

香港青年獎勵計劃

特約專輯

經過多個月的籌備，AYP Rogaine24 全方位團隊定向大挑戰終於在2009年2月28日及3月1日舉行，200多隊共接近700人參與了24小時或8小時的賽事，並為香港青年獎勵計劃籌募會務經費。

主辦機構香港青年獎勵計劃多謝各界的支持，當中包括中建企業有限公司、齋色園、Protrek、曉廬、ACL Industries、和富社會企業等贊助商的慷慨贊助，以及13間支持機構的合力策劃及共同推動。

Rogaine24比賽範圍遍及整個大嶼山，起步禮則在東涌舉行。理事會主席何子樑主持起步禮時鼓勵參賽者道：「有賴各贊助商及支持機構的協助，Rogaine24才能順利舉行。於籌備過程中，各單位充分發揮合作精神，我期望各參賽隊伍都能同樣表現出團隊精神，並享受比賽過程。」



▲各位 Rogaine 健兒情緒高漲，已準備好迎接未來24小時的全方位挑戰。

▲理事會主席何子樑先生（右二）帶領一眾嘉賓到場支持 Rogaine24，為參加者打氣。

AYP 全方位團隊定向大挑戰 ROGAINE24

圓滿結束



▲參賽者走遍整個大嶼山尋找控制點，過程刺激、有趣。



▲起步前的路線計劃十分重要，大會亦要求所有參賽隊伍遞交路線計劃圖，以確保安全。

全港唯一24小時團隊定向考驗

AYP Rogaine24是全港唯一24小時的團隊定向比賽，參賽者需經歷12小時的白晝與12小時的黑夜旅程，憑著自己的毅力和隊員之間的合作，確定方向，選擇路線，在指定時間內徒步到訪各控制點以奪取最高分數，絕對是體力、智力、毅力、判斷力和團隊精神的全方位考驗。

比賽當日天氣漸漸轉差，山間有大霧，晚上更下起雨來。天氣的改變增加了比賽的難度與挑戰性，也考驗了參賽者的即時應變能力。

比賽自由度大

由於比賽沒有指定的路線，參賽隊伍可自由按照自己的能力、判斷和喜好來計劃屬於自己的參賽路線。所到地方的選擇，甚至膳食及休息的時間分配，都由隊員共同決策。有參賽者稱讚Rogaine24的玩法自由度大，富有彈性，有如自助餐一樣，可以為自己挑選一個最理想的旅程套餐。



▲幾經辛苦，終於找到了控制點「燈籠」的位置了！

尋覓過程富趣味性

亦有參賽者表示Rogaine24最有趣的地方是當中的尋覓過程。縱使地圖已標明了控制點的所在地，參賽者仍要在一些隱蔽的地方尋找俗稱「燈籠」的實際位置。於只得五米視線範圍的濃霧中尋找控制點更富趣味性，更加考驗了參賽者的地圖閱讀技術。



▲經過24小時的賽事，各隊伍攜手於指定時間內跑回終點。從旅程中得到的滿足感和歡樂，更難以形容。



▲大會於賽事中心設有營區、急救及物理治療服務，並提供熱餐及24小時自助小食吧，支援各參賽者。

參賽隊伍直擊

學習互信訓練團隊精神

Rogaine24的賽事長達24小時，當中需要小組的計劃、取捨和決策。隊友各有不同的性格，需在不同的意見中磨合，學習互信，訓練團隊精神。

參加者梁文傑分享他和隊友的相處之道：「我和另一位隊友曾向添都有較豐富的地圖閱讀經驗，所以會由我們兩人負責選擇路線和領航，大家互補不足，以理性商討，不會懷疑對方的能力，並尊重一起作出的決定。」曾向添補充：「至於另一位隊友何東亮，性格溫和，善於營造氣氛，在途中不斷替大家帶來歡樂。雖然大家各有長短，卻能互相配搭。」

整場24小時的賽事，梁文傑的隊伍選擇只會在途中稍作休息：「黑夜的旅途十分漫長，加上走在濕滑的山路，大家都步步為營。我們一邊走，一邊談天說地，大唱各人喜歡的歌曲，以提起精神，增加團隊士氣。」何東亮分享道：「起初自己還擔心能否完成賽事，但看見大家一步步地邁向目標，心情更覺興奮。」

他們認為，長時間的賽事也可以讓彼此認識內在的一面，感覺很有趣。被問到會否參與下午Rogaine 6小時的賽事，梁文傑毫不猶豫地表示一定參加：「我會邀請身邊的朋友及公司同事一同參與賽事，以增強大家的團隊精神，有助工作間的合作。」

公司鼓勵員工接受挑戰

今屆賽事更有工商界機構派隊參與。富通保險（亞洲）有限公司市務部副總裁任佩儀小姐表示：「作為負責任的企業，富通保險致力回饋社會。我們共派出了3支隊伍參加AYP Rogaine24，除了支持香港青年獎勵計劃，也希望我們的員工不論在職場或運動比賽中，都能夠挑戰自我，發揮潛能。」

富通保險的最佳成績隊伍共花了23小時7分鐘完成賽事，在30多個控制點中共到訪了19個控制點。隊長蔡國忠形容Rogaine24是一個「完全挑戰」的比賽：「Rogaine24比其他行山賽事還要艱苦兩、三倍哩！Rogaine24的挑戰在於比賽期間不能依靠外界的支援，故此我們需要周詳的計劃，確保在24小時的旅途上有充足的糧食及物資。計劃是保險從業員每天的工作，因此也難不倒我們。」此外，蔡國忠又認為，Rogaine24的玩法殊不簡單，所走的路盡是崎嶇的叢林小徑，於晚上尋找控制點的難度更大，但蔡國忠和隊員視困難為挑戰，堅持至最後一刻，並一致認為Rogaine24是訓練團隊精神的最佳方法之一。



▲梁文傑（右）與他的隊友曾向添（中）、何東亮（左）在旅程中互相尊重，合作無間。



▲蔡國忠（右一）認為Rogaine24極具挑戰性，需要隊友互相扶持和鼓勵。

Project Star Trek 摘星之旅

在200多隊參與隊伍中，有13隊特別獲社會人士或商業機構贊助參賽，齊齊踏上「摘星之旅」。

無懼身體缺陷 踏上「摘星之旅」

身體的缺陷也阻礙不了挑戰Rogaine24的決心。「我們很高興能夠靠自己的雙腿完成賽事。」隊長梁煥華撐著拐杖走路一整天後，雙手也起了水泡。他續道：「旅途中大家互相扶助，行動不便的隊友在落斜坡時需要其他人攙扶，也需要體力較好的聽障隊友分擔多一點食水和物資。」另一位隊員林麗紅曾想過中途放棄：「走路需要我付上很大的體力，我覺得自己的體能不好，未達最佳狀態，但我得到了大家的體諒和支持，最終堅持按計劃完成整個旅程。」



▲縱使「智匯動力」的參賽隊員能到達的控制點有限，他們的堅持和毅力卻叫人佩服。

同樣有份參與賽事的「智匯動力」訓練總監高誌樞特別感謝贊助商的鼓勵：「雖然我們平時也有參與歷奇活動和野外鍛鍊活動，卻沒有想過參與如此大型的比賽，很多謝主辦機構的邀請及藝高亞太有限公司的支持，為我們帶來珍貴的體驗。」

企業認同幫助青年發展

「摘星之旅」另外兩個青年參與團體則獲得瑞銀集團、和富社會企業及多名人士的贊助，派出了多名學員出賽。他們在比賽前除了出席大會舉辦的簡介會和遠足講座，也參與了團隊定向訓練日，學習導航技巧、路線策劃等遠足知識。

瑞銀集團十分支持Rogaine24的整項活動，藉此幫助行為及情緒方面有適應困難的青少年成長。集團董事李嘉年先生表示，「摘星之旅」讓更多參加者能夠體驗野外比賽的樂趣，提供一個機會讓青少年學習與隊友一起解難和相處，幫助他們融入社會。

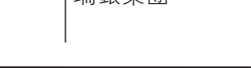
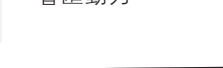
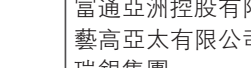
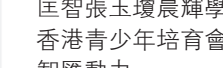
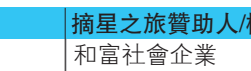
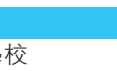
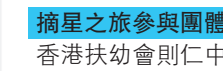
此外，和富社會企業會長李宗德SBS太平紳士表示，和富一向支持青年發展工作，這次全力支持「摘星之旅」，是因為Rogaine24與香港青年獎勵計劃能夠給予年青人挑戰，讓他們在參與過程中認識自我，探索自己的潛能，並建立積極的人生觀，是一項非常有意義的活動。

感激各界支持

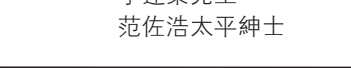
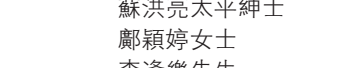
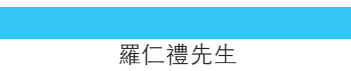
大會指定裝備



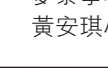
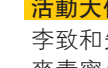
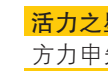
T-shirt贊助



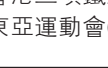
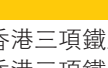
全贊助



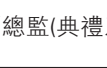
銀贊助



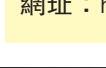
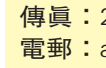
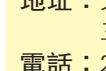
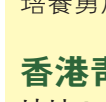
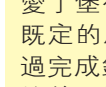
銅贊助



贊助



贊助



香港青年獎勵計劃簡介

香港青年獎勵計劃（AYP，前身為愛丁堡公爵獎勵計劃）擁有一套國際既定的原則，讓14至25歲的青年透過完成銅章、銀章、金章級的要求，培養勇於接受挑戰及堅毅的精神。

香港青年獎勵計劃總辦事處

地址：九龍長沙灣麗閣邨麗葵樓三樓301-309號
電話：2728 3243
傳真：2725 1577
電郵：award@ayp.org.hk
網址：http://www.ayp.org.hk

活力之星

方力申先生

活動大使

李致和先生

麥素寧小姐

黃安琪小姐

前香港游泳奧運代表

香港三項鐵人奧運代表

香港三項鐵人奧運代表

東亞運動會(香港)有限公司副總監(典禮及接待)