆興趣小組於三月份成功舉辦了兩次「風帆義工工作日暨同樂日」活動，分別在3月11日(星期三)及3月28日(星期六)舉行。

在這兩次活動中，參加者不僅投入義工服務，協助場地整理及支援小組運作，更透過風帆體驗和交流，增進彼此之間的友誼與合作精神。活動氣氛融洽，既有勞動的汗水，也有歡笑的時光，充分展現了小組「服務與樂趣並重」的宗旨。

特別值得一提的是，義工們在活動中展現了高度的責任感與團隊精神，無論是協助器材搬運、維護安全，還是引導新加入的成員，都盡心盡力，令活動得以順利完成。這不僅加強了小組的凝聚力，也讓更多人認識到風帆運動的魅力。

在此，謹代表SAG，向所有參與及支持的義工與成員致以誠摯的謝意。你們的付出與熱情，正是推動小組持續發展的最大力量。希望大家繼續攜手，讓未來的每一次活動都同樣精彩而有意義。

如有興趣，請加入羣組👉👉👉

https://chat.whatsapp.com/Ei2o2jJ7FrWlGhgD6wooyc?mode=gi_t



歲晚水仙浸栽活動回顧

在農曆新年前夕，本會於會所舉行了「歲晚水仙浸栽」活動，讓會員親手體驗傳統花卉栽培的樂趣。當日大家齊聚一堂，細心將水仙球根浸栽於清水之中，並交流照料心得，場面溫馨而充滿年味。

經過悉心栽培，水仙於春節前陸續綻放，花姿清雅，香氣撲鼻。許多會員分享，將水仙帶回家後，花朵在新春期間正值盛放，不僅為家居增添雅致氣息，更象徵吉祥、清潔與新年的美好祝福。

是次活動不僅讓大家重溫傳統習俗，也凝聚了社群的情誼。感謝各位會員的踴躍參與，讓這份清香與美麗在新春佳節中延續。



植物印染工作坊延續

去年十二月的植物印染工作坊圓滿完成，會員作品展現自然之美。OIG計劃於五月初再度舉辦，敬請留意最新消息！



與昔日足球隊成員聚餐

昔日OBAA足球隊成員與OIG（前稱SIG）歡聚一堂，席間重溫球場回憶，分享近況，氣氛融洽。聚會不僅重溫情誼，更展現OIG的凝聚力與承傳精神，留下美好回憶並延續團隊活力。



恆常工作日 REGULAR WORKING DAY

恆常工作日成果分享：花園煥然一新，花卉綻放迎賓

最近一次由 HKGS 到訪 OBAA 會所的恆常工作日中，本會花園進行了大規模的清理與整理工作。經過悉心的努力，累計清除了多車的雜草，讓環境煥然一新。山坡與草披的景觀大幅改善，整體空間更整潔舒適，為會員提供了更宜人的休憩氛圍。

值得一提的是，花園在清理後更添上了盛放的花卉。色彩繽紛的花朵點綴在會所各個角落，為環境增添了生機與美感。會員在會所活動或休憩時，皆能感受到自然的愉悅與溫暖。

這次工作日的成果，不僅展現了 HKGS 的持續付出與用心，也體現了 OBAA 對環境維護的重視。感謝所有參與者的努力，讓會所成為一個更美麗、更舒適的聚會場所。



夏季安全提醒：會所區域出現蛇蹤

隨着夏季來臨，本會接獲報告指出在會所區域曾見到蛇的蹤影。蛇類在炎熱季節活動較為頻繁，為了保障會員安全，本會特此提醒大家提高警覺。

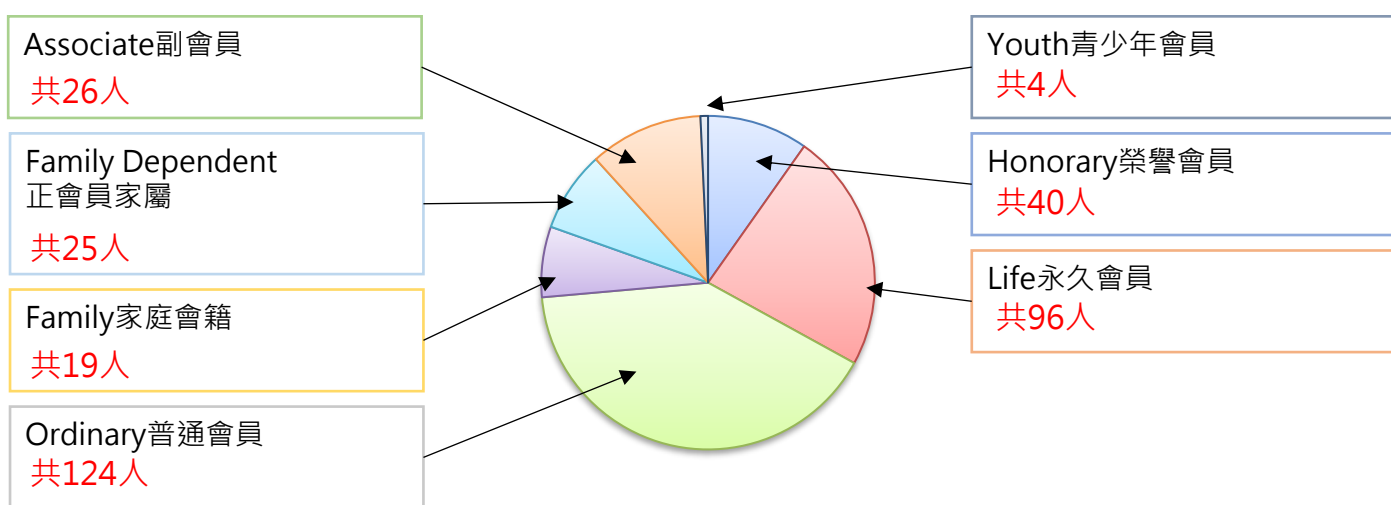
注意事項

- 請會員在會所及周邊活動時保持留意，避免靠近草叢或隱蔽角落。
- 如發現蛇類，切勿自行處理，請立即通知本會DO/ODO。
- 請家長提醒小朋友在會所範圍內活動時注意安全。

本會亦會加強巡查及環境管理，務求為會員提供安全、舒適的休憩空間。感謝各位的合作與理解。

會員類別	2025會員人數 (截至11月30日)	2026會員人數 (截至3月25日)	人數增減
Honorary榮譽會員 (其中26位同時是永久會員)	40	40	0
Life永久會員	96	96	0
Ordinary普通會員	164	124	-40
Family家庭會籍	26	19	-7
Dependent正會員家屬	29	25	-4
Associate副會員	39	26	-13
Youth/student青少年/學生會員	4	4	0
Total 總人數	372	308	-64

2026年3月OBAA 會員類別分析



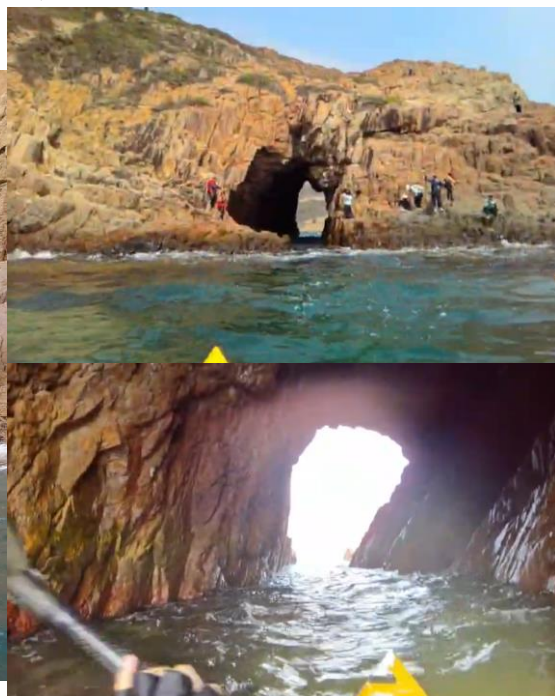
入會 / 重新入會申請，需先填妥申請表，申請表可在本會網頁obaahk.org 之下載區下載。填妥及貼上相片後，請電郵至members@obaahk.org。經會員事務經理呈交執行委員會審批。經通知後才付會員年費。可透過下列方法繳付入會 / 續會費：

1. 直接存入或在櫃員機轉帳至OBAA 的滙豐銀行帳号004-083-253864-001，戶名“ The Outward Bound (Alumni) Association of Hong Kong Limited” 或 “The OB(A)A of HK Ltd”。
2. 請在付款證明寫上姓名及會員類別，再次電郵至members@obaahk.org會員事務小組。

會員同樂 · 破邊洲之旅 Po Pin Chau Voyage

夏日的氣息正濃，會友們暫別赤門海峽的熟悉水域，特別前往西貢滘西水道展開划舟之旅。當日天朗氣清，海面映照出非常美麗、晶瑩剔透的湛藍海水，令人心曠神怡。大家從滘西村出發，途經鎖匙門、木棉洞，最後抵達壯麗的破邊洲。沿途笑聲不斷，景致壯麗。午間更在伙頭墳洲沙灘稍作休息，享受陽光與海風。這一天，不僅是親近自然的快樂時光，更是探索新天地、加深情誼的美好篇章。

〔圖：John Kong〕

**鳴謝：**

Phyllis Fong、Rick Au、Wong Yun Wo、Lee Kin Wah、Henry Tsui、Hugh Chick、Chow Ming Pui、Chan Hong Ki、John Kong提供本期會訊部分圖片及資料。

徵稿：

各位會員，會訊內除了活動預告和報導外，很希望大家將與外展活動有關的所見所聞、不同的經歷、有趣的事物等與大家分享，誠邀大家投稿，大家可電郵到 editor@obaahk.org，期待收到你的稿件！

注意：

本刊物只供香港外展訓練學校同學會會員及香港外展訓練學校畢業學員閱讀、查詢及參加本會活動之用，本刊物內所刊登的資料不得作其他用途。

常用號碼：

司庫

會員事務經理

會所當值人員

Treasurer

Membership & Promotion Manager

DO/ODO

97677433

66618260

59321492