



ST. FRANCIS XAVIER'S SCHOOL, TSUEN WAN

60 – 64 Ham Tin Street
Tsuen Wan, New Territories

Tel: 24920226

Fax: 26146009

荃灣聖芳濟中學
新界荃灣咸田街
六十至六十四號

敬啟者：

通告編號：sfs2223089

中三領袖訓練：山澗行

本校將於二零二二年十一月二十五日為有意成為未來學會領袖或學生會領袖的中三同學舉行【中三領袖訓練：山澗行】，磨鍊同學，以具備作為領袖所需的必須條件。

山澗行活動資料：

日期	地點 / 活動項目	集合 / 解散時間及地點	服飾
25/11	西貢郊野公園 中三領袖訓練：山澗行	7:50 am / 1:30 pm 荃灣石壁遊樂場	便服、合適 鞋履

敬請 台端細閱以上資訊，並囑咐 貴子弟準時出席活動，服從老師指示、留意個人安全。是次訓練由 The Cept 導師及本校教師帶領於野外進行，學校將安排旅遊巴士接送同學往返西貢及荃灣。請閣下提醒 貴子弟必需備妥合適的個人物品，如毛巾、替換衣服等，以便同學於活動後能予以更換；稍後將公佈建議備妥物品清單，請家長及同學留意。

為方便籌備活動，請家長於十一月二十三日（星期三）前在 eClass 回覆此電子通告為荷。

如對上述活動有疑問，可致電 2492 7055 向彭詠茵老師查詢。

此致
各家長

校長
何志宏謹啟

二零二二年十一月二十二日

此通告已於 eclass 派發
中三領袖訓練：山澗行
回 條

通告編號：sfs2223089

敬覆者：

本人知悉 貴校有關「中三領袖訓練：山澗行」事宜，並同意小兒參加該活動。

此覆
荃灣聖芳濟中學

學生姓名：_____ 班別：_____ () 家長姓名：_____

簽署日期：_____ 家長簽署：_____

山澗體驗活動 - 建議裝備表

建議衣著

25 - 30 L 小背囊 (活動隨身防水袋)	1
薄身透氣長袖上衣 及 長褲 (牛仔褲不適宜) (快乾物料為較理想)	
內衣物 和 襪子	
替換衣物 (有袖上衣 及 長褲, 內衣物 和 襪子)	1
太陽帽	1
波鞋	1
落水鞋 (活動時穿著的) * 詳情請參閱以下附註	1

個人衛生用品

防曬用品 (SPF 適宜為 30 度以上)	1
防蚊用品 (不建議攜帶蚊貼或蚊帶以免製造垃圾)	1
毛巾	1
紙巾	1
後備口罩	數個

額外裝備

太陽眼鏡及眼鏡帶	自行選擇
風褸	1
手套	自行選擇
雨具 - 雨衣	1
密實膠袋 或 防水袋 (把貴重物品、替換衣物 攜帶)	數個
750 - 1000 毫升水壺 (循環再用)	1

* 附註

落水鞋在山澗進行活動時，因佈滿沙石及鞋會弄濕，為免參加者受傷或發生意外，在選擇落水鞋時請注意：

- 質料以快乾或膠質為比較理想
- 鞋底物料或設計具備防滑功能
- 須全面包蓋腳趾及腳踝 (圖A)
- 避免可調式休閒鞋(圖B)
- 避免露出腳踝或腳趾(圖C)
- 可考慮選用舊波鞋或版俗稱「白飯魚」之運動鞋
- 穿著落水鞋時，建議同時穿著襪子

