

本會宣教牧養委員會屬下
金齡事工執行委員會主辦

遠足：向高山舉目

欣賞自然景色 ✦ 考察保育情況 ✦ 傳承文化歷史 ✦ 分享信仰生命

日期及路徑：1 · 2025 年 3 月 11 日（禮拜二）「釣魚翁山上學釣魚」
2 · 2025 年 4 月 08 日（禮拜二）「彌勒山頭觀鳳凰」
3 · 2025 年 5 月 13 日（禮拜二）「四 色 林 徑」
4 · 2025 年 6 月 10 日（禮拜二）「夫人馳馬上下塘」

對 象：本會 50 歲或以上，即將退休或退休十年內之金齡信徒及未信
主之親友

收 費：全免（請自備飲品、食物及交通費）

名 額：每次 25 人

報 名 方 法：首次報名者必須於活動前一週遞交登記表；
之後再於每次活動前填寫網上報名表

向高山舉目
首次登記表



山趣茶聊——體格保健知多啲

日期：2025 年 3 月 4 日（禮拜二）

時間：上午 10 時 30 分至下午 12 時 45 分

地點：衛斯理大樓 11 樓（香港灣仔皇后大道東 271 號）

內容：簡介 3 至 4 月之行山路線、分享正形運動，幫助弟兄姊妹建立良好運動模式及生活方式，包括「正形健膝操」及「正形拉筋十式」等。

講員：謝安琪博士（城市健康事工有限公司負責人）

對象：本會對遠足有興趣，不論山齡之金齡人士

費用：全免

報名方法：掃描二維碼填寫網上報名表

山趣茶聊
網上報名表



查詢請聯絡總議會辦事處周煒楠先生（3725 4532）或許曼芝女士（3725 4531）