

香港西灣河聖十字徑 2 號 12 樓 B 室

Room B, 12/F., 2 Holy Cross Path, Sai Wan Ho, HK

Tel : 2567 9028 Fax : 2804 8634 Email : abcenquiry@yo.org.hk

場地及器材資料

場地資料

樓層	場地	可容納 人數	面積 (平方尺)	投影機	無線咪	白板	音響	桌子	椅子
4 樓	多功能活動 A 室	30	600	1	1	1	1	5	34
4 樓	多功能活動 B 室	15	362	1	1	1	1	3	16
4 樓	多功能活動 A 及 B 室	60	962	1	1	2	1	8	60
13 樓	多功能活動 C 室	45	879	1	1	2	1	7	60
4 樓	露天平台	50	---	---	---	---	---	---	---
4 樓	游繩下降	48	---	---	---	---	---	---	---
5 樓	運動攀石牆	20	---	---	---	---	---	---	---
天台	高空挑戰繩網陣	60	---	---	---	---	---	---	---

項目人手比例

項目	人手比例 *			
	比例	教練	助教	參加者
游繩下降(4/F)	1:1:12	1	1	12
游繩下降(15/F)	2:2:20	2	2	20
運動攀石牆	1:1:12	1	1	12
高空挑戰繩網陣	1:1:12	1	1	12

* 以上為最低人手比例，若參加者超過以上所列人數，其人手比例將由本中心教練調整及決定。

團體挑戰項目

大型項目			
編號	項目名稱	項目物資	人數
1	勝利牆	工作台	最少 15 人
2	飛越橫樑	橫樑	最少 15 人
3	信心飛躍	木橈、大圓帆布	最少 15 人
4	信任人梯	鋁棒	最少 10 人
5	信任圈	圈帶(飛機帶)	最少 10 人
6	信任搖籃	扁帶	最少 10 人
7	逃出三角洲	木橈、橡皮繩、木板	最少 30 人
8	Low V	木板、木座	最少 8 人

團體挑戰項目

小型項目			
編號	項目名稱	項目物資	上限人數
1	核廢料	短繩、眼罩、橡膠圈、椅子、鋁罐、橡筋繩	32 人
2	大降傘	彩虹傘及皮球	20 人
3	Big Ball Flying	大沙灘波	N/A
4	球行萬里	球體、管道	N/A
5	立方體	白骨繩(10mm)·立方體架(12 條膠管、8 個三叉連接位)	N/A
6	蜘蛛網	蜘蛛網架·橡筋繩	N/A
7	Circle in the Circle	呼拉圈、繩圈	N/A
8	無限圈	橡筋繩	N/A
9	黑洞	橡筋圈〈黑色〉	N/A
10	鐵達尼號	地毯 / 帆布	N/A
11	火車軌	繩圈 (白骨繩)	N/A
12	全人登陸	公園墊	N/A
13	迷宮	有格子的帆布	N/A
14	過河	眼罩、木方	50 人
15	大腳八	大腳八	35 人
16	陸上行舟	木板車、木棍	16 人
17	Jelly Boat	大木板	24 人
18	過懸崖	長木橈、眼罩、木條	N/A
19	鱷魚潭	呼拉圈、浮波、粗尼龍繩、木勾、木板、木橈	20 人
20	T 字木	公園墊、木板、白骨繩	20 人
21	積木	積木	N/A
22	Tin and Toe	圓形鐵罐〈奶粉罐〉	N/A
23	Fun Noodle	游水棒	N/A
24	過電線	橡筋繩、椅子、電線膠布	N/A
25	百人百足	布帶	N/A
26	二龍爭球	電線膠布、游水棒、球型物件作「珍珠」	N/A
27	神仙棒	營骨	N/A
28	搶籃球	呼拉圈、籃球仔	N/A
29	橫水渡	白骨繩、木車、手套、鋁棒	N/A
30	泰山繩	粗尼龍繩、體操墊、水桶、木橈	N/A
31	尋寶記	竹蜻蜓、電線膠布、呼拉圈	N/A
32	心臟病	大布	N/A

場地器材借用數量

游繩下降物資借用數量				
借用項目	人手比例(助教:教練:參加者)			
	1:1:12	2:2:24	2:3:36	2:4:48
保護繩索	2 條	4 條	6 條	8 條
坐式安全帶	4 條	8 條	12 條	16 條
鋼扣	5 個	10 個	15 個	20 個
鋁扣	13 個	26 個	39 個	52 個
頭盔	3 個	6 個	9 個	12 個
八字環	4 個	8 個	12 個	16 個
扁帶	3 條	6 條	9 條	12 條
索繩	1 條	2 條	3 條	4 條

高空挑戰繩網陣物資借用數量					
借用項目	人手比例(助教:教練:參加者)				
	1:1:12	2:2:24	2:3:36	2:4:48	2:5:60
保護繩索	2 條	4 條	6 條	8 條	10 條
坐式安全帶	2 條	4 條	6 條	8 條	10 條
全身安全帶	5 個	10 個	15 個	20 個	25 個
八字環	2 條	4 條	6 條	8 條	10 條
鋁扣	3 個	6 個	9 個	12 個	15 個
頭盔	3 個	6 個	9 個	12 個	15 個
拯救包	1 套	1 套	1 套	2 套	2 套

*如使用「空中飛人」時需要更換該項目專用保護繩索

運動攀石牆物資借用數量		
借用項目	人手比例(助教:教練:參加者)	
	1:1:12	2:2:24
保護繩索	1 條	2 條
坐式安全帶	4 條	8 條
八字環	1 個	2 個
鋁扣	3 個	6 個

中心會按照教練及參加者人手比例作出器材借用數量

以上指引本中心保留最終決定權