

【2017 暑期 攀岩・桌遊・Maker 科學營】

行前通知

親愛的家長您好，感謝您讓孩子參加為期 5 日的營隊，在活動過程中將由我們具豐富帶隊經驗的教練們協助孩子，在安全原則下從事各項活動。茲附上這次活動的相關資訊供參考。

※ 活動梯次時間

(GP4) 2017/7/24(一) ~ 2017/7/28(五) (5 天)

集合時間地點：每日 8:30~9:00 請勿遲到 (早上為桌遊活動，若遲到可能會跟不上！)

岩館開館時間為 8:00，**活動結束接回時間：每日下午 17:00~19:00**

活動地點：風城攀岩館 (新竹縣竹北市成功二街 98 號)

活動主題行程(可能視狀況調整日程)

時程	Day 1 (7/24)	Day 2 (7/25)	Day 3 (7/26)	Day 4 (7/27)	Day 5 (7/28)
活動	半日桌遊	半日桌遊	半日桌遊	半日桌遊	半日桌遊
主題	半日攀岩	半日攀岩	半日攀岩 (溯溪日)	半日攀岩	半日攀岩攀樹

攜帶物品

項目	用途	數量	確認
運動長褲/短褲	攀岩穿著，勿穿牛仔褲，勿穿裙	1	
襪子	攀岩時穿著	1	
毛巾	擦拭汗水	1	
外套	禦寒、午休	1	
餐具	筷子、湯匙	1	
水壺	容量約 1 公升內即可	1	
泳裝、換洗衣物、涼拖鞋、毛巾等	參加 Day3 溯溪活動者請參考那羅溪活動須知 (該日不需帶餐具)		
請勿攜帶的物品			
行動電話、電動玩具、隨身聽 / MP3、撲克牌、漫畫、小說、雜誌、含酒精飲料等。 以上物品一旦發現，將會被暫時集中保管，直到營隊活動結束。			

營隊行政：劉雅菁(Tina) 0932-939060



iClimb 風城攀岩館 www.iclimb.com.tw

03-6588588 Facebook: 風城攀岩館

新竹那羅溪活動須知 (攀岩桌遊營 Day 3)

親愛的夥伴 您好：

很高興有機會與您在大自然裡，共度一天戶外的探索旅程，以下是本次戶外探索活動的相關資訊以及注意事項，供您參考！

※ **活動地點**：新竹尖石那羅溪 (本行程含岩館至溪谷往返交通)

※ **集合時間**：09:00 iClimb風城攀岩館 (準時出發，請勿遲到)

※ **溪谷介紹**：那羅溪位於新竹尖石鄉那羅部落旁，離熱鬧的內灣不遠處，竟埋藏著如此美麗而脫俗的景色，是個非常值得一遊的溪谷喔。清澈的溪水、短而緊湊的地形、接連不斷跳不完的深潭與小瀑布，挑戰性漸次提升但又不至於太過困難，最後的大潭瀑布，更是適合炎炎夏日的玩水天堂。

※ **注意事項**：

溯溪服裝：

1. 我們會提供**長袖長褲連身式防寒衣**，裡面穿著一套泳衣即可。活動前請**穿著泳裝**(勿有裙擺)及輕便衣著、拖鞋以方便換裝。
2. 另外請多準備一套**更換衣著**與**大毛巾**放在車上，活動結束我們會提供更衣帳供大家換裝。
3. 溯溪鞋內不需要再穿著襪子

溯溪糧食：

1. 本次活動午餐是**大鍋麵**，如有吃素會另外準備小鍋。
2. 可攜帶一小瓶**礦泉水**飲用(家人可共用，以免背負太重)，如果體質較瘦或易寒，可自備些乾糧(巧克力、餅乾等)在活動中補充熱量。不需要攜帶餐具(除非個人有特殊要求)。

溯溪裝備：

1. 請勿攜帶貴重物品以免遺失。教練會備有防水相機提供拍照服務，活動結束後會上傳至TWOES 粉絲團 FB 供瀏覽及下載，不需自備相機，以免浸水損壞。
2. 如果有近視的夥伴，建議使用**隱形眼鏡**或加**眼鏡帶**以避免被水流沖走。**泳鏡**可以帶，只是功用不大(跳水還是會被沖掉...)

※ **活動常見問題**：

1. **不會游泳可否參加溯溪?** 可以。我們會準備救生衣，並且一定要使用！
2. **下雨天可否溯溪?** 可以。溯溪活動本來就會全身溼透，下雨會使溪谷水量增加但不會影響溯溪安全性。我們的教練團隊有專業的技術與足夠的經驗，在溯溪活動進行中做撤退與否的判斷。溯行溪谷旁皆有山路可在氣候轉變惡劣時撤退使用。
3. **參加溯溪活動是否會有危險呢?** 從事任何的活動，都不能保證百分之百的安全，但我們的活動以安全為第一準則。我們非常強調安全，除了全身的安全裝備外，也會安排足夠的教練帶領，確保大家平安回家。
4. **若天候不佳或遇颱風來襲，何時會宣布取消?**

活動教練會於活動前一天晚上7:00評估天候狀況後，決定活動成行或取消、延期。

※ **活動行程預估**：

09:00 iClimb風城攀岩館

集合出發

09:40 內灣河岸溫泉集合，
集合後各自開車續往溯溪點

10:00 那羅村祕花園停車場、著裝

10:30 注意事項說明、安全
講解、互助技術介紹

11:00 沿溪上溯

11:30 泳渡深潭、攀瀑跳水

12:00 午餐

13:00 上溯挑戰峽谷

14:00 神秘潭游泳攀瀑

15:00 上切山路

15:30 停車處、心得分享

17:00 回程抵達攀岩館