

東華三院馬振玉紀念中學
活動通告 197/24-25
「自我挑戰訓練宿營」暑期奮進活動

敬啟者：

為激勵中一至中二級的奮進學生，裝備他們順利升級，本校特為相關同學舉辦為期兩日一夜的「自我挑戰訓練宿營」。活動旨在透過歷奇活動，增強同學的抗逆力，並提升同學的自我效能感及自信心。有關活動詳情臚列如下：


舉 行 日 期：	七月十一日（星期五）至七月十二日（星期六）
舉 行 時 間：	七月十一日下午 1:00 至七月十二日下午 2:30
舉 行 地 點：	香港青年協會賽馬會西貢戶外訓練營(西貢大網仔路)
集合時間及地點：	七月十一日下午 1:00 / 學校 A201-A202 室
解散時間及地點：	七月十二日下午 2:30 / 元朗鐵路站
費 用：	全免（全數由教育局支付）
備 註：	1. 學生必須穿著整齊運動服參與活動。 2. 宿營之注意事項及所需物資可參考附頁一。

是項活動有關學生**必須出席**，學生出席率及表現直接影響其升留班之結果。煩請 貴家長督促貴子弟準時出席宿營活動，並請於七月十一日(星期五)或之前將已填妥之回條逕交梁家熙老師，以便統籌辦理。如有查詢，請致電 2443 9899 與梁家熙老師聯絡。

此致
貴家長

東華三院馬振玉紀念中學校長



 謹啟
(陳妙霞)

二零二五年七月九日

東華三院馬振玉紀念中學

班號：_____

活動通告 197/24-25

「自我挑戰訓練宿營」暑期奮進活動

敬覆者：

本人為 _____ 班學生 _____ 之家長，已知悉上述通告之內容。本人定當督促敝子弟準時出席活動。

此覆
東華三院馬振玉紀念中學

家長簽署：_____

家長姓名：_____

家長聯絡電話：_____

學生聯絡電話：_____

二零二五年 月 日

TWGHs C.Y. Ma Memorial College
Activity Circular 197/24-25
Summer Adventure Training Camp

9th July 2025

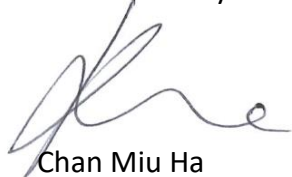
Dear Parents

Since the academic result of your child does not reach the requirement for promotion this academic year, he/she has to take part in the Summer Adventure Training Camp which aims to strengthen students' resilience and improve their self-confidence. Students can also know more about themselves and set attainable targets for the coming school year through various adventure-based activities in the camp. Students are required to attend the camp and be punctual as the attendance and performance of your child would influence the promotion. Details of the camp are as follows:

Date	:	11 th July 2025 (Friday) to 12 th July 2025 (Saturday)
Time	:	1:00 pm on 11 th July 2025 to 2:30pm on 12 th July 2025
Venue	:	HKFYG Jockey Club Sai Kung Outdoor Training Camp (Tai Mong Tsai Road, Sai Kung)
Gathering time and venue	:	1:00pm on 11 th July 2025 / Room A201-A202
Dismissal time and venue	:	2:30pm on 12 th July 2025 / Yuen Long Station
Transportation	:	Coach service will be provided by the school.
Fee	:	Free of charge (A full subsidy will be provided by the Education Bureau.)
Remarks	:	<ul style="list-style-type: none">• Students must wear school PE uniforms.• Reminders related to the training camp (Appendix 1)

Please return the signed reply slip by 11th July 2025 (Friday) to Mr. Leung Ka Hei. Please free feel to contact Mr. Leung on 2443 9899 if you have any questions.

Yours sincerely



Chan Miu Ha
Principal

Note: In case of any discrepancies between the Chinese and English versions of the above content, the Chinese version shall prevail.

有關「自我挑戰訓練宿營」之注意事項：

1. 此宿營非康樂性質，學生應於入營前調整個人心態及期望。
2. 此宿營是為提升同學自我認識及訂立學習目標所安排之訓練營。同學須按編定的時間表，準時出席活動並認真投入的參與訓練。
3. 此宿營雖為校外訓練，學生仍須緊守校規及遵守營地使用守則，並接受老師、社工、導師及營地職員之指導。
4. 學生未經許可，不得擅自離營。若因身體不適或有特別需要，請立即通知老師、社工、導師或營地職員以便跟進。
5. 學生切勿攜帶過量金錢及貴重物品，如有攜帶，須自行保管。
6. 學生不得隨意調換已編定之宿位、移動或破壞宿舍內的傢具。
7. 宿營活動所需物資，可參考下列之個人裝備表(可按個別情況自行調節數量)。

個人裝備表

物品名稱（2天用）	建議數量	備妥請✓	物品名稱（2天用）	建議數量	備妥請✓
便服（短袖T恤、及膝短褲*）	2-3		文具	1	
斗篷式雨衣/輕便雨傘	1		手提電話及充電器	1	
內衣褲	1		防蚊用品（蚊膏/蚊貼/香茅油等）	適量	
波鞋 （不可穿皮鞋、露趾鞋或涼鞋）	1對		沐浴露、洗頭水、牙刷、牙膏、個人衛生用品（口罩、消毒搓手液等）	適量（一晚用量）	
拖鞋	1對		防曬用品（按個人需要）	適量	
襪	1對		個人藥品（按個人需要）	適量	
面巾/毛巾/梳子	1		水/水樽	1	
金錢	少量		大膠袋（裝污衣）	2	

*必須準備最少一套深色短袖T恤、及膝短褲