



中隊檔案編號： PL2018-04

香港航空青年團 第 104 中隊活動通知書

敬啟者：

本中隊將舉辦一項活動及訓練。詳情如下：

- 名稱：一等學員野外鍛鍊科考核活動（遠足活動）
日期：2018年12月22日（星期六）
時間：0900時至1630時
活動地點：香港仔郊野公園，全程約8.2公里
集合地點及時間：銅鑼灣港鐵站F出口恒生銀行 / 0900hrs
解散地點及時間：北角港鐵站 / 1630hrs
制服：（基本學員）第三號工作服；
（新學員）見習學員制服（可改穿深色長運動褲，鞋則改穿運動鞋或行山鞋）
費用：\$20（需自備來回程車資約\$20、飲料及午膳）
活動詳情：見附頁
裝 備：見附頁

負責長官及聯絡電話：簡文慧中尉（第104中隊隊長）/ 64447994

敬請填妥回條、健康申報表及體適能問卷後，於2018年12月22日或之前，連同費用經各分隊隊長交回本人。未有簽妥回條、健康申報表及體適能問卷的學員將不會獲准參與是次活動。基於安全比例，是次活動只限12名學員參加。如申請參加人數超過上限，中隊（訓練主任）會根據學員表現決定參加人選。最終名單將於2018年12月16日前於中隊網頁(<http://www.hkacc104.org>)公佈。

此 致
各學員家長

香港航空青年團
第104中隊隊長

簡文慧中尉 謹啟

二零一八年十二月一日

回 條

中隊檔案編號： PL2018-04

本人 *同意 / 不同意 *小兒/小女參與二零一八年十二月二十二日活動及訓練，並證明小兒/小女的健康狀況適宜進行戶外活動。

學員姓名：_____（學員編號：_____）

家長/監護人緊急聯絡電話：_____

家長/監護人姓名：_____

家長/監護人簽署：_____

* 請刪去不適用者

活動詳情

目的：一等學員野外鍛鍊科考核。

活動形式：步行、野外定向、地圖閱讀及指南針應用練習及考核。

活動流程 (或會因應情況改動)：

時間	活動
0900	集合
0900-0930	乘坐小巴前往香港仔郊野公園燒烤場
0930-1030	遠足技巧重溫
1030-1130	野外定向練習
1130-1230	午膳及遠足技巧考核
1230-1500	遠足
1500-1530	檢討
1530-1630	乘搭 41A 號巴士返回北角港鐵站
1630	解散 (時間視乎活動進度)

個人裝備：(各學員均需帶備以下物品上山)

1. 最少 1 公升水 (視乎個人需要可以帶備更多)
2. 深綠色的 Poncho (雨披，並不是一般雨衣，可於下雨或大風時用) / Foul Weather Jacket
3. 記事簿及筆
4. 錶
5. 電筒(包括後備電池及後備燈泡)
6. 哨子
7. 黑色大垃圾袋 (一至兩個)
8. 個人藥物(如有)
9. 簡單急救用品
10. 小毛巾
11. 少量金錢
12. 身份證明文件
13. 學員訓練記錄簿 (Cadet Training Record Book)
14. 紙巾
15. 緊急食糧 (200g M&M/得力素)
16. 平板式指南針
17. 乾糧
18. 行山仗 (非強制)
19. 萬用刀 (非強制性)
20. 防曬用品 (非強制性)
21. 蚊怕水 (非強制性)

注意事項：

1. 是次活動由於涉及體力勞動，家長應該考慮學員的體能是否足以應付。
2. 活動會由有行山經驗及資歷的成人長官帶領，唯學員必需嚴守紀律及指示，免生危險。
3. 有關惡劣天氣活動指引 – 如出發當日三小時前，天文台懸掛一號或以上熱帶氣旋警告訊號或黃色、紅色、黑色暴雨警告訊號或該區的雷暴警告，活動會取消，隊員無需到集合地點，但請留意電話，以便中隊聯絡。