「香港外展訓練學校同學會」電子會訊《雙月刊》 二零二四年三月
Outward Bound(Alumni)Association Bi-monthly Newsletter Mar 2024

a-Ha-Yay

服務人群　TO SERVE, TO STRIVE, AND NOT TO YIELD　自強不息

網　址：http://www.obaahk.org　　查　詢：enquiry@obaahk.org

目　錄　Table of Contents

封面專題：OBAA 2023 獨木舟公開比賽 祝捷會暨獨木舟短途賽 OBAA 2023 Victory Celebration – See P.5

P. 2　2023-24 執行委員會名單 2023-24 ExCo Office-bearers
P. 3-4　主席的話 Message from Chairman / 本會通訊/通告 News & Notices
P. 5-6　本會盛事- OBAA 2023 獨木舟公開比賽 祝捷會暨獨木舟短途賽 / OBAA 新春行大運暨會所團拜
P. 7　母校消息 News from OBHK / 悠然樂小組 Other Interest Group
P. 8　獨木舟興趣小組 Canoe Interest Group
P. 9　攀山興趣小組 Mountaineering Interest Group
P. 10　風帆活動小組 Sailing Activities Group
P. 11　社會服務小組 Social Services Group
P. 12　會所管理 Club House Management
P. 13　會員事務小組 Membership & Promotion Group
P. 14　會員天地 Member's World

2023/24 OBAA Executive Committee Office-Bearers
2023 至 2024 年度外展訓練學校同學會執行委員會成員

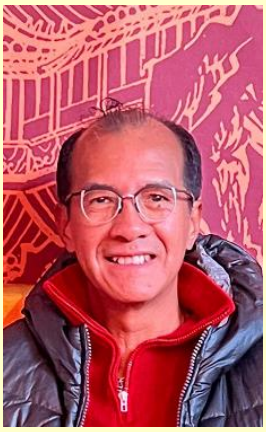
主　席	Chairperson	胡祖榮	John **Woo**	chairman@obaahk.org
副主席	Vice-Chairperson	蘇國森	Sam **So**	vice@obaahk.org
秘　書	Secretary	陳景明	**Chan** King Ming	secretary@obaahk.org
財　政	Treasurer	趙靄君	**Chiu** Oi Kwan	treasurer@obaahk.org
會員事務小組	Membership & Promotion Manager	林健明	Dominic **Lam**	members@obaahk.org
編輯小組	Editor		Hugh **Chick**	editor@obaahk.org
會所管理	Club House Manager	黃兆昌	**Wong** Siu Cheong(黃經理)	clubhouse@obaahk.org
獨木舟興趣小組	Canoe Interest Group Chairperson		Peter **Cheung**	cig@obaahk.org
攀山興趣小組	Mountaineering Interest Group Chairperson	歐偉基	Rick **Au**	mig@obaahk.org
風帆活動小組	Sailing Activities Group Chairperson	萬冲	**Ban** Chung, Ben	sag@obaahk.org
社會服務小組	Social Services Group Chairperson	倪家昇	**Ngai** Ka Sing, Anthony	ssg@obaahk.org
悠然樂小組	Other Interest Group Chairperson	邱賢康	**Yau** Yin Hong, Stephen	sig@obaahk.org

常用電話號碼：

義務司庫	Treasurer	97677433
會員事務經理	Membership & Promotion Manager	66618260
會所當值人員	DO/ODO	59321492

主席的話 Message from the Chairman

外展同學會會友，大家好，



時光飛逝，轉眼 2024 年第一季度已經過去。現在應該是春天了，但寒流仍圍繞著我們。希望天氣能快點回暖。

我很高興向各位匯報，經過一年的籌畫，會所終於完成了下列主要工程：

a. 禮堂和宿舍混凝土剝落的修復。
b. 用新的佈局重新裝修了禮堂。新傢俱將出現在下一階段改善清單上。
c. 更換整個會所的所有電線和裝置，包括兩個艇倉。

在進行這些工作的同時，我們還借此機會清理了舊有之獨木舟維修區和前身的獨木舟維修工作室。舊的獨木舟車間將會成為會所的維護、儲存和維修工作室。

特別感謝所有義工的協助，他們在翻新工作前後幫助搬遷了所有的傢俱。同時，我也要感謝所有會員的耐心和理解，因為這些工作橫跨了聖誕假期和農曆新年假期這兩個大節日，影響了會員之使用。

隨著前任副主席和前任司庫於去年卸任，司庫趙靄君和我花了一段時間來跟進和完成 2023 財政年度的最終會計。目前尚未完成的兩項是盤點覆核和折舊計算。希望我們仍能維持在 6 月底或 7 月初左右舉行會員周年大會的目標，這將取決於審計師對我們帳目檢查時間之長短。

這個月有很多好消息。首先，支持我們外展同學會的鐘志平博士,外展訓練信託基金理事，慷慨地贊助了約$100,000 的美沃奇電動工具，用於會所的一般維護工作。其次，我們更換了由資深會員 Hazel Cheung 師姐多年前捐贈但去年損壞了的救生艇。第三，我們從戴麟趾基金得到了一艘 LASER Fusion 帆船。最後，我們從康樂及文化事務署黃石水上活動中心投得了 4 艘狀況合理並即將退役的 Wanderer 帆船，以取代我們已破損的 Otter 帆船。我們的風帆活動小組很快就會有好好的計畫，為會員舉辦更多的訓練課程和帆船體驗日，以重振泥涌的帆船運動。請繼續留意有關資訊。

外展訓練學校同學會
主席胡祖榮
2024 年 3 月 26 日

Dear Alumni,

Time flies. The first quarter of 2024 is also gone. It should be spring but the cold spell is still lingering around us. Hoping it gets warm soon.
I am very pleased to report that we have finally completed the following major works in our clubhouse after a year of planning when we first mentioned in March last year:

a. The repair of concrete spalling in the hall and dormitory block.
b. Renovated the hall with a new layout arrangement. New furniture will be in the next phase.
c. The replacement of all the electrical cables and fittings for the entire clubhouse including the 2 boatsheds.

Riding along with all these works, we have also taken the opportunities to tidy up the place, clean up the canoe repair areas and the old canoe repair workshop. The old canoe workshop will become our new clubhouse's maintenance storage and workshop.
A special thanks to all of the volunteers who helped to move all the furniture around for the renovation work before and after. Also, I would thank all of our members for your patience and understanding while we have these works across the 2 festive seasons namely, the Christmas holiday and the Chinese New Year holiday.

With the stepping down of our previous Vice-Chairman and previous Treasurer last year, it has taken our Treasurer, Chiu Oi Kwan, and me some time to follow through and wrap up the final account for the 2023 financial year. The only outstanding two items now are on stock-taking review and depreciation. Hopefully, we can still target to have our AGM around the end of June or early July subject to the Auditor checking of our account.

A lot of good news this month. Firstly, Professor Roy Chung, a well-known and generous sponsor to OBAA to support our Hong Kong and Macau Race and Council member of the Outward Bound Trust has donated approx. $100,000 for Milwaukee power tools for our general maintenance of our Nai Chung Centre. Secondly, we have replaced the safety rib donated by our senior member Hazel Cheung years ago which was broken down last year. Thirdly, we have received a Laser Fusion sailing dinghy from the Sir David Trench Fund. Finally, we were able to bid on 4 retiring Wanderer sailing dinghies in reasonable condition from LCSD Wong Shek Sailing Centre to replace our fallen-apart Otter Sailing dinghies. Our Sailing Activities Group will have a great plan out soon to organize more training courses and sailing fun days for our members to revive sailing in Nai Chung. Stay tuned.

John Woo,
Chairman,
Outward Bound (Alumni) Association
26 Mar, 2024

本會通訊/通告 News & Notices

通知

助浮衣倉雜物

自 2020 年 10 月清理後，助浮衣倉內雜物現又堆積如山！在委員和義工初步篩選後，梳理出一批並非助浮衣的私人物品。該等私人物品主人不應佔用公家地方，有責任自己清走。請物主儘快認領，不然在 3 月底的義務工作日將代為棄置。
另外自 2022 年 7 月已經安排私人助浮衣掛右邊，會助浮衣掛左邊，請大家遵守上述規則。

香港外展訓練學校同學會
執行委員會
12.02.2024

左邊：會助浮衣　　右邊：私人助浮衣

OBAA 2023 獨木舟公開比賽 祝捷會暨獨木舟短途賽

執行委員會就通告（Ref. no. E10/22）鼓勵會員代表本會參與獨木舟總會賽事並予以獎勵事宜，於 2024 年 1 月 28 日舉辦了慶祝日並舉行祝捷會。

執行委員會頒發獎金嘉許於 2023 年曾代表本會參與賽事並榮獲冠亞季軍的會員。除頒獎典禮外，早上更進行了一個簡單的獨木舟短途賽，於 2023 年度未有得獎之會員參加。義工們更準備了美味午餐，供一眾參與，一起分享喜悅。

註：得獎者名單詳見第 15 頁。

OBAA 新春行大運暨會所團拜

2024 年 2 月 12 日甲辰年初三，宜出遊。OBAA 新舊老少會友，早上 10:30 在馬鐵大水坑站起步，行大運至烏溪沙，然後到泥涌會所吃午飯團拜，全程約 3 小時 5 公里路程，一粒星⭐的難度。

當日天朗氣清，雲淡風輕，馬鞍山和八仙嶺遙相呼應；藍天碧海，陽光燦爛，和我們的笑容互相輝映。吐露港出現兩隻色彩鮮豔的風帆和一艘 Surfski，媲美海濱長廊斑爛如花、飛翔在櫻花樹和我們身旁的報喜斑粉蝶，哈哈，原來是 CIG 和 MIG 特意安排，來和我們海陸互動慶春釐。
Auck chew ale!
Auck chew ale!
Auck chew ale!
Ah ha!

行程完，OIG 安排午飯，豐富得很：各式點心、油鷄、炆豆腐球、豬手、臘腸炒飯……，還有豆苗、生菜……。大家都吃得興高采烈，說得口沫橫飛。除了麻煩培哥、培姐、史 Sir、和 Sir、甘 Sir、甘太和各大哥大姐們預備和加熱食物，還要麻煩他們收拾清潔，真的是衷心感激，也要感謝培哥領隊在路上介紹名勝古蹟，難得前主席 Andrew 和 Henry 聚舊拍照留念。

當天水流相當急湍，Peter、Sam 和 Casey，憑著外展精神，奮力抵抗疲憊，成功返航，特紀錄在案。

期待下次再聚。。。Antonia So。

母校消息 News From OBHK

Outward Bound 往灣洲基地翻新中

OBHK 位於往灣洲的基地隨著設施老化，加上颱風頻繁侵襲，使往灣洲損耗至無法開放使用。

OBHK 獲得利希慎基金贊助，為往灣洲進行翻新工程。翻新後會加入節能建築元素，減少對環境的影響。

往灣洲為於印洲塘海岸公園，擁有原始大自然風貌，杳無人煙，是一個進行野外體驗式學習的好地方。

期待往灣洲翻新後的新貌！

悠然樂小組 Other Interest Group

種植隊分享新鮮蔬菜收成，予每月工作日義工一起品嘗。

歡迎有心優化 OBAA 環境人仕加入種植隊：
https://chat.whatsapp.com/D0YcDRBInbC1qkNWj9jE2m

悠然樂小組 Other Interest Group 主席 Stephen Yau 邱賢康 sig@obaahk.org

獨木舟興趣小組 Canoe Interest Group

本會奪第 37 屆全港獨木舟定向錦標賽團體盃亞軍

第 37 屆全港獨木舟定向錦標賽於 3 月 3 日圓滿結束。本會共六名參賽者，取得佳績，共獲四名組別冠軍、一名組別第四、並取得團體盃亞軍。僅在此恭賀各會員！

男子單人先進 A 組	冠軍	鍾子健
男子單人先進 B 組	冠軍	梁志恆
女子單人先進 B 組	冠軍	余碧玉
男子單人先進 C 組	冠軍	邱賢康
	殿軍	余展鵬
團體盃	亞軍	

Ref: 2024/PO/02/54
Issue Date: 16/02/2024

中級海洋獨木舟訓練班連考核

場地：外展訓練學校同學會 OBAA

上課日期：27/04, 04/05, 11/05/2024
課程後備日期：25/5/2024
考核日期：待定

參加資格：
1. 年滿 14 歲及
2. 持有初級海洋獨木舟證書
3. 人數：6-8 人（人數不足 6 人則取消）

費用如下：

(A) 一天技術、兩天不少於 15km 旅程、一天考核（艇租、教練費、保險費及考試日艇租費用）：
1. 正會員：$1170
2. 副會員：$1330

(B) B) 另加考核及證書費用：
1. 考核費每次 $3672 由學員平分
2. 考核合格，可代申請證書，獨木舟總會現時收費為 $110。

報名請 WhatsApp 獨木舟興趣小組 Tel: 90343010

4 月 30 日(星期二) OBHK 往灣洲營地舉行大裝修後開幕禮

Nick Cotton 發了邀請函，OBS 當天下午 13:00 由中環開船 18:00 回到中環，預計儀式由 14:30 至 16:15。

OBAA 將會划艇或 Power Boat 來回往灣洲。

參與者可聯絡獨木舟興趣小組 97738841

獨木舟興趣小組 **Canoe Interest Group** 主席 **Peter Cheung** **cig@obaahk.org**

攀山興趣小組 Mountaineering Interest Group

2024 年 2 月 3 日 金督馳馬徑逍遙遊

金督馳馬徑，以香港第十七任港督(1925-1930)金文泰命名。沿途以林蔭為主，但也有開揚位置。當日天朗氣清，溫度極適宜行山。眾人輕鬆快活，完成約 9 公里路線。

2024 年 3 月 2 日 大刀屻行山樂

大刀屻高度 566 米，兩邊山脊都是懸崖，就好像於刀屻上行走。是日濕度極高，被大霧籠罩。眾人乘車到嘉道理農場站出發，沿著漫長梯級路前往大刀屻及北大刀屻，最後經蝴蝶山徑到粉嶺站結束。

【 MIG 4月份 行山樂 】

活動日期：2024 年 4 月 6 日 (星期六)
集合時間：早上 9:30 (航班 10:00 前入閘)
集合地點：中環 6 號坪洲碼頭
路線　　：坪洲碼頭>天后廟>手指山>東灣>釣魚翁觀景亭>釣魚公石>大利橋>大利島>坪洲碼頭
難度　　：☆
需時　　：3 小時，6 公里
最高點　：95 米 手指山
補給　　：起步前士多
個人裝備：750ml 清水和寶礦力各一支、行山杖/手套、防曬衣物、雨具/輕便風褸、電筒/手機充電寶

歡迎報名參與👇直接按如下連結：
https://chat.whatsapp.com/GYK9c3Wwzxu6mWSML8leWU

參考路線：https://hikingtrailhk.appspot.com/hk/s/oa4JR2

攀山興趣小組 Mountaineering Interest Group 主席 Rick Au 歐偉基 mig@obaahk.org

風帆活動小組　Sailing Activities Group

SAG 由黃石水上活動中心投得四艘 Wanderer 帆船，並於 3 月 18 日運回 OBAA。義工們兵分兩路，艇架由陸路貨車運返會所，4 艘帆船則由海路揚帆航行回泥涌。感謝一眾會員協力完成這個任務！

Issue date: 11 Mar. 2024
香港帆船運動總會 一級及二級帆船課程

日期：
4 月 13, 14, 20, 21, 5 月 4 日 共五天
(5 月 5 日後備日）

費用：
會員 $1,930
副會員$2,185
非會員$2,440
證書費另計

資歷：
能和衣游 50 米
另踏水兩分鐘

名額：
八位，會員優先，3 月 18 日歡迎非會員參加

地點：
香港外展訓練學校同學會

報名/查詢請 whatsapp ：
https://chat.whatsapp.com/FWi5HJ4s8tm5XJTeCD8h4U

若因人數不足或其他原因，同學會有權取消活動

Issue Date: 14 Mar. 2024
30/3 風帆工作日

日期：
3 月 30 日

義工工作：
維修、調較、測試風帆、整理 SAG 船倉。

備註：
持有中國香港帆船運動總會第二級證書優先，未持有證書也可以，會員優先。

地點：
香港外展訓練學校同學會

報名/查詢請 whatsapp ：
https://chat.whatsapp.com/L2SfQCUWsaxIFElOFBsph3

風帆活動小組　Sailing Activities Group 主席 Ben Ban 萬冲 sag@obaahk.org

社會服務小組 Social Services Group

2024 年 2 月 Fusion plus 風帆運送到香港外展訓練學校同學會戶外活動中心，該風帆將會用作風帆訓練及同樂日，Fusion Plus 風帆帆船全套包括帆、船身、架、風帆手拖車、風帆蓋船蓋都是戴麟趾基金贊助的。

香港外展訓練學校同學會獲 2023 至 2024 年度戴麟趾爵士康樂基金（主要基金）撥款資助非建設工程計劃下的體育/康樂用品，特此鳴謝。

世界人口老化，人們正在尋求優質生活，很多人都希望老年時能自我獨立照顧自己，不需要別人照顧，不需要在老人院渡過餘生，起居飲食都能自己照顧自己，這是很多人的盼望，我亦重新定義這是善終。

人生無常，人往往不能控制自己的命運甚至健康，一個很健康的人無端就會有突然其來的疾病或是意外，甚至昏迷而不能自主，有見及此，社會服務小組聯同會員事務小組計劃舉辦持久授權書講座，希望有會員有興趣參加。

****

香港外展訓練學校同學會
社會服務小組及
會員事務小組合辦

2024 年 4 月 9 日(二）下午三點

如何辦理持久授權書簡介會
悠樂長有限公司代表簡介
名額十位，六十歲以上資深會員優先，免費參加，地址如下：
香港上環永吉街 11 號永亨保險大廈 9 樓 A 座

報名請 WhatsApp 會員事務經理 66618260 名額有限，先到先得，額滿即止。

社會服務小組 Social Services Group 主席 Anthony Ngai 倪家昇 ssg@obaahk.org

會所翻新及電力工程完成

工程自去年 11 月開始至今年 3 月完工，處理了天花剝落、修整鏽蝕鋼筋、翻新內牆、更換電力設施、鋁窗維修等。修葺期間對會員使用帶來一定影響，幸得會員體諒。現在傢俬已陸續搬進禮堂，實有一種煥然一新的感覺。

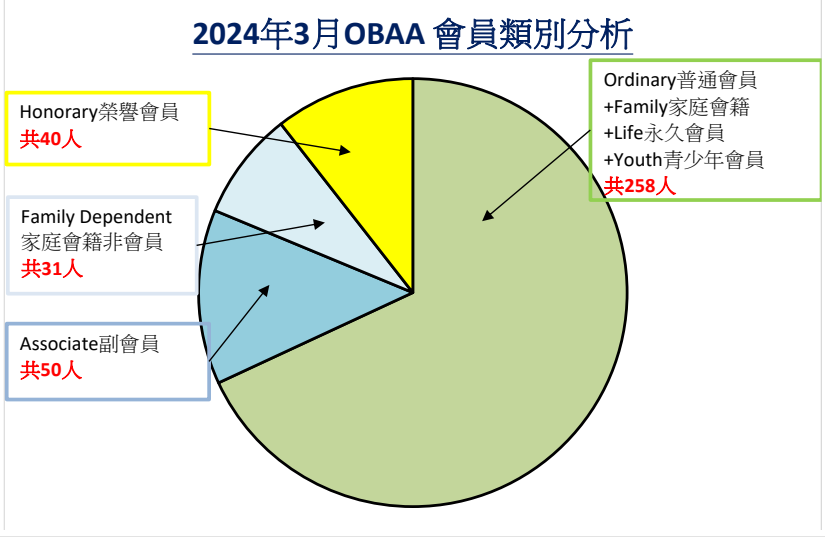
鳴謝工作人員：
培哥、黃經理、Peter Cheung、Stephen Yau、Joyce Cheung、Martin Wong、Kenny Wong、甘偉洪、徐漢亮。(排名不分先後)。

會所管理小組 Club House Management 經理黃兆昌 clubhouse@obaahk.org

會員事務小組 Membership & Promotion Group

會員類別	2024 會員人數 (截至 1 月 23 日)	2024 會員人數 (截至 3 月 27 日)
Ordinary 普通會員	143 #	161 ##
Associate 副會員	43	50
Youth/student 青少年/學生會員	2	2
Family 家庭會籍	26 (正會員家屬)	31 (正會員家屬)
Life 永久會員	95	95
Honorary 榮譽會員	40	40
Total 總人數	**349**	**379**

包括 23 位家庭會籍內的普通會員　　## 包括 26 位家庭會籍內的普通會員



會員續會 或 捐款

請掃描下方 QR Code 或使用以下 Google Form 連結：
https://forms.gle/LZzW9HBRoSd7JUj56

入會/重新入會申請需先填妥申請表，經會員事務經理呈交執行委員會批准入會，然後付會員年費。 除了以 Google Form 方式繳付入會／續會費，也可透過下列方法**繳付入會／續會費**：

1. 劃線支票，抬頭人 **The Outward Bound (Alumni) Association of Hong Kong Limited** 或 **The OB(A) A of HK Ltd**，
2. 真接存入或在櫃員機轉帳至 OBAA 的滙豐銀行帳号 **004-083-253864-001**，户名" **The Outward Bound (Alumni) Association of Hong Kong Limited**" 或 "**The OB(A)A of HK Ltd**" 。

請在付款証明寫上姓名及會員類別

a. 郵寄到 GPO Box 2171，或
b. 拍照後 WhatsApp 去 97677433 義務司庫及 66618260 會員事務經理

經核實後，電子會員証將隨後發出。會員事務組在此呼籲任何類別的各位會員，填妥入會/續會表內容郵寄/電郵到本小組以更新會員資料記錄。

會員事務小組 Membership & Promotion Group 經理 林健明 members@obaahk.org

那些一起划過的日子@燈洲（2024FEB） — 圖文：Joyce Kwok

當冷到震騰騰遇上熱辣辣香噴噴。。。

城中最好食的潮式 Pizza :香煎蠔仔餅是也！😄

炒香乾葱香茅塞入雞腔內燒，精華所在！

會員，左至右：KC Chan. Justin Leung, John Kong, Joyce Kwok, KM Chan

（ 會員投稿內容並不代表本會立場 ）

OBAA 2023 獨木舟公開比賽 祝捷會得獎者名單：
余碧玉、李偉明、岑智敏、邱賢康、周俊毅、余展鵬、謝尚頤、鍾文強、余永健、方毅妍、楊諾禮、葉登平、譚維浩、冼嘉慧、鍾子健、陳浩榮、楊選餘、羅銘翔、譚芷晴、趙雅然、趙靄君、胡文傑。

OBAA 獨木舟短途賽 得獎者名單：
男子：第一名 Casey Lee，第二名：Louis Tsoi，第三名：Tony Chow
女子：第一名 Shirley Nau

鳴　謝：
John Woo、Henry Tsui、陳景明、Peter Cheung、Rick Au、Stephen Yau、Anthony Ngai、Ben Ban、黃經理、Dominic Lam、Hugh Chick、Henry Tsui、Phyllis Fong、Dorothy Yeung、Joyce Kwok 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。