

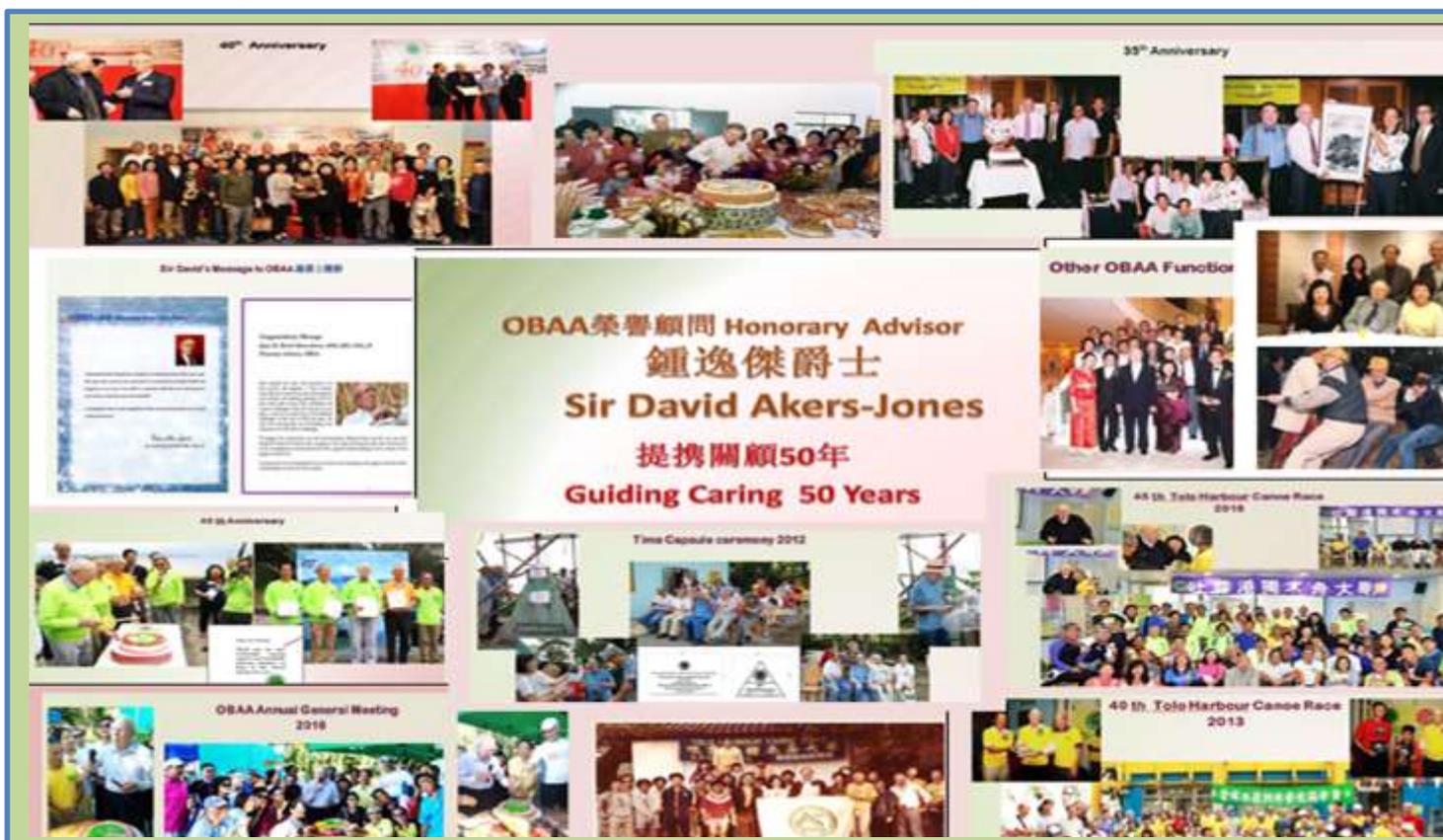


Obward Bound (Alumni) Association

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：本會榮譽顧問鍾逸傑爵士紀念圖冊 / OBAA Hon Advisor Sir David Akers-Jones Memorial Album
- P. 2 主席的話 Message from Chairman
 - P. 3-5 2019-20 執行委員會名單 2019-20 ExCo Office-bearers / 本會盛事 OBAA Major Event
- AGM 會員周年大會 EGM 會員緊急大會 / 其他要事 Other Major events
 - P. 6 母校消息 News from OBHK – 慶祝 50 周年 50 Anniversary celebration
 - P. 7 獨木舟興趣小組 Canoe Interest Group
 - P. 8-9 風帆活動小組 Sailing Activities Group / 攀山興趣小組 Mountaineering Interest Group
 - P. 10 悠然樂小組 Sports Interest Group / 社會服務小組 Social Services Group
社會服務小組 Social Services Group
 - P. 11-12 會所管理 Club House Management
 - P. 13 人力資源小組 Human Resources Group
 - P. 14 會員天地 Members' World

主席的話 Message from Chairman

大家好,

又換屆啦，係時候道別。

本屆內，鍾 Sir 離我們回去天家，社會事態紛亂，疫情肆虐，以身心俱疲來形容一般人的狀況，不中不遠。可幸我們委員會內，秉持外展精神，令會務正常運作，各活動能依計劃進行，而第四十六屆吐露港獨木舟大賽，亦如期舉行。我們今年的成績，源於各委員們的努力，各位會內外師兄弟姐妹的無私奉獻，謹此致謝。

社區隔離政策主導下，我們在三月下旬關閉了會所及停辦所有活動，一個多月後，現已因應政府最新防疫措施開放，所有活動大致回復正常。

疫情下，社區隔離政策令 OBHK 受到雙重打擊。不但無數課程被迫停辦，各項 50 週年週年紀念籌款活動亦不能如期舉行，將可舉行的只有：

1. 9 月 20 日 - Multi Race 越野划艇定向綜合比賽
2. 11 月 20 日 - 50 週年晚會敘餐
3. 11 月 28 日 - Vertical 1000 Abseil 遊繩 1000 呎

我呼籲大家為以上各籌款活動出錢(捐助)或出力(找到可捐助的舊校友或朋友)，為你我一生中唯一可遇見的 OBHK 50 週年，留下印記。

最後我向各委員們和會友們給予我的幫助，誠心致謝，特別係我們的義務法律顧問周卓如律師。希望在泥涌會員週年大會和特別大會見到你。

外展訓練學校同學會主席徐漢亮
23.5.20

Dear Alumni,

It's time to change the Exco members, it's time to say goodbye to you.

During the year of office, the departure of Sir David, the chaotic social situation and the raging epidemic were all straining the energy and mental strength of many of us. Fortunately, thanks to the Outward Bound spirit, the Exco members performed its duties as normal. The 46th Tolo Harbour Canoe Race was also held as scheduled. Our achievements this year are due to the relentless efforts of the Exco members, and the selfless dedication of the alumni of the Association for which I must thank sincerely.

Under the guidance of the Social Distancing policy, we closed down the Nai Chung Outdoor Activities Centre and suspended all activities in late March. After more than a month, in accordance with the latest government epidemic prevention measures, almost all our activities have returned to normal.

OBHK was hit hard by the Social Distancing policy. Not only were many courses suspended, a few of the 50th anniversary commemorative fundraising events cannot be held as scheduled. The following events are to take place:

1. September 20 - Multi Race competition
2. November 20 - 50th Anniversary Gala Dinner
3. November 28 - Vertical 1000 Abseil

May I urge everyone to make donation or help find an alumni or friends who can donate to the above fundraising activities. Make a mark for this 50th anniversary, a once in a lifetime occasion.

Finally, I would like to thank the Exco members and alumni who has given me help in the year, in particular, Mr Alfred Chow, our Honorary Legal Advisor.

Looking forward to seeing you in Nai Chung in the AGM & EGM.

Henry Tsui Chairman, OBAA
23.5.20

2019/20 OBAA Executive Committee Office-Bearers 2019 至 2020 年度外展訓練學校同學會執行委員會成員

主席	Chairperson	徐漢亮 Henry Tsui	chairman@obaahk.org
副主席	Vice-Chairperson	馬健強 Ma Kin Keung	vice@obaahk.org
秘書	Secretary	郭燕薇 Joyce Kwok	secretary@obaahk.org
財政	Treasurer	梁鴻麟 Allan Leung	treasurer@obaahk.org
人力資源小組	Human Resources Officer	林健明 Dominic Lam	members@obaahk.org
編輯小組	Editor	張徐皓心 Hazel Cheung	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	葉登平 Ip Tang Ping Simon	cig@obaahk.org
攀山興趣小組	Mountaineering Interest Group Chairperson	梁綺君 Equeen Leung	mig@obaahk.org
風帆活動小組	Sailing Activities Group Chairperson	倪家昇 Ngai Ka Sing, Anthony	sag@obaahk.org
社會服務小組	Social Services Group Chairperson	郭進樂 Kwok Tsun Lok Danny	ssg@obaahk.org
悠然樂小組	Sports Interest Group Chairperson	邱賢康 Yau Yin Hong Stephen	sig@obaahk.org

本會盛事 OBAA Major Events

2020 會員週年大會 AGM 因疫情限聚，故延至六月舉行！

誠邀大家出席 Annual General Meeting 會員週年大會

日期 : 暫定 2020 年 6 月 27 日 (星期六) 下午三時
Date : 27 June 2020 (Saturday) 3:00 pm [Tentatively]
地點 : 泥涌會所
Venue : Nai Chung Outdoor Activity Centre

請踴躍參加會員周年大會，選賢與能，出謀獻略，展望將來！

Do come along to the AGM, to share the great news on the OBHK/OBAA development plans, elect your Executive Committee and voice your views!

大家可以乘地鐵往烏溪沙站，步行十五分鐘。或乘巴士，小巴或計程車前來參加。

Join us by taking MTR to Wu Kai Sha Station then walk for 15 min or take Bus, Public Light Bus or taxi

大家很快便會收到周年報告，新一屆執委提名/投票表格及有關文件。

We are sending out the Annual Report, nomination/proxy forms and related documents to you in the following weeks.

請注意：為修改本會會章而舉行的會員特別大會將於同日周年大會後舉行。有關文件將於會期 21 日前發出給會員參閱。

An EGM to pass a Special Resolution to amend the Articles of OBAA is scheduled to be held on the same day after the AGM. Relevant documents will be issued 21 days prior to the meeting

怎樣去泥涌會所呢？



資料圖片提供：
Dominic Lam

請未續會的普通會員盡快交費續會，以保留在會員大會上投票和參選執委的資格。
(見 P.13)



如知悉有會員未續會或通訊方式 / 電郵地址有所更改的，請通知 HR Officer Dominic Lam (HR 熱綫 67584699)，以便發送 AGM 各有關文件。

服務改動
Service Adjustment

聯絡熱綫 2745 4466 KMB

40S, 86P, 87E, 99, 99R, 299X, X89D
泥涌總站巴士站暫時安排
Temporary Rearrangement of bus stop at Nai Chung BT

巴士線	泥涌總站
由	2020年5月9日 10:00AM
至	2021年10月31日 6:00PM
原因	維修工程

Bus Stop	Nai Chung Bus Terminus
From	9 May 2020 10:00AM
To	31 October 2021 6:00PM
Reason	Road Works

會所附近的泥涌總站的巴士站暫時安排

交通通告
西沙路鐵路公共交通總站安排

公眾人士請注意，為配合西沙路的鐵路擴闊工程，由2020年5月9日上午10時起至2021年10月31日下午6時，泥涌巴士總站將會臨時向西沙路以北遷移約70米。有關公共交通服務安排詳情如下：

路線	改遷及上落客貨安排
1. 九巴 線 40S、86P、87E、X89D、99、99R及299X號線	由泥涌巴士總站駛出，改經年華道、年華路及西沙路，然後返回泥涌有線車。九巴線線 40S、86P、87E及X89D號線位於西邊的中途站將會取消。
2. 新巴 線 682A、682P及682X號線	前往泥涌巴士總站。
3. 專線小巴 新界區807B、807K及807S號線	改經年華道及年華路，前往泥涌臨時巴士總站。

公共運輸發展局將於上述車站張貼通告，請知悉上述的臨時安排。此外，泥涌、康富可依照行人指示由圖有的巴士總站前往泥涌總站巴士總站。

本會於 4 月 14 日刊發榮譽顧問鍾逸傑爵士紀念圖冊

A memorial album compiled in commemoration of the time that **Sir David Akers-Jones** has spent with OBAA as our **Honorary Advisor** for the past 50 years was prepared and issued on Sir David's birthday for sharing the great memory when Sir David was with us which we will cherish forever. .

This memorial Album is the first Edition and will be updated as and when more photographs are available. Should you have photographs of Sir David and thoughts that you wish to share, kindly inform Hazel at editor@obaahk.org



藉本會榮譽顧問鍾逸傑爵士冥壽，送上鍾 Sir 與本會同行 50 年的紀念圖片集向鍾 Sir 致敬，與大家回顧鍾 Sir 生前五十年來對本會的提携關顧的美好時光。

各位如有鍾 Sir 參與外展活動的照片或文獻願意與大家分享，請聯絡 Hazel editor@obaahk.org 以加入圖集。

本會因應新冠疫情停止開放泥涌戶外活動中心及疫情緩和後重新開放

特別通告

因新冠肺炎疫情嚴峻，本會響應醫護人員及政府之呼籲，由本月 26 日起，**停止本會一切活動，並停止開放泥涌戶外活動中心**，直至另行通告。

期間，本會祇容許必須維護各項設施之人員進入中心，並要求他們保持距離、採取嚴格消毒程序，及保持進出紀錄。

為方便會友們取回所需物品，本星期六和日（28 及 29 日），早上 11 時至下午 2 時，中心將短暫開放，請保持距離、消毒和戴上口罩，取物後請登記離開，切勿在本中心流連。

樂觀抗疫，積極強身，泥涌再見！

香港外展訓練學校同學會
執行委員會
25.3.20

如有特別垂詢，請聯絡：
黃兆昌
葉登平 Simon Ip
或徐漢亮 Henry Tsui

通告 Notice

因應新冠肺炎疫情緩和，政府已放寬社區隔離政策和康樂活動限制。委員會決定，**泥涌會所將於五月八日(星期五)起重新開放**，請遵守以下守則：

- 1.所有到達會所人士，必須在簽到時，以本會提供的探熱器，自行量度體溫，並紀錄在簽到簿上，
- 2.請戴上口罩，除非正在進行水上活動中，例如游泳和划艇，
- 3.廁所內沖身花灑，暫停使用，
- 4.宿舍二樓或廁所，同時不可多達四人聚集，及
- 5.大家聚集時，請勿超過八人。

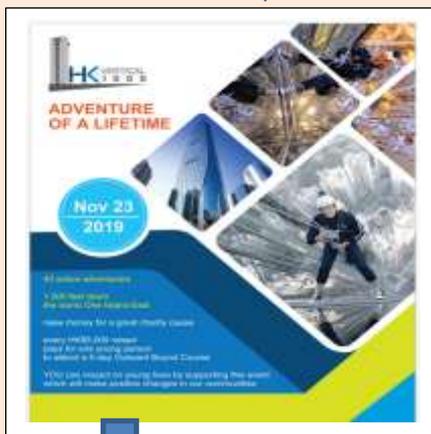
疫情退潮，抗疫路遙；泥涌重聚，永不言累。

香港外展訓練學校同學會
執行委員會
6.5.20

如有特別垂詢，請聯絡：
黃兆昌
葉登平 Simon Ip
或徐漢亮 Henry Tsui

OBHK Celebrating 50 Years!!!

香港外展訓練學校慶祝建校 50 周年活動如下。但因應新冠疫情而延期到 11 月。希望到時大家都可以參加/支持這些難能可貴的盛會，與母校共慶 50 周年。



50th Anniversary Gala Evening will be postponed to 20th November

OBHK 50 周年慶祝晚宴將延期至 11 月 20 日。

An **OBAA Couples' Table** has been booked for attendance by members whose better half are also Outward Bound graduates. Nearly all of these couples came to know each other during participation in OBAA activities. They are looking forward to celebrating the 50th birthday of the Outward Bound School which has brought them together. It would be great for other Outward Bound couples to form another Couples' table. We are looking for more OBA (Old But Active) members to share the valuable memories at this not-to-be missed occasion on **20 November**

本會已組成外展同學夫妻桌，讓夫婦均是外展畢業生的參加者在 11 月 20 日的 OBHK 50 周年慶祝晚宴中，緬懷因參加外展活動相識而結合的美事。希望更多外展夫婦及外展長青樹 OBA(Old But Active)會員參加這難得的盛會。

Contact : Henry chairman@obaahk.org

HKV1000 will be postponed to **28 November**. Support on site and by sponsoring OBAA participant SIG Chairman **Stephen Yau**.

HKV1000 沿繩下降籌款活動 將延期至 **11 月 28 日**。

歡迎慷慨贊助及臨場為本會參加者 SIG 主席 **Stephen Yau** 打氣。

疫境自強



疫情之下，組員們唯有在家中練習輔助運動。有人在臉書互相挑戰掌上壓，有人在家練臂力，亦有組員到我們練艇的海星灣執垃圾，獨個兒練跑的不計其數。各適其適，發揮自強不息、服務社群的精神。



趁著港澳兩地飛航船停駛，先後兩小隊，穿越難得寧靜的航道，扒到老遠的索罟群島露營，欣賞沒有光害的星月爭輝，探索前越南難民營。



亦有小隊扒了比香港至澳門雙倍路程的環大嶼山，竟幸運地遇上中華白海豚。

不能扒艇到 OBAA 的後花園，心癢癢都爬上吊燈籠，站在比最高更要高的標高柱上，從另一角度，遠眺美麗的印洲塘。



未來一段時間，說好了的短途分齡賽及西貢賽，可能未能如期舉辦。但會所的獨木舟活動，亦會依政府建議的安全守則下繼續進行，包括初級教練班（5月23, 24, 30, 31日），海洋舟訓練（5月30, 31日，6月27, 28日）及海洋舟考試（6月7日），初K班（6月10, 17日），一星班（7月1日），二星班（7月2日）賽艇訓練及初K考試（7月11日）。亦會按天氣許可的情況下，舉辦會員提議的東平洲及印洲塘旅程。

今年8月14-16日將有12-15位副會員參加外展學校的3天持續進修基金證書課程。終於等到疫情緩和，有限度重開會所的第一日，便有人急不及待從會所出發到三門仔呢。



風帆同樂日

5月17日的風帆同樂日，參加者有 John SIN, Ivy, Anthony, Jackie FU, 胡惠茵等等。

首先介紹了航海理論，包括平衡，風向，水流等等。紮好帆船後，天氣良好，有兩級風，下午風力更好，陽光普照，更有三級風，大家享受了一個有風有太陽的同樂日。

特別介紹的是 John Sin 用一條小菲林綁在船上，介紹了怎樣看風向，大家獲益良多。



五月24日 SAG 的 John Sin, Ivy Lau, Dominic, Victor Yeung, Jackie Fu, 胡惠茵, Carman 未揚帆，先為會所剪草。(見 P. 11)



胡惠茵 (Yan) 整個周末都在泥涌，有船玩就玩船，有艇扒就扒艇，两天的會所剪草活動全積極參與。



風帆訓練班由兩位資深教練夫妻拍檔親自教授。學員幸運地得到冼教練和 Ivy 教練分享寶貴經驗。



5月27日SAG組員剪草後，下午起風，大家度過一個刺激的風帆同樂日。



SAG 於六七月將繼續舉辦風帆活動。希望已經申請的戴麟趾康樂基金能夠順利成功，為會帶來新的風帆，令風帆活動更加多樣化，技術更上層樓。

風帆活動小組 Sailing Activities Group 主席 Anthony Ngai 倪家昇 sag@obaahk.org

攀山興趣小組 Mountaineering Interest Group

防疫限聚期間，小組未能安排運動攀登同樂日及其他攀山遠足活動。
轉載副會員鍾子健登在明報副刊的專文“野外定向尋寶樂”與大家分享。



相信很多山友聽過野外定向比賽，但真正了解當中的玩法，又有幾多人呢？今次由十仔解釋這項運動的性質。他形容野外定向像個「尋寶」比賽，在指定範圍內，利用大會提供的地圖，找出預設的控制點（control point），最快完成者勝，「可考驗解讀地圖能力、體能、思考分析及個人應變力，訓練身心」。

野外定向比賽形式有多種，香港以越野式或奪分式為主，前者參賽者須依照大會提供的路線，依次序逐一到達控制點，最快者勝出；而奪分式則毋須依次序到達控制點，但卻以積分計算，每個控制點都有不同分值，參賽者可自行設計路線，在限時內以最短時間取得最高分數者為贏家。

參加者的裝備主要有拇指式指南針及哨子，其中指南針的附圈可讓參加者套入拇指，方便他們單手持地圖及指南針，靈活地辨別方向，更有效率。衣著方面和行山時差不多，最好穿長褲保護下肢，也要戴上帽及防曬手套，避免曬傷，以及帶輕便風褸，以備不時之需。

悠然樂小組 Sports Interest Group

OBAA 足球隊

外展同學會足球隊以 OBAA 名義，參賽“友誼足球聯賽”近三十多年，球隊曾經是維繫外展群體的重要支柱。前隊員中，不乏多屆前會長和委員，他們仍非常關心會務。

惟近十多年來，此球隊只是以 OBAA 名義參賽。隊員及管理者，均由會外足球愛好者參予，外展校友主要提供管理概念和財政上支持(約\$50,000)。

現得知球隊已決定在新賽季不再參賽。

本會有權繼續以此名義參賽，但務必要確保可以找到足夠切合水平的球員，提供管理和財政支持。若成功組隊，本會足球發燒友，可以參加球隊。

現通知所有會員此停賽決定，若有會員或朋友們，欲了解怎樣支持球隊繼續參賽，請與 SIG 小組主席 Stephen Yau (5547 6192) 聯絡。謝謝。

Henry Tsui 23.4.2020



社會服務小組 Social Services Group



SSG 在三月底安排以 OBAA 名義捐贈了過百個口罩和 10 瓶搓手液給伸手助人協會，再轉贈給老人家。并收到該會的致謝函。



社會服務小組主要功能是善用本會資源，為社會服務，發揚外展精神。

本人在此呼籲：本會會員能熱心嚮應參與社會服務活動和工作，成為社會服務小組委員。有興趣者請聯絡社會服務小組主席或人力資源主管。最後，如果大家就社會服務活動和工作有任何建議或意見，請聯絡社會服務小組主席。

社會服務小組 Social Services Group 主席 Danny Kwok 郭進樂 ssg@obaahk.org

會所管理 Clubhouse Management

5月23日 C1G 組員出艇前為會服務在會所剪草，由程傑健領軍，譚維浩，羅英浩，余永健，冼嘉慧，蕭翎洋，胡蕙茵和葉登平。CIG 主席致謝之餘，更號召組員盡自己一分力維護本會簡潔面目！



繼 CIG 服務會所，翌日(24日)由 SAG 組員接棒，多謝 John Sin, Ivy Lau, Dominic, Victor Yeung, Jackie Fu, Anthony, 胡蕙茵為美化會所寓而努力。蕙茵更一連兩天都先剪草後出艇/揚帆。



清除枯樹

防疫禁聚，會所自 3 月 26 日到 5 月 7 日暫停開放。(詳情見 P.5 告示)。期間黃經理和培哥為會所除去已死亡的樹木，以免枯枝塌下傷人。



規劃會所停車位置



已成立工作小組規劃會所停車位置，成員有：黃經理、SSG 主席 Danny Kwok、SIG 主席 Stephen Yau、HR Dominic Lam 和新會員 Stanley Cheung

會所工作日

每月最後一個星期日，我們齊來泥涌展開一天工作營。會員、朋友和家人，都歡迎加入除草、清潔、維修會所及設施的工作。下次的會所工作日應為 2020 年 6 月 28 日和 7 月 26 日。也會為時節或特別需要作出調整。願意為會所出一分力的，請聯絡黃兆昌經理 clubhouse@obaahk.org 或其他執行委員。

會所停車場收費：

由 2019 年 6 月 1 日起，星期六、星期日及假日，會所正門停車場每日收費如下：

- 私家車及輕型貨車 - 60 元
 - 電單車 - 40 元。
- 平日不用收費。
費用由當值 Duty Officer 代收

會所簽到記錄

泥涌會所 Hall 內的「會員聲明及簽到/簽走記錄表」已更新，請每位到會所的會員和朋友，無論你是參加活動或者只是入去逛一逛，也需填「活動記錄表」：簽到、簽走、參加何活動、收費等，好讓會所有清楚的記錄，以及保障你的安全。

會所儲物櫃 (Locker at club house)

泥涌會所的儲物櫃租用期為每年 1 月 1 日至 12 月 31 日，年費為 \$150.，如你想租用或繼續於 2020 年使用儲物櫃，請聯絡黃經理繳付有關費用。
clubhouse@obaahk.org

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

會員類別	2020 新入會人數 (截至 5 月 26 日)	2020 會員人數 (截至 5 月 26 日)
Ordinary 普通會員	11 (NB1)	93 (NB2)
Affiliate 附屬會員	0	2
Associate 副會員	6	88
Child/student 少年/學生會員	1	2
Family 家庭會籍	3 配偶/子女	13 配偶/子女 (NB3)
Life 永久會員	0	103
Honorary 榮譽會員	0	40
Total 總人數	21	341

(NB1) 包括 6 位 附屬會員轉為普通會員

(NB2) 包括 25 位家庭會籍內的普通會員

(NB3) 18 個家庭會籍，包括 25 位普通會員和 13 位配偶/子女

2018 年會員周年大會通過調整會費如下：

- * 所有類別“個人”會員會費，每年\$100。若是學生，減至\$50。入會手續費\$50 豁免。
- * 所有類別“家庭”會員會費，每年\$150。入會手續費\$50 豁免；
- * 已繳交舊額會費者，將可享三年會籍或選擇退還差額

人力資源組希望把會員資料更新，因此在會訊呼籲各位會員，無論是什麼類別的會員，都希望填妥入會/續會表內容郵寄/電郵給我更新記錄。

如要繳付入會/續會費，可通過以下方法繳交：

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. 直接存入或在櫃員機轉帳至 OBAA 的滙豐銀行帳號 004-083-253864-001，戶名” The Outward Bound (Alumni) Association of Hong Kong Limited” 或 “The OB(A)A of HK Ltd”。

請填妥本會訊附件的入會/續會表格連同上述付款證明（如需要）

- a. 郵寄到 GPO Box 2171, 或 /電郵給我更新記錄。
- b. 掃描後電郵到 members@obaahk.org

經核實後，電子會員証將隨後發出。

人力資源熱線電話/whatsapp : 852 6758 4699

會友梁永樂分享他的外展歷程。他在 1992 年上了 13/2 到 22/3 的外展 Island District Board Contract Course



龍遊淺水

2020.04.25 4:30pm

YouTube LIVE Facebook

LIKE

獨木舟教練 嘉賓 鍾子健

健體教育家 主持 張一龍

踏上獨木舟的旅途

fb.me/TommyCheungMotivation

副會員鍾子健以獨木舟教練身份應邀“龍遊淺水”節目，分享「踏上獨木舟的旅途」。內容包括以下綱目：

- 究竟，獨木舟學乜野？
- 究竟，獨木舟可以帶比我地乜野價值？
- 究竟，海上的旅途又有乜野特別？

子健將於下期會訊和大家分享。

鸣谢：

Henry Tsui, , Dominic Lam, Allan Leung, 鍾子健, 梁永樂, Stephen Yau, , Danny Kwok, 程傑健, 史 Sir, Simon Ip 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。