

## 賽馬會傷健營 活動申請表

請以正楷填寫，並在適當  內加上  號。



### 活動簡介及收費表

#### 營地免費活動

- 每個團體最多選擇2節免費活動，之後每節 \$470。

活動項目	每節時間	人數	活動內容
* 啟智遊戲	1小時	20 - 50	簡單有趣的分組競技遊戲，只供 <b>智障人士</b> 參加。
* 咕牌合作遊戲	1小時	20 - 50	透過簡單有趣的咕牌遊戲增強團隊之間合作。
營地追蹤	1小時	20 - 60	參加者將分組進行比賽。透過查閱地圖，在營地內利用最短時間找出10個密碼，考驗參加者的觀察力及團隊合作精神。
營地大搜查	1小時	20 - 60	參加者將分組進行比賽。透過查閱地圖，限時內找出營地內的無障礙設施，考驗參加者的觀察力，增加對無障礙設施的認識。
射箭	1小時	20 - 30	在優美的環境下享受射箭的樂趣。
* 數健球	1小時	10 - 20	香港傷健協會原創新興運動，結合運動元素及認知訓練的活動。參加者輪流投擲滾球以接近目標，計分戰因應局勢而採取不同的攻防策略，提升遊戲體驗，無論傷、健、長、幼，都能享受運動樂趣。

#### 收費活動

活動項目	每節時間	人數	收費			活動內容
			私人/ 工商機構	註冊 非牟利團體	註冊非牟利 復康人士團體	
攀石活動(連場租)	1.5小時	8 - 12	每節 \$1,740	每節 \$1,380	每節 \$1,030	通過8米高的攀石牆挑戰，增加參加者自信，並由其他組員一同手執保護繩作出保護，使參加者從中加強互信及溝通。
IPSC氣槍射擊活動(連場租)	1小時	10 - 15	每節 \$1,085	每節 \$840	每節 \$620	以BB彈氣手槍進行的射擊比賽，是一個刺激有趣及挑戰身手眼界的活動

活動項目	每節時間	人數	收費	活動內容
* 團隊解難遊戲	1小時	20 - 40	每節 \$470	通過有趣解難的分組競技遊戲，助參加者建立團隊精神。
* 體驗遊戲	1小時	20 - 50	每節 \$360	A. 通過利用輪椅及眼罩讓參加者體驗視障、語障及肢體傷殘人士的感受，並分組進行3項競賽遊戲。 B. 參加者自行組隊，進行5對5的輪椅投球淘汰賽。
香草包製作 / 香草移株	1小時	30 以下	每節 \$660	利用營舍有機園種植的香草製作晴天娃娃香囊；教授家居種植基本知識及移株技巧，將有機香草帶回家種植。
布袋球(室外)	1小時	8 - 16	每節 \$470	參加者輪流將布袋球扔到斜板上，掉中不同範圍獲得不同分數。注重手眼協調和準繩度，提供輕鬆有趣競技體驗。

\* 活動於室內進行，團體需提前預訂場地並支付場租，詳情請瀏覽「場地租用申請表」。

活動項目		每節時間	人數	收費	活動內容	
躲避盤(室外)		1小時	12 - 24	每節 \$470	由尼龍、泡棉製成的躲避盤，安全且易於上手，簡單的賽例講解後即可進行分組對決。過程身體接觸少，適合男女混合比賽。	
芬蘭木棋(室外)		1小時	12 - 24	每節 \$470	源自芬蘭的投擲運動，講求團隊合作以及手眼協調能力，可在任何空曠地方舉行，適合任何年齡之人士。	
攻防箭(連場租)		1小時	8 - 16	每節 \$1,280	揉合閃避球及射箭元素的運動，參加者需在指定時間和範圍內使用特定的弓箭進行安全、無痛的對決。弓箭的箭頭由泡沫物料製成，減低衝擊力，盡情淘汰對手無顧慮。	
悠遊水塘行	行程 1	45 分鐘	50 以下	每節 \$260	沿薄扶林水塘家樂徑欣賞水塘自然美景，認識其歷史建築及生態，放慢腳步享受悠閒時光。適合長者及親子參加。	
漫遊水塘行	行程 2	2 小時	50 以下	每節 \$530	沿薄扶林水塘家樂徑欣賞水塘自然美景，認識其歷史建築及生態，沿路前往薄扶林觀景台，以180度飽覽港島西南海域景致。	
生態古蹟遊	行程 3	2 小時	50 以下	每節 \$600	深入探索薄扶林水塘的生態保育導賞，以及文物徑周邊的文化古蹟，如大學堂及伯大尼修道院等，了解這片土地的歷史變遷。	
★ 黑夜漫遊	行程 1	2 小時	50 以下	每節 \$530	以不同感官探索薄扶林水塘的夜景，觀察鮮為人知的夜間動物生態。沿路前往薄扶林觀景台，欣賞璀璨夜景。	
	行程 2	3 小時	50 以下	每節 \$800	以不同感官探索薄扶林水塘的夜景，漆黑中有機會觀賞螢火蟲閃爍的微光。沿路前往太平山山頂，欣賞璀璨夜景。	
<b>水上活動</b>						
☀️ 游泳活動*		1 小時 15 分鐘	1 - 50	每位 \$10	於泳池中暢泳，享受清涼快感，又或是舒服地躺臥在池畔曬日光浴，吸收暖洋洋的陽光。	
☀️ 水上歷奇活動		1 小時	10 - 26	每節 \$880	於泳池進行分組競技，助參加者建立互信及合作關係，同時亦可於炎炎夏日增加氣氛。	
☀️ 泳池獨木舟體驗		1 小時	2 - 16	每節 \$960	獨木舟體能要求不太高，利用獨木舟槳划水，使艇隻前進或做出各樣技術。講求身體協調性，亦可以訓練身體的大肌肉。	
☀️ 泳池直立板體驗		1 小時	2 - 10	每節 \$960	導師將教授划直立板的基本技巧，包括趴、跪及企三種划槳方法；參加者學習如何保持平衡、划行以及轉向等，即使不諳水性的初學者亦可以放膽試玩。	
☀️ 逃出生天(紮竹筏)	晚上	3 小時	10 - 40	每節 \$2,000	提供竹筏用具 4 套	導師將教授基本繩結技術，參加者利用有限的物資，合力紮作出竹筏，橫渡泳池。每套竹筏用具最多可供10人使用。
	日間	1.5 小時	10 - 40	每節 \$1,320	提供竹筏用具 2 套 (額外租用每套 \$310)	

★ 有機會與其他團體一同進行。

\* 泳池可劃出最多 6 條專用泳線供團體作活動或訓練之用，每條泳線費用 \$200；而團體包池每節費用 \$1,200。

☀️ 水上活動利用部分泳池進行，僅適用於每年 5 至 10 月泳池開放期間。如在活動時間前 2 小時天文台發出雷暴警告，活動將會取消。

(以上資料及收費項目，本營有權隨時修改而不作任何通告。)

# 賽馬會傷健營 活動申請表

請以正楷填寫，並在適當  內加上  號。

團體名稱： \_\_\_\_\_

團體類別：  私人 / 工商團體  註冊非牟利團體  註冊非牟利復康人士團體

申請人姓名： \_\_\_\_\_ (先生/女士) 電 郵： \_\_\_\_\_

聯絡電話： \_\_\_\_\_ (辦公室/住宅) \_\_\_\_\_ (手提電話)

活動項目	日期 (dd/mm/yy)	時間	人數	費用 (HK\$)
	/ /	: 至 :		
	/ /	: 至 :		
	/ /	: 至 :		
	/ /	: 至 :		
	/ /	: 至 :		
	/ /	: 至 :		
	/ /	: 至 :		
	/ /	: 至 :		

備註： \_\_\_\_\_

合共(HK\$)

- 備註：
- 團體 / 申請人需在入營前三星期填妥「活動申請表」、「游泳池使用及水上活動申請表」並交回營舍辦事處，營舍職員會進一步聯絡並確認。
  - 以上活動已包括導師帶領及器材費用，不包括活動後的檢討解說。如需進行活動後檢討解說，需另行報價。
  - 參加人數須符合活動之最少人數要求。如參加人數超出所定人數，團體需額外申請一節活動。
  - 團體 / 申請人需評估參加者的能力及身體狀況，以確保其適宜參與活動。
  - 所有參加者在參與活動期間應穿著恰當的服飾(包括合適的衣服和鞋履)，並準時集合，於活動前聆聽一次性的安全講解，活動開始後，不接受任何參加者中途加入。
  - 參加者必須遵守導師的安全要求，並輪流配戴適當的安全裝備，以避免意外發生，否則導師有權即時停止活動，且不會補時或退款。
  - 若因天氣惡劣關係導致無法如常進行活動，導師將安排其他活動替代。
  - 營舍當採取一切安全措施以確保營友之安全，若團體未經批准在營內進行高風險活動，因而造成任何意外，責任將由該團體自行承擔。
  - 如團體 / 申請人於預訂後欲取消活動，必須於營期前一星期通知營舍職員，逾期無效，且離營時須繳付該場地及器材費用。

\*簽署代表團體已閱讀及同意遵守上述所有條款及細則。

機構 / 團體印鑑

團體申請人簽署

申請日期