

海谷中心

一九八一年



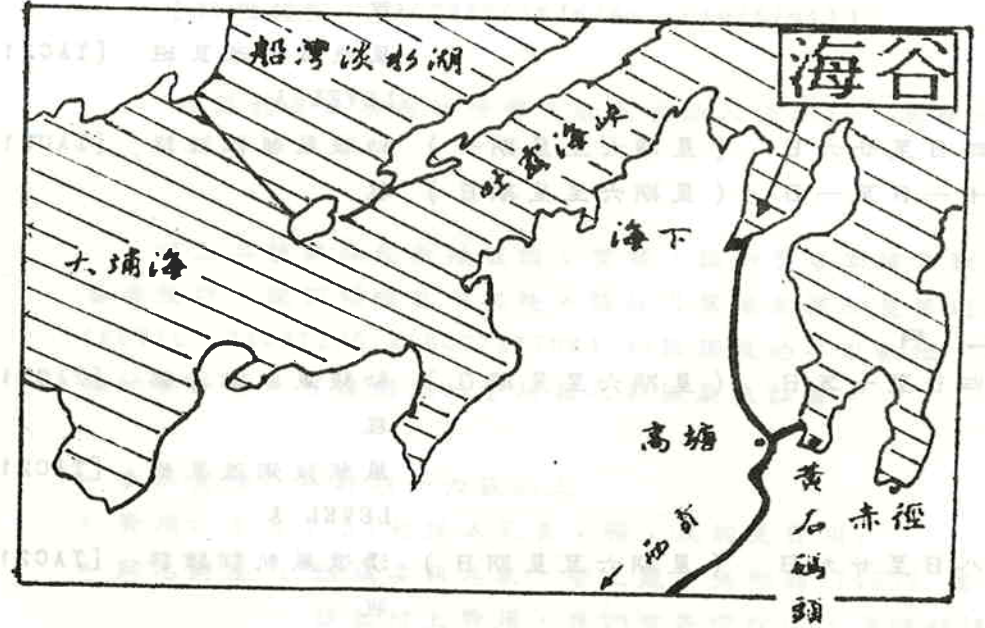
海谷中心簡介

T.A.C. 是 TOLO ADVENTURE CENTRE 的簡稱，中文名稱是「海谷」。是由一羣志願基督徒負責組織及推動之牟利獨立團體。

海谷的會址位於西貢半島北部之海下村，房舍和設備雖然簡陋，但亦有足夠設備供應課程所需。

海谷舉辦多類活動，其中以戶外活動為主。我們多數會在秋冬期間舉辦遠足課程，在夏季則舉辦風帆及滑浪風帆課程。

訓練課程期間，日間是學習，包括理論及實習；黃昏時則有文娛活動，使學員及中心職員能在融洽的氣氛中彼此認識，更進而一起探討人生的真諦及了解自我。



日期	活動項目	課程編號
六月		
十五日至十九日 (星期六至星期三)	初級風帆訓練課程	[TAC206S]
廿九日至三十日 (星期六至星期日)	滑浪風帆訓練課程	[TAC207B]
	風帆技術改良班 LEVEL B	[TAC208S]
七月		
廿十日至廿二日 (星期六至星期一)	初級風帆訓練課程	[TAC209S]
廿七日至廿八日 (星期六至星期日)	程	
八月		
十日至十一日 (星期六至星期日)	滑浪風帆訓練課程	[TAC210B]
	風帆技術改良班 LEVEL A	[TAC211S]
廿四日至廿六日 (星期六至星期一)	初級風帆訓練課程	[TAC212S]
三十一日至一日 (星期六至星期日)	程	
九月		
十四日至十五日 (星期六至星期日)	初級風帆補考課程	[TAC213R]
	風帆技術改良班 LEVEL A	[TAC214S]
廿八日至廿九日 (星期六至星期日)	滑浪風帆訓練課程	[TAC215B]
	風帆技術改良班 LEVEL B	[TAC216S]

參加辦法：

填妥後面的報名表，寄回

* 九龍中央郵箱 74539 號 海谷中心收 *



活動簡介



一. 初級風帆訓練：

(A) 分兩部份課程 —

【課程編號 TAC209S(20-22/7/91 及 27-28/7/91)
TAC212S(24-26/8/91 及 31/8-1/9/91)】

此課程是為有興趣學習駕駛風帆(帆船)的人仕而設。為期五日，分兩部份舉行；第一部份為期三天，第二部份為期兩天。

(B) 連續五日課程 —

【課程編號 TAC206S(15/6/91 - 19/6/91)】

此課程是為有興趣學習駕駛風帆的人仕而設，為期五日。

以上二種課程均教授理論、實習，讓初學者掌握駕駛風帆的基本技巧，從而領略其中樂趣。課程乃根據英國的皇家遊艇協會 (ROYAL YACHTING ASSOCIATION) 初級課程的要求教授，考試合格的參加者，可獲頒發本會所發之初級風帆證書。

* 參加資格：年齡在十六歲以上

* 費用：\$ 3 7 5 (包括五天食、宿、及船隻費用)

* 報名辦法：請填妥報名表，寄九龍中央郵箱 74539 號
請勿付上費用，我們會寄信給你，待接納後才通知付款方法及詳情。

* 截止日期：每個課程前 2 星期

二. 風帆技術改良

LEVEL A

【課程編號 TAC211S(10-11/8/91)
TAC214S(14-15/9/91)】

重溫初級風帆所學到的技術，如繞浮標，依指定航線航行、泊船、救墜海者等，並加插趣味性的遊戲及賽艇，希望藉此改進參加者的技術及使之更趨熟練，領悟駕御風帆的技巧。

此課程不設考試，純粹是切磋技術，參加次數不限，課程內容雖相同，但每次天氣、對手、拍擋不同，自有不同的體驗。

* 參加資格：凡完成初級風帆課程者均可參加

LEVEL B

【課程編號 TAC208S(29-30/6/91)
TAC216S(28-29/9/91)】

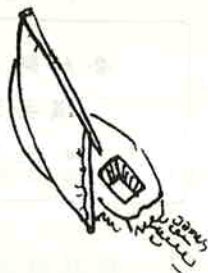
此課程為已有駕駛風帆經驗的學員而設。課程內容介紹較深入的賽艇技巧。參加者的技術要求將會更加嚴格。

* 參加資格：凡完成初級風帆課程後有 25 小時的風帆駕駛經驗。(報名時請附 log book 影印)

以上二課程的參加細節如下：

* 費用：\$ 150 (連食宿及使用風帆費用)

* 報名辦法：請填妥報名表，寄九龍中央郵箱 74539 號
請勿付上費用，我們會寄信給你，待接納後



才通知付款方法及詳情。

* 截止日期：每個課程前 2 星期

三. 滑浪風帆訓練課程：

【課程編號 TAC207B(29-30/6/91)
TAC210B(10-11/8/91)
TAC215B(28-29/9/91)】

利用風力在海上航行固然需要充份掌握風向與船帆的關係，在滑浪風帆方面，更增添了另一項挑戰：那就是在板上的平衡和動作的協調。本課程並非證書課程，將以兩天的時間，教授學員有關滑浪風帆運動的基本原理及技術。歡迎對此運動有興趣而又未認識的朋友參加。

* 參加資格：年齡在十六歲以上，懂游泳。

* 費用：\$ 150 (連食宿及使用滑浪風帆板費用)

* 報名辦法：請填妥報名表，寄九龍中央郵箱 74539 號
請勿付上費用，我們會寄信給你，待接納後
才通知付款方法及詳情。

* 截止日期：每個課程前 2 星期

四. 初級風帆補考課程：

【課程編號 TAC213R 14-15/9/1991】

本課程專為未能取得初級風帆證書者而設。課程提供理論重溫及風帆實習的機會。參加者可於第二天補考不合格部份，合乎要求者可以取得初級證書。

* 參加資格：於本中心參加初級風帆課程而未獲證書者

* 費用：\$ 150



* 報名辦法：請填妥報名表，寄九龍中央郵箱 74539 號
請勿付上費用，我們會寄信給你，待接納後
才通知付款方法及詳情。

* 截止日期：每個課程前 2 星期

五. 中級風帆課程預告：

本中心將於九月後舉行中級風帆課程，參加者須於取得初級風帆證書後累積到 40 小時風帆駕駛經驗才可報名參加。若曾參加本中心舉辦的風帆技術改良班者獲優先考慮。有興趣者請留意下期海谷通訊。

海下的桃花園記

海下灣不算是一個美麗的沙灘。除了近河口處的沙較好外，在村下的一帶，大部份是沙泥混雜，兼有蟻殼的海灘。若遇上夏日的假期，十多部大型的旅遊車泊在村口，村內有如旺角鬧市，盡是人聲，更甚是麻雀聲，再加上露營人士的喧嘈和收音機聲，真是一團糟。

唯是它仍有它嫵媚的一面，像週日或週末早晨遊人還未到的日子，在天氣暖洋洋又不會使人煩燥的時間，伴著徐徐的清風，躺在河口旁的沙灘上，戴著深色的太陽鏡，看看天，看看海，看看沙灘，全走進一個棕色的世界；也像自己走出在這個世界，通過棕色的窗框，看這個世界的百態人生。若倦了，躺下來，浮身一夢。(睡大覺去了)

有幸你剛碰著漲潮的時候，海水經窄窄的河口湧入內湖，河口的沙堤因海水把沙帶走，倒下使河口向兩邊擴闊，頑皮的你可站在沙堤上，讓海水把你腳下的沙沖走，看你能否在最後的一剎逃走而不濕腳？

內湖也是一個好地方，平凡的日子，水面平得如一鏡子面，偶然有和風略過，或湖旁的樹葉掉進湖裡，或頑皮的你把石兒擲入湖中，都會翻起陣陣的漣漪。若你懂得飛石，足可在水面跳起七、八次。這些玩完了，你可以踏著浮板，爬進湖內的河澗，溜躑一二。

海下灣還是一個好地方……

--- 如風 ---

轉眼間，今年的所有工作營都過了。回顧今年工作營所完成的工作，包括：修建堤壩、興建走廊簷蓬、修理船隻、後園開荒及重建沖涼房。

修建堤壩差不多佔據了工作營的一半時間。由於海下灣向著北面。在冬天起大北風的時候，波濤乘著強風，將堤壩底部的沙石帶走。因重量關係，堤壩便會斷裂及下陷。故當每次刮完大北風後，我們都要花時間及人力，修補堤壩。此外，由於地台下陷，我們的艇架亦不得不向內移。這次修補堤壩，我們用了沙包築堤，且看效果如何！

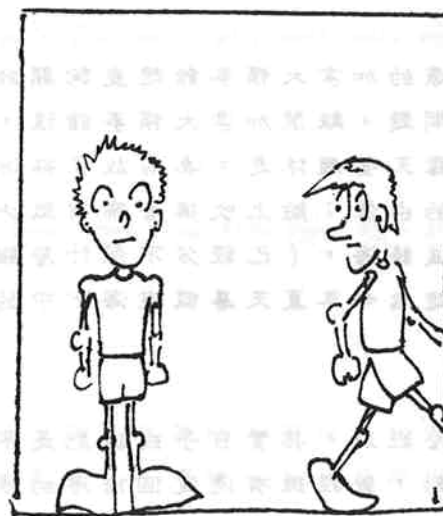
中心屋外的長廊，原來是用帆布遮蔭的，由於每次‘開舖’，‘關舖’都花很多時間處理，故此今次用角鐵焊了一個固定的簷蓬，上面蓋了透明膠‘瓦通’。興建後，在白天，長廊及屋內較以前光亮及通風。

修補船隻是我們工作營每年例行的工作。每年風帆課程完結後，船隻在我們‘有牌’，‘無牌’的學員的踐踏下，都百孔千瘡，滿身殘疾。故此，為迎接新一季的課程，我們都為船隻修補（用玻璃纖維及木膠粉），上油及檢查配件。

舊的沖涼房，因用木板搭建，經多年使用，已經殘舊了。故此今年的工作營，我們把舊沖涼房拆了，開闢了一大塊土地。用鋅鐵興建了六間大小不一，奇形怪狀的沖涼房，並且安裝了鉛水喉，適合不同大小，高矮的學員使用。

其實，海谷仍有很多大大小小的工程，等待學員們協助興建，請留意‘工程招標計劃’。

---- Benny ----





新的體驗

今日我向公司請了一日假，到中環的加拿大領事館想查詢關於移民的資料。其實這個是現今香港人之問題。離開加拿大領事館後，內心突然很悶，茫然地到了卜公碼頭的露天餐廳休息。桌前放了杯冰凍的啤酒，望著藍色的天空，帶著厚厚的白雲；臉上吹拂著帶有微少北風的海風，見到維多利亞港的浪亂翻波綠海，（已經分不開什麼貓爪紋，或是順風紋。）在這瞬間，我回想起今年夏天暑假在海下中的一段經驗。

我記不起正確日子，也記不起什麼班別。其實日子或班別是不重要，最要緊的是曾經參與過海谷的活動，曾經擁有過這個值得的經歷，曾經得到過非常的經驗。

風帆的訓練，在十年前我也曾參加過，不過今次在海谷中心所得的及所學的都令我覺得很全面，很完整。最難得的是海谷中心是一個絕不牟利的團體。參加的集訓費用經濟得很，在住宿，食用，水電成本中，我懷疑它總要倒貼。而且有幸得有一羣有正職的熱誠人仕義務支持這個中心，服務這個團體，所以有很多年青人也因而得到受惠。

在這五日的集訓過程中，是我人生中新的，也是僅有的體驗。在未入營時，從章程簡介中，我幻想著應是一個像軍訓式，嚴謹的活動；當入營時的開始，我已經感覺到海谷中的成員及導師都是一般的和藹親切。除了海上應有的實踐外，堂上的理論也非常豐富。導師們能一一的向學員指導，再不斷的糾正。在活動中再給與引証，我記得在最浪一節中的海上練習，英文教練當了我的導師，她的要求很嚴格，工作態度絕不苟且，高呼 POINT OF SAILING，舵手要發出正確的指令，水手要即時做到適當的回應，兩者如不配合，必受責備，重演再練習一次。學員祇好切切實實的練習又練習，再練習；我覺得這是很



?



好的，又是必要的。嚴格的指導，投入的練習，心無雜念的學習，技術就更快上一層樓。所謂嚴師出高徒，我的海試又及格了。

可能我工作在一間日本公司太久了，身處行政人員職位，根據公司政策法則做事，管理及領導部門事務，發出應有的工作指令。日常的工作就如一個戰爭，每一個環節都不能放鬆，要對上也要承接下方，總應不能偏差出錯。在海谷裡面，我的心情就輕鬆得多，沒有壓力；環境寧靜，只有學習，不用開會。沒有電視收音機，也沒有電話傳呼機，沒有黃金股票，也沒有石油戰爭；沒有鄰居嘈吵，也沒有耳邊的囉唆。在海谷裡只有蟲鳥叫，樹葉聲；友情，學習，歡樂，唱歌，羣策羣力，就好像一個世外桃源。事實也的確是一個難得的世外桃源。除此之外，不時覺得一些好似神的呼喚聲音。在小學時候，我在教會學校唸書，到社會工作後，就再沒有接觸過神的故事，今次就好像久別後回到祂身邊一樣。晚會中的集體遊戲及分組研討會，就有點好像在電視中看到美國的精神心理研討座談會，由組長領導組員，談天說地，然後慢慢的進入每個人的心底，再也不設防地暢所欲言，抒發每個人思想感情，洩出平時鎖在心底間的說話，真是有一種精神解放的感覺。



在這五天的集訓活動中，我突然感覺到自己年青了很多，起碼我已經十多年沒有參加過這些工餘活動。海谷的確令我品嚐到工作與家庭之外的另一面。在這裡沒有利益衝突，權益分爭，煩惱滋擾。在中心裡的每一個工作人員都敢任勞任怨，默默地工作，不問利益，不問收穫。從他們中我從新找到「勤」和「善」的真諦。我真希望時光能即時停頓在海谷中，我永遠的置身於那裡。

其實我學習風帆的另一個目的，是希望能夠學習些駕駛風帆的技術，了解一些海上航行的理論，好待將來 97 之後，香港人員變成海上船民時，我也可以有敢力地駕駛著家人離開香港。然而，在學習期中，出到海灣而遇上三級勁風時，大浪滔滔，強風擊帆，有好幾次差不多受不住風壓，船也要 CAPSIZE，還好技術不差，能夠與船友即時控制環境，平衡船身，才不致覆船。當時想深一層，如果置身於大海茫茫的南中國海中，或太平洋海裡，真不敢想像結果如何。

總括說，這次營訓，的確令我學習了不少，除了風帆技術改良了之外，思想也開朗了些，人生觀也比以前寬達得多了。

五天的營訓過後了，我回家而路過坪石巴士總站時，祇覺人羣們熙來攘往，小販們羣集地鐵入口處，擠這一團；馬路上車輛的車號及行人路上的喧嘩祇不過是平時的工作日，他正忙在下班的煩惱時間。這時我真的體驗到處身深山幾日，回來時好像已過幾百年的感受，一下子很不習慣繁華都市的環境。到這時，突然感到有點肚餓，在這瞬間我懷念海谷中的伙食，豐富的晚餐，我更欣賞 MONEY 下廚的工夫，我每餐都很開胃。我真不敢相信，在一次的早餐中，我竟然吃了十碗湯米粉，太好味了。究竟我何時再有機會重投海谷的生活呢！或者參加海谷的風帆製造班！再嘗 MONEY 美味的廚藝工夫。我期待下一期的海谷月刊。

—海谷之友 阿蘇—

半杯水

桌子上有個杯子，杯裡盛了半杯水。

甲看到了說：「少了半杯水！」

乙看到了說：「還剩下半杯水！」

同一件事情總會有不同的看法。

一天，我坐在巴士上層，車停了站，十幾個年青人上來了。走在前面的兩個女孩同時說了話。一個很失望地說：「只剩下十幾個位子了！」另一個喜形於色，說道：「還有十幾個位子呢！」

有些人總是只看到失去的，從來不看得到的，所以經常愁眉不展；有些人卻能夠常常看到他所得到的，自然心情開朗了。

我很喜歡公益金的一個電視廣告，只有一句話：「幸福不是必然的。」我們往往以為自己得到的是應該的，而得不到的則是不幸。很少會為自己所得的慶幸、感謝。

什麼時候，你看見桌子上的半杯水時，能夠看見下半部，而不是上半部的話，你的生活一定有所改變！

- - Y i n g - -

吃肉太多健康嗎？

血液在人體來說是非常重要的，它在我們全身行走，無處不到，任務是向全身各處運送養分，並運走廢物。若你的血液成份不妥當，則你的身體也不會健康。

血怎樣才算好？怎樣才能發揮最好的功能呢？這就要血液經常保持適度的鹼性。測血液的酸、鹼性，通常是以pH為單位，pH 7 是中性的，7 以下是酸性，7 以上是鹼性；健康人的血液是 7.35，是微鹼性，這就是好的血質。

為什麼鹼性的血液就能充分發揮血液的功能？而酸性血液反而作用受阻礙呢？因為當我們吸收養份、蛋白質、脂肪和碳水化合物時，這些東西會在體內分解而生出各種酸性物質。例如蛋白質生出硫酸、磷酸，由脂肪和碳水化合物生出酪酸、乳酸和焦葡萄糖酸等。這些酸都具有強烈的刺激性，如果留在體內，便會產生許多意想不到的毛病。若血質好的話，血液中所含的有用礦物質如鈣(Ca)及鉀(K)便會與上述的酸結合成中性的物質而被排出人體外。

要使血液中含有適當的礦物質鈣及鉀，我們的血液便要保持一定的鹼度，也就是說我們必須避免吃能使血液產生大量酸性物質的食物，並且要充份攝取含有用鹼性礦物質的食物。根據科學上的分析研究指出，動物性的食品多半容易使血液發酸，而植物性的食品大部分含有較多的鹼性礦物質。由於一般的蔬菜都含有大量的鹼性礦物質，因此多吃蔬菜，能使血液當中有害的物質排除乾淨。人體才會覺得精力充沛、生氣十足。



因吃肉太多引致有害物質不能排出體外，因而引起的後果是精神容易不振，較易衰老，肥胖、有體臭，便秘等。此外，統計數字顯示，吃肉較多的國家中，血管粥狀硬化、心臟病、高血壓、腦充血、中風、膽結石、癌症等都較少吃肉的國家數字都高。

在香港富裕的社會中，一般人所吃的肉已經太多了。若果你常以「無肉不歡」、「食肉獸」等名稱自傲，看過這篇文章後有沒有什麼感想？



一九九一年三月三十日，我們一行十人，本著讀「萬里圖行萬里路」的精神，浩浩蕩蕩從繁囂的市區走入大自然的教室——海谷中心，學習遠足的訣要。

上山下鄉的訣不外走路乎？非也非也！爬格子、神遊五公里，以精神意志力走上驢仔石、過涌頂，再下蘆菜小下洋，才是首天課堂的學習重點，精彩真實比誦仙遊天姥。

大伙兒先把「萬里圖」翻開，覆蓋了一張大長桌，在美文老師循循善誘下，我們在縱橫交錯的方格上找方位，八號圖 861255，驢仔石是也。851253，涌沙頂是也，在濃烈的學習氣氛下，老師再教我們看等高線。迭蕩迂迴的線條排列出並列的山咀與河谷，過了一個高峰又到了鞍地，跨過河谷又到了圓頂丘。忽被飯鐘吵醒，才察覺是南柯好夢一場，無奈！

我輩非痴呆，如斯美景，怎敢垂手棄，遂稍點行裝上征途，但見眼前畫景，盡與圖合，樂哉，手上果實圖也，身在蘆菜，涼涼忘返。

第一天下午，我們進行活動教學。上山勘察地形以掌攝地圖讀法。由「富」導師與林老師帶領，將等高線的形狀與神遊之地勢相配，十分吻合。

是者上山不知幾千里。口訣：以忍當頭，有勇在心，鍊其精要，非一日可成。師曰：「歲月為功。」

第二天，我們除了要加強地圖理解外，上天也助力教我們鍛鍊意志。如是者，山上實習不離風雨。早上，春雨濛濛，我們收拾行裝，帶備糧水，便向「老虎騎石」進發。在隱約的霧境中，我們仍敢探索位置所在，遂再挑戰西貢之石屋山，以示我輩初生之犢的精神。惟天不容我們輕慢，秋雨大降，左眼被雨水打得睜不開之餘，右邊臉早已僵化。尋找出路只有靠指南針了，幸而風雨路上有人同，大家互勉下繼續前行。

山水豆腐皇朝宴，煮茶暖鍋值千金。

由於天氣惡劣，過了石屋山，便注高塘。我們的手早已失去知覺，穿再多的衣服仍覺寒冷。風雨的挑戰，實教曉了我們裝備的重要。途徑璋上一我們吃午餐的地方，再沒有什麼比得上一碗熱豆腐花，熱麵條及暖手的鍋爐了，美味哉！

歸途上，細思這兩天的課程，真有趣味。我們消遙過、快樂過、也艱苦過，原來行山的訓練與人生的功課是那麼相似的，走走看看真多姿彩！

--- 李阿白 ---





回想起參加中級風帆訓練課程所帶來體驗，是既開心又刺激，除了課程內容較初級豐富外，訓練課程也是多姿多采。是次學員共十七人，雖然人數頗多卻沒有影響學習進度，反之練習氣氛更為濃厚，並且我們更成為好朋友。因為課程為期十天，共分五期進行，每次練習皆有不同伙伴，所以練習時彼此研討閒談，使友誼在無形中增長。

回憶首次練習時，我們好像已將初級課程內容忘諸腦後，因為我們在 RIG 船所花費時間實在令一羣教練咋舌，所以奉勸各位如欲參加中級課程，必須重溫初級課程內容。

在訓練日子當中，有回是非常悠閒日子，風伯伯好像忘記了我們，讓我們在浩熱天氣在海中漂浮，我們只好在船上休憩，海中彼此呼應，在寂靜海上，只餘下我們這羣頑皮學員在嬉戲和喧嘩。除此之外，它卻使我們發現海下的另一番景色，原來靜悄悄的海下別有一番怡人景色，並且於潮退時淺灘生物一一出現眼前，向我們打招呼呢。如有大小不同海星、海參、珊瑚、美麗貝殼、小小蟹兒...等等，各適其式，使我們對大自然多一分親切感，感慨造物主奇妙創造。

在我們盼望美好天氣時，而這一天終於來臨，好讓我們能於海中遨遊，那天我們由海下前往塔門。在旅程當中，我們正學習如何控制速度。初時我們如同一羣乖巧小鴨子，緊隨救生船背後向著目的地前進。可是當塔門出現眼前時，這羣小鴨子便變了頑皮小孩各自分散，失去原有隊

形。還記得 SAMSON 前往魚排為我們的晚餐加添三尾鮮魚，所以那天晚餐頗豐富呢！

「赤洲」原來是一很小的島嶼，它渺無人煙，卻有著很多生物存在，海水清澈，可見很多細小游魚及海葵。在我們遊覽一會後，便無踏上歸途。可是此時卻刮起大風，引致小小事故。因漢泉於此時失掉了太陽眼鏡，而我卻因上船失誤，而被同伴拋離於島上，正徬徨無助之際，幸好 SAMSON 他們回來救助，在他們協助下才能安然上船，再次踏上歸途。回想剛才一幕，尤有餘憤，然而感謝他們幫助。

回想最後兩天課程，可用驚險刺激來形容，因那天是強風訊號。WING SIR 他們正考慮取消練習，不畏風險的我們卻嚷著出船。當我們前往海邊時，卻見波濤洶湧，害怕的我正在猶疑之際，同伴卻說：「可以起航了，上船吧！」我卻快求由他先來駕駛，同伴無奈的接受要求，駕駛途中船隻顛頗，已令我恐慌得大叫。然而同伴卻不時給予安慰，好讓我回瀆鎮靜。大家一同集中精神，面對洶湧波濤，與它一併。還記得有一艘黃船，由於與風浪頑抗而弄斷了定木板，正於海上漂泊至亂石堆，幸得救生船救助脫離險境。雖然風浪頗大，卻並沒有使我們卻步，反之令我們愛上於怒海中搏鬥。因為除了考驗了我們的技術及機智外，還給了我們滿足感及成就感，而那是筆墨難以形容，只有親身體驗才可領會，所以身體上少許損傷，及身體疲累，已是不足以言。多謝是次課程所給予種種體驗與感受，並且多謝中心工作人員於課程內之照顧，致萬分謝意。



工程組招工

雖然海谷今年的工作營已經結束，但是中心仍有一系列大大小小的工程需要進行。各項工程包括：

1. 沖涼房供水設施
2. 加添第二個水泵
3. 屋後燒焊鐵架，蓋掛膠瓦邊
4. 屋前對出空地建樓梯、水渠改道及維修、鋪水泥地、建曬衣場
5. 維修大門
6. 小路保養工程
7. 等等



以往海谷的工程，都是由海谷的職員負責設計、策劃工作，並且集中在冬季進行，工程進展較緩。現試行新的工作營方式。在每次海谷舉辦課程的時候，將招收4至6名工程組的工作人員，以小組形式進行工程，並在晚間參與遊戲活動。

由於工程組的工程，向來充滿樂趣，刺激及成就感，多年來造就出不少造船、燒焊、水電、泥水、砌磚的發燒友（包括本人），讓他們各展所長。

- 招工條件：
1. 工程發燒友，鍾意做野。（鍾意打工更佳），做得唔好唔怕癩
 2. 鍾意海谷做點無人工、無津貼、無花紅，運費自付糧草、車馬費
 3. 鍾意海谷點餐負責做事，上各仲食嘢咁性



獎品：在作品上留下大名，以待日後受人批評。

有興趣者，請在辦公時間打 532-6123 或晚上 10:30-11:30 打 554-0389 找 Benny 聯絡。

--- Benny ---

海谷團契



各位海谷之友，離開了海下，還記得海下的山與水，匆忙又鬆馳的生活，及一班聲大夾古怪的朋友嗎？每次有活動時，星期天的海谷例有早會，各位都應當參加過了，但這聚會，並不只限在海下，在市區裡一班海谷的朋友也每月也有定期的聚會，大家知道嗎？我們誠意邀請各位在野外活動之餘一同聚聚，補償在海谷沒有時間傾談的遺憾。每次聚會的日子都是在每月的第三個星期三晚上。詳情如下：

地點：旺角運動場道17號金華閣2樓基督徒福音堂

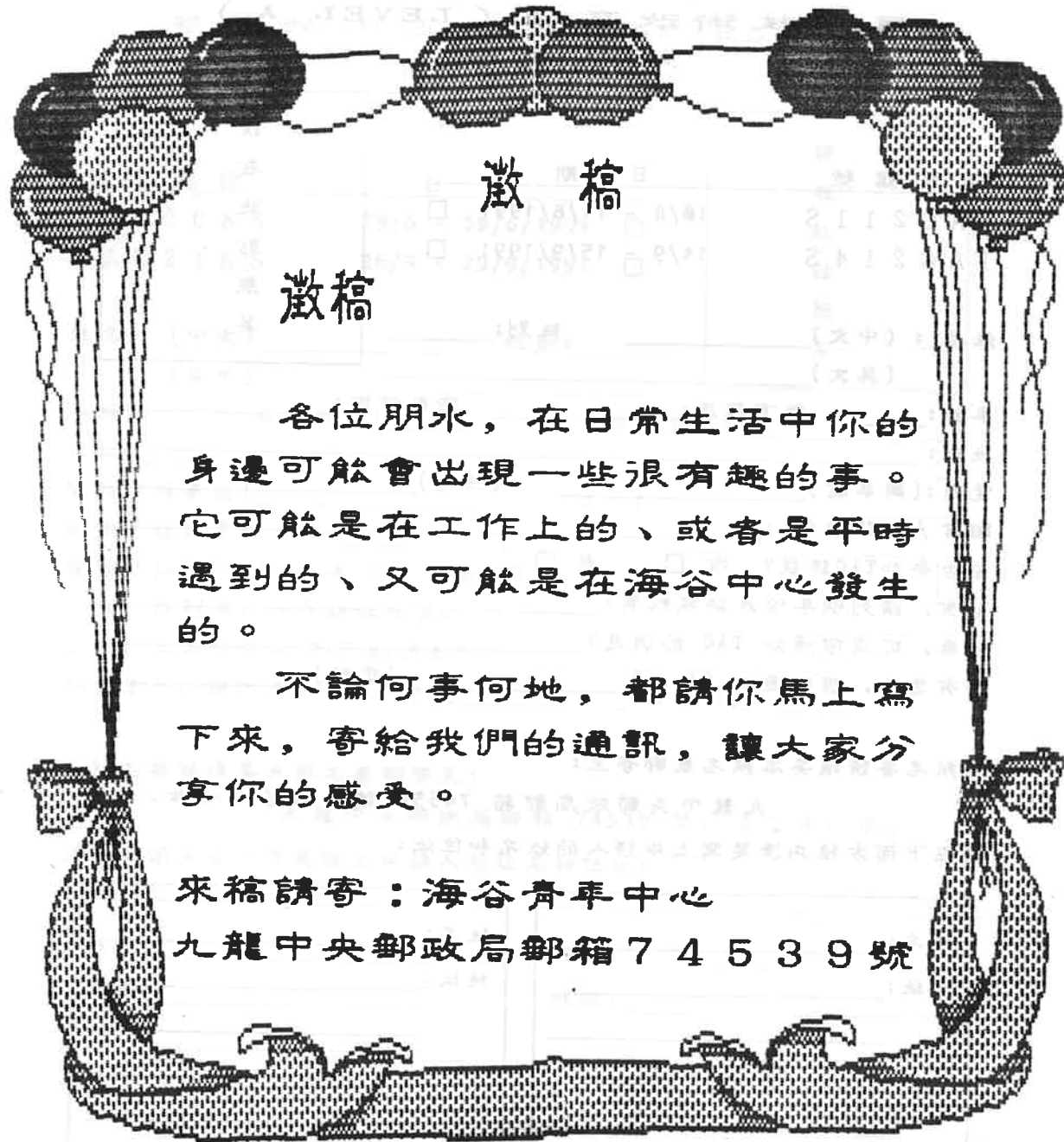
聯絡：5676939林寶珠(蝦米)

內容：有唱詩，分享，及查經等

日期及查經章節

6月19日	撒母耳記	1至	8章
7月17日	撒母耳記	9至	15章
8月14日	撒母耳記	16至	20章
9月18日	撒母耳記	21至	31章

時間：晚上 7時半至 10時。



徵稿

徵稿

各位朋水，在日常生活中你的身邊可能會出現一些很有趣的事。它可能是在工作上的、或者是平時遇到的、又可能是在海谷中心發生的。

不論何事何地，都請你馬上寫下來，寄給我們的通訊，讓大家分享你的感受。

來稿請寄：海谷青年中心
九龍中央郵政局郵箱74539號

海 谷 中 心
風帆技術改良班 (LEVEL A)
報名表格

課程編號	日期	
TAC 211S	10/8 - 11/8/1991	<input type="checkbox"/>
TAC 214S	14/9 - 15/9/1991	<input type="checkbox"/>

姓名：(中文) _____ 性別： _____
(英文) _____

年齡： _____ 教育程度： _____ 宗教信仰： _____

地址： _____

電話：(辦事處) _____ (住宅) _____

職業 / 就讀學校： _____

曾否參加TAC課程？ 有 無

若有，請列明年份及課程性質： _____

若無，你從何得知 TAC 的消息？ _____

如有意外，請代通知 (姓名) _____ (電話) _____

請
在
此
貼
照
片

*報名者請填妥本報名表郵寄至：

九龍中央郵政局郵箱 74539 號，海谷中心收。

請在下面方格內清楚寫上申請人的姓名和住址：

姓名： _____
地址： _____

姓名： _____
地址： _____

海 谷 中 心
風帆技術改良班 (LEVEL B)
報名表格

課程編號	日期	
TAC 208S	29/6 - 30/6/1991	<input type="checkbox"/>
TAC 216S	28/9 - 29/9/1991	<input type="checkbox"/>

姓名：(中文) _____ 性別： _____
(英文) _____

年齡： _____ 教育程度： _____ 宗教信仰： _____

地址： _____

電話：(辦事處) _____ (住宅) _____

職業 / 就讀學校： _____

曾否參加TAC課程？ 有 無

若有，請列明年份及課程性質： _____

若無，你從何得知 TAC 的消息？ _____

如有意外，請代通知 (姓名) _____ (電話) _____

請
在
此
貼
照
片

*報名者請填妥本報名表郵寄至：

九龍中央郵政局郵箱 74539 號，海谷中心收。

請在下面方格內清楚寫上申請人的姓名和住址：

姓名： _____
地址： _____

姓名： _____
地址： _____

