

聖潔生命會 (香港分會) 瑜伽中心

香港郵政總局信箱 679 號
香港北角明園西街 26 號曉峯地下
(港鐵北角站 B1 出口)

Tel: 2887 8719

Fax: 2887 8791



e-mail: dlshk@ymail.com

The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

G.P.O.Box 679 Hong Kong
G/F., Mount East, 26 Ming Yuen Western Street, North Point, Hong Kong.
(M.T.R. North Point Station Exit B1)

<http://www.hkyoga-dls.org>

瑜 伽 營 入 營 須 知

1. 集合日期：2013 年 11 月 8 日 (星期五)
2. 集合時間：下午 1:45 至 2:00 (乘 2:15 船)，逾時請自行入營。
3. 集合地點：中環 港外線碼頭 往長洲 (請自備船費)。
(如不能按集合時間出發，營友可以自行入營，報名時請先聲明。)
4. 離營日期：2013 年 11 月 10 日(星期日) 下午 2:00；
(營友請隨大隊離營，如要提早離營，亦請盡早通知房長或工作人員。)
5. 個人物品：請自備個人應用物品 (如洗滌用品等...)；及瑜伽用品 (運動衣物，瑜伽墊...)。
6. 膳食安排：此次宿營以修習瑜伽為主，餐膳素食供應，(如需自攜食物，亦請備素食)，共六餐-用膳時間：早餐 8:30、午餐 12:30、晚餐 6:00。
7. 營地房間晚上如需冷氣，需自行付費，請自行與房長及房友商量。
8. 入營當日，如有急事，請致電：9336 5798。
9. 如入營日 (8/11 星期五)中午 12 時，天文台仍懸掛 3 號或以上颱風訊號，或發出黑色暴雨警告訊號時，將會取消全營活動及當天不會安排任何活動。
如本會因上述情況而取消瑜伽營計劃及活動，本會將安排退回所有參加者已繳付的瑜伽營費用，退款手續將另行通知。
並請留意本會網上通告，可能在恰當情況下在本會安排講課。
10. 營地地址：香港 長洲 明暉路 6 號 救世軍白普里營；
11. 營地電話：2981 0358

入營路線地圖：跟粗線行：長洲碼頭 → 救世軍白普里營



服務
Serve

愛心
Love

施予
Give

淨化
Purify

冥想
Meditate

開悟
Realize

聖潔生命會 (香港分會) 瑜伽中心

香港郵政總局信箱 679 號
香港北角明園西街 26 號曉峯地下
(港鐵北角站 B1 出口)

Tel: 2887 8719

Fax: 2887 8791



e-mail: dlshk@ymail.com

The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

G.P.O.Box 679 Hong Kong
G/F., Mount East, 26 Ming Yuen Western Street, North Point, Hong Kong.
(M.T.R. North Point Station Exit B1)

<http://www.hkyoga-dls.org>

瑜 伽 營 - 營 內 活 動 守 則

1. 請各營友準時出席各項活動，不遲到早退，要養成守時習慣，不要讓大師等候。（活動程序提早安排，如有任何更改，請留意宣佈。）
2. 所有活動由本會安排專人錄音，請同學尊重版權，不可錄音。
同學如要求此活動之錄音（MP3 格式），可向本會訂購。
3. 營友在入課堂前請簽名，請將手提電話鈴聲關閉，並保持肅靜。
4. 大師進場時，請站立合十敬禮，先讓大師坐下，然後大家才一同坐下；
大師離場時，亦請站立合十恭送。
5. 大師休息時段請勿騷擾，讓大師有足夠時間休息。
6. 營地內不應喧嘩；談話亦應輕聲細語。
7. 請在用膳時間提早 10 分鐘到飯堂，幫忙搬椅子及擺碗筷（請輕力擺放）；
飯堂內的談話亦請輕聲細語。
8. 用膳禮儀：大師進場時，請站立並合十敬禮，先讓大師坐下，然後大家才一同坐下；
待大師唸誦用膳禱文後，方可進餐；用膳後，大師離場時，亦請大家站立合十恭送，然後才收拾餐具及桌椅。
9. 因早上活動在清晨，晚上請儘量要早睡。
10. 每房間都有一位房長，專責房內所有事務，房長有要事可找總負責人商討；
如營友有特別要求，請向你的房長提出。
11. 每房間負責鎖匙的營友，請多與房友溝通（如交換電話號碼）；如有需要可知會其他房營友。
12. 浴室及衛生間乃營友公用，必須保持地方清潔衛生，方便下一位使用，
以免浪費自己及別人的時間，敬請合作！

大家互助互勉，保持愉快心情，享受今次靈修之旅，親近善知識。

服務
Serve

愛心
Love

施予
Give

淨化
Purify

冥想
Meditate

開悟
Realize