



# 船長指示

## 領隊須知

申請機構有責任將以下事項在啟航前知會所有參加者。每位參加者身處船上的時候，均會被視作『賽馬會歡號』的一份子，我們期望他們會依從船長或教練的指示，參與所有訓練活動及完成分配的工作。

### 1. 領隊的角色

- \* 在航程期間負責參加者之安全及紀律。對於並非在『賽馬會歡號』或其附屬小型帆船上進行的活動，除非有本會教練在場，其他情況本會概不負責。
- \* 監促參加者遵守船上的規則，並與本會教練充份合作。
- \* 鼓勵參加者投入參與整個訓練航程，以及支援有情緒反應之學員積極面對挑戰。

### 2. 分組及分配床舖

**一天航程：**參加者的人數上限是 60 人，將他們分成 4 至 6 組，每組組員不得多於 10 人。

**兩天航程：**參加者的人數上限是 60 人，將他們分成 4 組，每組組員不得多於 15 人。

### 3. 膳食安排

**一天航程：**自備乾糧及飲品，船上有經過濾的食水供應。

**兩天航程：**團體負責人須在啟程前安排好所有膳食，參加者須負責在船上煮食。船上設有無火煮食爐、電飯煲、電熱水煲、冷藏格、微波爐及其他廚具和食具供學員使用(不提供調味料)。

領隊須於晚飯時間，由晚上 6 時至 10 時負責參加者之紀律及安全。

#### 4. 衣物及用品

**一天航程**：大毛巾、泳衣、泳褲、太陽帽、替換衣服、保暖衣物、水樽、防曬用品、藥物 (如有需要)。

**兩天航程**：所有一天航程之物品以及寢具 (自備床單、睡袋或沙灘蓆)，個人衛生用品、電筒。

參加者須負責保管自己的個人財物及避免攜帶貴重物品上船。如有財物損失，乘風航概不負責。

#### 5. 健康狀況

領隊須提交參加者之「登船人士健康狀況申報表」及清楚了解參加者的身體狀況，例如他們是否有任何藥物、食物方面的特殊需要及忌諱，應特別注意的疾病包括過敏症、糖尿病、哮喘、癲癇、心臟病等等。乘風航歡迎殘疾或長期病患者的人仕上船，但是假如參加者的身體狀況突然惡化，我們則無法負責。預防 "暈船浪"，參加者可在登船前根據藥物指示服用暈浪丸。

#### 6. 目的地

每次航程之目的地由船長因應當天天氣、海面環境、參加者的體力，以及參加團體負責人的要求等因素決定。

#### 7. 惡劣天氣

在出發當日，如果天文台在上午 7 時仍懸掛 3 號或以上熱帶氣旋警告，或發出紅色或黑色暴雨警告，航程便會自動取消。

在任何情況下，船長均有權決定是否取消航程。

#### 8. 嚴禁事項

- 喝酒
- 賭博
- 吸煙
- 未經許可而擅自離船
- 攜帶音響器材 (使用耳筒除外)
- 在船艙內飲食