



# 香港童軍 九龍第五十七旅

www.57scout.org

旅活動通告第 5A 號09/10

由：旅長  
致：各參加者成員及家長  
知會：區總監、各級領袖  
日期：2009年12月22日

## 【九龍地域 邁進金禧大露營】 參加者須知

營期：2009年12月31日（星期四）至2010年1月3日（星期日），4日3夜

地點：民安隊圓墩訓練營【位於荃灣青山公路青龍頭海拔230米山上】

集合時間：2009年12月31日上午10時30分

集合及解散地點：長沙灣遊樂場（九龍深水埗長沙灣道及發祥街交界）見附夾地圖

解散時間：2010年1月3日 下午4時15分

服裝：穿著整齊制服報到

攜帶用品：1) 露營個人裝備（見附表）

2) 12月31日請自備午餐一份，餘下之膳食將由大會提供。

查詢：如有任何問題歡迎與 Miss NG (9129 1402)或 LAM SIR(9774 2324)聯絡

旅長

鍾德成

長沙灣遊樂場地圖



## 露營裝備清單

大家可以此作參考,再按行程或類型作加減:

### 必備類:

身份證或童軍會員證、錶、鬧鐘、手提電話(連後備電)、銀兩(要有 1 蚊硬幣)、八達通、章(有機會換章)、腰包(將貴重及隨身物品袋好)

### 藥物類:

# 急救包(內有藥水膠布,敷料,消毒藥水等), 潤唇膏&潤膚膏(個人喜好), 藥油(如白花油、驅風油) 個人藥物(如 腸胃藥、止瀉藥、傷風藥、消化餅、止咳藥 及敏感藥等) 退燒藥及止痛藥(如必理痛), 太陽油 及 蚊怕水/蚊膏

### 衣物類: (4 天)

童軍制服、活動制服、營火袍

內衣褲、保暖內衣褲 (如天蠶料內衣褲、以快乾為佳)、運動鞋 及 拖鞋

替換衣物、T 恤、褲、襪、太陽帽、 外套、禦寒衣物

睡衣褲(個人喜好)

### 雜物類:

衣架、指南針及哨子、萬用刀(個人選擇)、紙巾

牙刷及牙膏、手巾、梳

淋浴液、洗頭水、毛巾

膠袋(多個)

手電筒/頭燈 及電池

鬚刨、指甲鉗(個人所需)

眼鏡、太陽眼鏡

繩、膠紙、原子筆及筆記簿

### 露營用品:

地蓆及睡袋吹氣枕頭

小型摺椅

水壺或耐用水樽

### 其他:

# 後備食水及食糧

### 背囊收拾原則：

- 1) 必須用有足夠空間的背囊，地蓆及睡袋較大型物品可外置於背囊側或上/下。
- 2) 將物品分類用膠袋入好。
- 3) 先用的物品如到步要換的第一套衣物應放最出；較遲才用的物品則放最入。
- 4) 重物應放於背囊較高及較貼背部的地方；較輕的物品則放於相反地方。
- 5) 一個收拾得較好的背囊應該可以獨自「站立起」。