MAY 2025

# OBAA

OUTWARD BOUND (ALUMNI) ASSOCIATION

Bi-monthly Newsletter

香港外展訓練學校同學會

雙月刊

## 專題 FEATURE

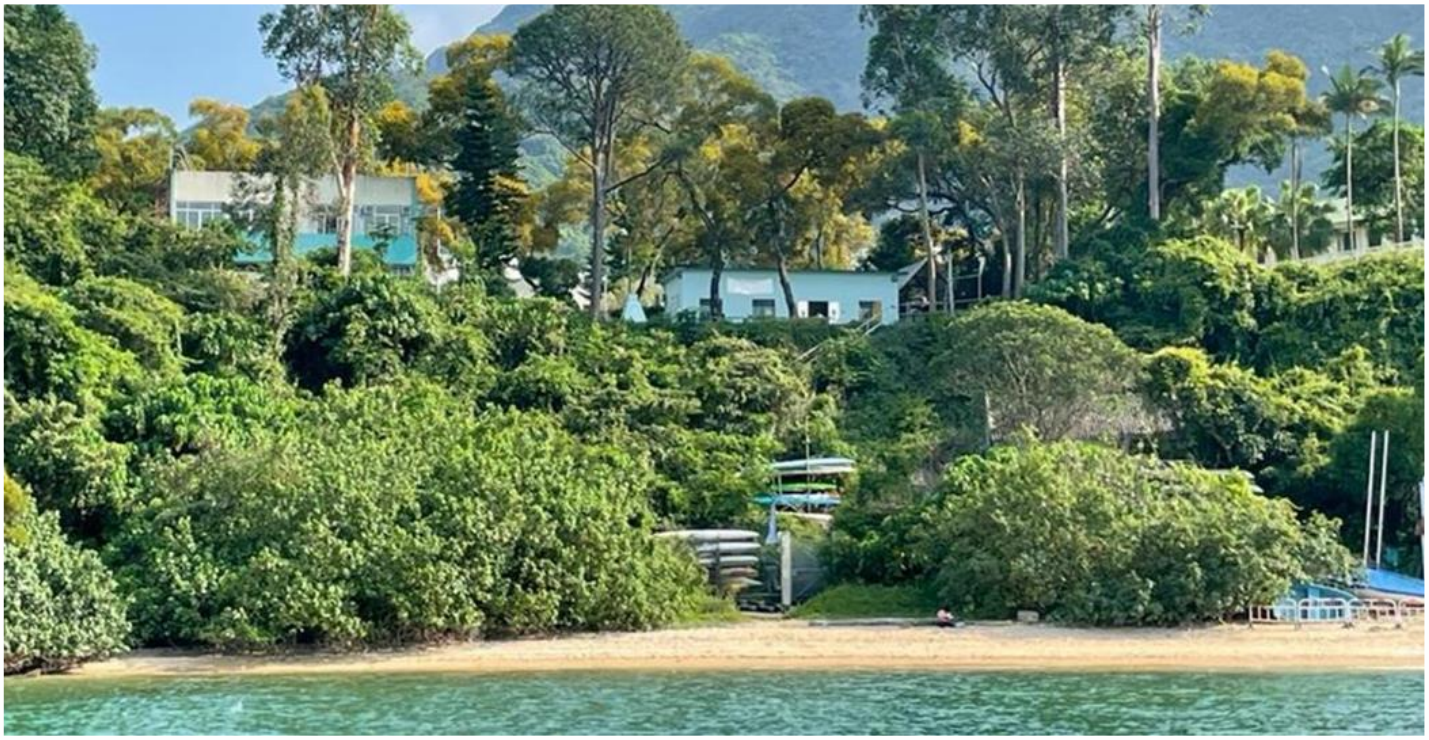
# 2025會員周年大會
# 2025 Annual General Meeting

## 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. 6-7 | 母校消息 News from OBHK |
| 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 | 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 |

# 今期專題

## 2025會員周年大會 Annual General Meeting



**誠邀大家出席 Annual General Meeting 會員周年大會**

| | | |
|---|---|---|
| 日期 | : | 2025年6月21日（星期六）下午三時 |
| Date | : | 21 June 2025 (Saturday) 3:00 pm |
| 地點 | : | 泥涌户外活動中心 |
| 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 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.

查詢：請聯絡DO/ODO WhatsApp 5932 1492或電郵 secretary@obaahk.org

將發出 AGM 通告、周年報告、財政報告、新一屆執委提名/委任表格及有關文件。
AGM Notice, 2024/25 Annual Report, Financial Statement, nomination/proxy forms and related documents will be sent to all members.

# 主席的話

各位親愛的會員，

復活節過後，天氣漸轉炎熱，夏季悄然來臨，這也標誌著同學會一年一度的會員周年大會（AGM）及執委會選舉的到來。

有賴各位執委的緊密配合，2024年度的財務報表已按時完成，選舉籌委會也如期成立，目前選舉準備工作正如火如荼地進行中。AGM及選舉日定於6月21日舉行，誠邀大家參與。

我們誠意邀請充滿熱忱與才能的會員參選下屆執行委員會，加入OBAA的管理團隊，為同學會注入新動力。即使不參選的會員，也希望能積極參與AGM。這不僅是檢視過去一年會務成果的重要場合，更是你們行使權利、共議發展的關鍵時刻。你們的出席與投票，將直接影響同學會的未來方向。我期待與大家分享過去十個月的會務進展，亦希望大家把握機會，與下屆執委共同探討未來藍圖。

此外，今年適逢THCR五十周年慶典，意義非凡。我們希望能將活動籌備得更為完善，現正積極招募人才加入THCR籌委會，共同策劃。

無論是參選執行委員會、參與AGM、投票選出新屆執委，或加入THCR籌委會，您的每一分付出，都是同學會持續成長的基石。

We Flow - 流動生命：生命因付出而豐盛。讓我們像流水般互相滋養、傳承經驗，生生不息，讓生命更加圓滿。

期待6月21日的AGM，與您相聚，攜手前行，共同書寫OBAA的新篇章！

外展訓練學校同學會
主席方毅妍
2025年5月16日

# 執委介紹

## 2024/25 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 | Shirley **Nau** | secretary@obaahk.org |
| 財 政 | Treasurer | **Chiu** Oi Kwan | treasurer@obaahk.org |
| 會員事務小組 | Membership & Promotion Manager | Simon **Ip** | members@obaahk.org |
| 編輯小組 | Editor | Hugh **Chick** | editor@obaahk.org |
| 會所管理 | Club House Manager | Casey **Lee** | clubhouse@obaahk.org |
| 獨木舟興趣小組 | Canoe Interest Group Chairman | Peter **Cheung** | 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 | **Chan** Hong Ki | sag@obaahk.org |
| 社會服務小組 | Social Services Group Chairman | **Wong** Yun Wo | ssg@obaahk.org |
| 悠然樂小組 | Other Interest Group Chairman | Dorothy **Yeung** | sig@obaahk.org |

## 最新消息 NEWS

通告Ref E12/25
只供內部會員傳閱

**有關選舉委員會公告**

為籌備新一屆執行委員會選舉，根據《會章》，現任執委於4月例會中通過投票，正式成立本屆「選舉委員會」，負責籌備及執行2025/2026年度選舉程序的相關事宜。

四人選舉委員會成員由執行委員會按會章規定提名並投票選出，成員如下：
1. 鈕曉茵（Shirley Nau，現屆秘書，將不參選下屆執行委員會席位）
2. 陳景明（KM Chan）
3. 阮嘉銘（Derek Yuen）
4. 黃晉傑（Terence Wong）

即日起，所有與選舉相關的事務將由選舉委員會全權處理。

有關年度會員大會（AGM）日期及選舉細節將於稍後公布。歡迎有志參與執行委員會或各興趣小組委員會工作的會員，透過會訊提供的聯絡方式與現屆委員聯繫，了解更多詳情。

香港外展訓練學校同學會
執行委員會
2025年4月28日

**2025 THCR 50週年獨木舟長途賽 籌委會招募邀請**

今年是我們OBAA舉辦吐露港獨木舟長途賽的50週年，這項賽事不僅是本地獨木舟界的盛事，更是我們OBAA的重要傳統。現在誠邀各位會員加入2025 THCR籌備委員會，齊心協力籌辦這場別具意義的賽事！

無論你是資深會員還是新加入的朋友，只要你有熱誠、有想法，都歡迎加入籌委會，為賽事出一分力。籌委會設有多個崗位，總有一個適合你發揮所長！你的參與將是賽事成功的關鍵！

報名連結：https://urlhk.co/JW9
截止日期：6月1日

* 如報名人數多於實質崗位需要，籌委會將會按經驗確定人選。 如有查詢，歡迎聯絡Phyllis Fong（WhatsApp 9773 8841）了解。

# 母校消息

## 最新消息 NEWS

### 3月26日 – OBHK 新校長 Aaron Funnell 在遊艇會舉辦的就職歡迎晚宴

前主席John、Henry和現任主席Phyllis獲邀出席。當日的活動參加者均為OBHK大家庭的成員，包括OBHK Trust、OBHK EXCO、OBS的主要訓練及管理人員，以及我們OBAA的新舊主席。晚宴上，大家互相交流，氣氛融洽。宴會結束後，John邀請大家移步至遊艇會酒吧繼續交流，大家愉快地探討了許多未來合作的可能性。

### 4月12日 – OBHK x OBAA 首次交流會議

OBHK出席成員包括：
- Aaron Funnel, Executive Director
- Dilys Liu, Head of Community Events
- Ka Lai Lao, Head of Partnerships
- Justin Fung, Head of Operations
- Ken Lee, Head of Facilities

OBAA出席成員包括：
- Phyllis Fong
- Henry Tsui
- Peter Cheung
- Hugh Chick

初步擬定以下計劃：
- 每季度舉行一次交流會議。
- 每季度舉辦一次合作活動。首次活動預定於 6 月 28 日在 OBHK 舉行，後續活動將於 OBHK 和 OBAA 之間輪流舉辦。
- 設立 OBHK x OBAA WhatsApp 交流群組。

這次會議非常成功，標誌著我們與母校建立更密切關係的重要第一步。我會持續向大家更新最新的活動內容，期待大家踴躍參與與支持，讓我們共同展望未來的發展！

# 母校消息



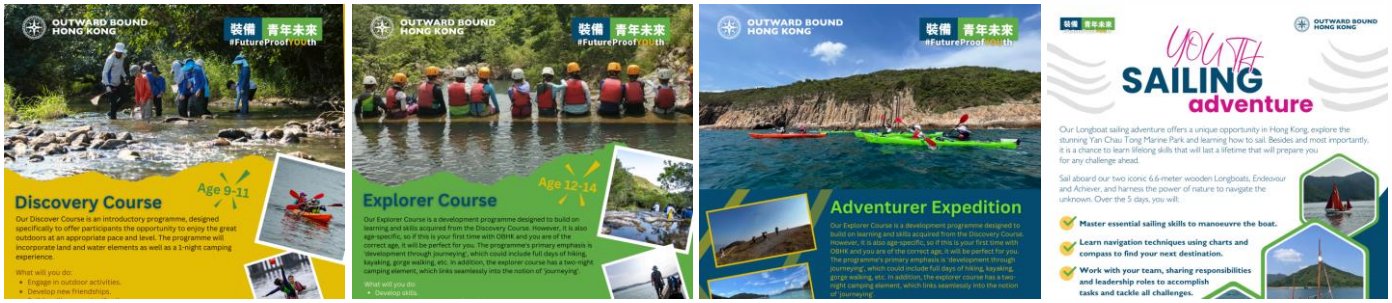
## 最新消息 NEWS

### OBHK Home Coming Day

我們與OBHK母校的首次互動交流活動將於2025年6月28日在大網仔營地盛大舉行，誠邀OBAA會員、OBHK畢業生及前OBS員工一同回到母校，共同回顧美好時光並促進交流。

活動包括OBS教練帶領的校園導覽，讓大家重溫母校歷史並了解最新設施與管理規劃。參加者還可參與西貢海灘清潔活動，一起為社區服務，展現母校精神。當天還將分享課程設計理念，讓校友深入了解教育發展方向。這是一次增進友誼、重建聯繫的好機會，希望大家能踴躍參與，攜手為母校增添光彩。

請大家透過以下專屬報名連結報名參加OBHK Home Coming Day，共同回到母校，歡聚一堂！
https://form.jotform.com/251278549257468




### OBAA會員及親友專享優惠，報讀OBHK夏季兒童及青少年活動

我們很高興得到OBHK為OBAA會員及親友提供的特別優惠！可專享折扣優惠，報讀為期5天的兒童及青少年夏季計劃。

優惠詳情：
💰 HKD 500 折扣（每人現只需 HKD 5,250，原價為 HKD 5,750）
📌 適用課程——請查看以下課程詳情，以選擇合適的夏季計劃
https://www.outwardbound.org.hk/individuals-families

專屬優惠碼：**25375DOBAA**

歡迎大家與家人和朋友分享這個難得的機會！如有任何問題，請聯繫OBHK WhatsApp 5208 8571查詢，或者參閱宣傳海報以獲取更多資訊。期待孩子們在這個夏季計劃中獲得豐富的成長體驗！

# CIG 獨木舟興趣小組

**中級銅銀金章獨木舟證書連總會考核**

場地：香港外展訓練學校同學會OBAA
上課日期：5月-8月 (夾時間)
課程後備日期：待定
考核日期：待定

參加資格：
1. 年滿 14 歲及
2. 持有獨木舟三星證書
3. 人數：6-8人 (人數不足6人則取消)

費用如下：
A. 課程連考試合共六日，當中包括三天技術、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/全日制學生：$1620 + 168 (銅、銀及金章出席證書)
   2. 副會員：$1740 + 168 (銅、銀及金章出席證書)
   3. 非會員：$1920 + 168 (銅、銀及金章出席證書)
B. 另加考核及證書費用(考試前需參與其他專項的初級證書或同等資歷。(例如：初級獨木舟水球、獨木舟水球二段章、龍舟(傳統艇)槳手、初級獨木舟激流(靜水)、初級競賽員、初級加式獨木舟、初級立划艇、立划艇二段章或初級海洋獨木舟證書)：
   1. 考核費每次$2652由學員平分
   2. 考核合格，可代申請總會中級證書，獨木舟總會現時收費為 $110。

如有興趣參加中級銅銀金章獨木舟證書課程，請加入以下WhatsApp群組連結：
https://chat.whatsapp.com/BvhhbA1B7Ll224c4tEgYQU

**獨木舟救生員證書 (CLG)**

場地：外展訓練學校同學會OBAA
上課日期：6月-8月 (夾班)
課程後備日期：待定
考核日期：待定

參加資格：
1. 持有中級金章證書(不包括中級金章獎勵出席證書)或中級獨木舟證書或中級獨木舟水球球員證書
2. 持有有效成人急救證書之獨木舟總會會員
3. 人數：6-8人 (人數不足6人則取消)

費用如下：
A. 課程連考試合共四日，當中包括三天訓練及一天考核(艇租、教練費、保險費及考試日艇租費用)：
   1. 正會員：$1010
   2. 副會員：$1090
   3. 非會員：$1210
B. 考核費每次 $2652由學員平分
C. 考核合格，可代申請總會證書，獨木舟總會現時收費為 $80。

如有興趣可入Group 夾班：
https://chat.whatsapp.com/LbqjZmEezyQLpKdCRU4JE6

## 2025-04-05 東澳古道

當天一行9人沿海而行，路線尚算開揚，全程伴隨微風細雨🌦。途經多個村落和港珠澳大橋，但不知是否因天雨影響，遊人稀少，使沿途的士多和文化館都未能營業。全程約 30 分鐘泥路（因此評為 ☆☆ 路線）。我們用了近 5 小時完成 15 公里，抵達大澳享用小食及午餐後，便乘巴士回東涌。這條路線值得明年再訪。

## 2025-05-10 北潭涌六連山

在天氣預報🌦的陰霾下，我們仍有6人赴約，由 Joyce Cheung 領隊，從北潭涌起步，目標挑戰六座山峰⛰（太墩 317m、雷打石 379m、畫眉山 391m、石屋山 481m、岩頭山 452m、牛耳石山 425m）。然而，起步攀登太墩時，兩位新組員已感吃力，在雷打石下岐更因身體不適而無法繼續，隊長見狀決定折返北潭路😭，並乘車回西貢享用下午茶😋。這條☆☆☆☆路線挑戰甚高，決定明年再戰，但鼓勵參與者必須事先練習，以提升體能。

## 6月份鶴咀遠足

日期：2025年 6月7日(星期六)
集合：10am-筲箕灣地鐵站A3出口地面等
路線：筲箕灣巴士站(乘搭9號巴士)>鶴咀道>機鎗堡>鯨魚骨>蟹洞>雷音洞>燈塔>博加拉砲台>鶴咀道
長度：8km　　估計需時：3-4小時連打卡　　難度 ★
歡迎報名：https://chat.whatsapp.com/GwHm4GlQPkb4GvsgNb3pps

# SAG 風帆活動小組

**一級及二級帆船課程**

香港外展訓練學校同學會主辦

課程：
中國香港帆船運動總會
一級及二級帆船課程

日期：組班課程（共五天）

費用：
會員　$1962
副會員$2216
非會員$2471
證書費另計

資歷：
能穿著衣服游泳最少五十米

地點：
馬鞍山泥涌
香港外展訓練學校同學會
戶外活動中心

若因人數不足或其他原因，同學會有權取消活動。

報名Whatsapp 9886 3188

# SSG 社會服務小組

**獨木舟同樂日圓滿舉行——低收入家庭青少年收穫滿滿**

3月22日（星期六），本會與香港社區組織協會合辦獨木舟同樂日，受惠對象為低收入家庭青少年。

當日，社工與學員在烏溪沙港鐵站集合，步行至本會，展開了一場既新鮮又刺激的獨木舟體驗。活動期間，本會派出多位義工協助，確保活動順利進行。參與者對這次活動非常喜愛，不僅增強了對獨木舟的興趣，也認識了不同種類的獨木舟。在總結環節中，學員們更積極發問有關正規獨木舟訓練的資訊，期待未來能再參與類似活動。

是次活動圓滿成功，衷心感謝所有義工的協助，包括莊國維、王潤和教練、楊永娟教練、徐豐盛教練、于萬豪、黃耀明、鄺瀚強及李旭浩。

## 2025年4月12-13日「青長遊」兩日一夜宿營活動

本次「青長遊」兩日一夜宿營活動於 2025 年 4 月 12 至 13 日在香港小童群益會白普理營舉行，活動由香港賽馬會慈善信託基金贊助，為 55 歲或以上人士提供一個充滿樂趣及學習機會的宿營。共有 26 位青長參加者及 2 位年青 OBAA 工作人員（Casey Lee 和 Peter Jong）參與其中，合共 28 人。

活動首日，參加者首先進行賞茶活動，透過品茶及學習茶文化，加深對傳統文化的認識與欣賞。晚上，大家圍爐而坐，享受一場溫馨的 BBQ 聚會，透過燒烤互動增進彼此的情誼。

第二日，參加者享用早餐後，展開 sit on top 獨木舟活動。大家在教練指導下學習獨木舟技巧，並於水上體驗划行樂趣，感受大自然的寧靜與動感。午餐過後，活動圓滿結束，大家乘坐旅遊車返回市區。

本次宿營讓青長參加者在大自然環境中放鬆身心，並透過文化體驗及體育活動促進身心健康。賞茶活動提升了大家對中國茶文化的理解，而獨木舟活動則讓參加者感受水上運動的樂趣，增強自信。BBQ 聚會則成為聯繫彼此的重要時刻，加深了人際交流。

這次活動充分展現了跨代交流的可能性，也讓參加者在輕鬆愉快的氛圍中留下美好回憶。期待未來有更多類似的活動，讓青長們繼續探索、學習和享受生活！

# 會所事務

## 最新消息 NEWS

3月29日天氣寒冷夾着細雨，仍有不少同學出席了恆常義工日，一起完成會所的維護工作！😊

- ✅掃除落葉及雜草
- ✅洗刷男女Dorm及廁所
- ✅平整大草地
- ✅處理及清潔新舊雪櫃
- ✅搬運興建艇架的材料
- ✅檢查太陽能板
- ✅清潔天台去水位

4月26日工作日中，有賴香港園藝學會（HKGS）及眾多義工齊心協力，共同完成重要的清理和維護工作，確保會所環境整潔，防止蚊蟲滋生和渠道阻塞。💪

- ✅清除雜草及修剪植物
- ✅打掃禮堂
- ✅清理渠道垃圾
- ✅高壓水槍打通渠道淤泥
- ✅清理Dorm背面的雜物
- ✅搬運艇架物料至網球場

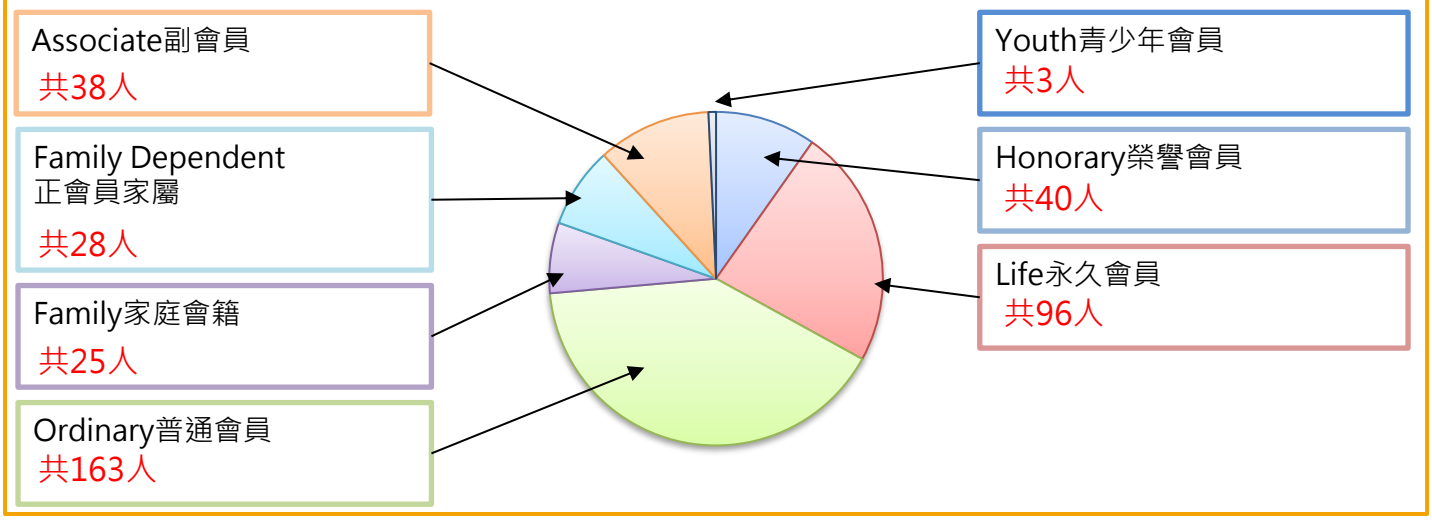
🙇‍♂多謝眾義工的努力和付出🙇‍♂

Amy Lin、華姐、Lorin、Arthur Li、Stanley Yu、佳哥、Connie Yeong、Jackie Fu、Garrison Yang、培哥、Jackie、甘Sir、甘夫人、Bernard Chan、Henry Tsui、Bonnie Ching、Rick Au、Shirley Nau、Peter Cheung、Alison Liu、James Campbell、David Ho、Gayle Gill、Henry Tsui、Allan Leung

# 會員事務

| 會員類別 | 2025會員人數 (截至3月22日) | 2025會員人數 (截至5月16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 | 157 | 163 | +6 |
| Family家庭會籍<br>Dependent正會員家屬 | 23<br>26 | 25<br>28 | +2<br>+2 |
| Associate副會員 | 33 | 38 | +5 |
| Youth/student青少年/學生會員 | 3 | 3 | 0 |
| **Total 總人數** | **378** | **393** | +15 |

## 2025年5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**，户名" **The Outward Bound (Alumni) Association of Hong Kong Limited**" 或 "**The OB(A)A of HK Ltd**" 。
2. 請在付款証明寫上姓名及會員類別，再次電郵至members@obaahk.org會員事務小組。

**會員事務小組Membership & Promotion Group 經理 Simon Ip 葉登平 members@obaahk.org**

## 開心分享 HAPPY SHARE

### 塔門之旅 – 相片分享 (圖：John Kong)

**鳴謝：**

Phyllis Fong、Shirley Nau、Peter Cheung、Rick Au、Simon Ip、Chan Hong Ki、Wong Yun Wo、Dorothy Yeung、Hugh Chick、Casey Lee、Henry Tsui、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：**

| | | |
|---|---|---|
| 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 |