

香港 **屈臣氏集團**
學生運動員 將
 AS WATSON GROUP HK STUDENT SPORTS AWARDS
 2023 - 2024

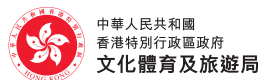
韓國運動交流團紀念團刊



主辦機構 Organiser:



協辦機構 Co-organisers:







目錄內容

屈臣氏集團香港學生運動員獎簡介	01
顧問委員名單	02
代表團名單	03
團員心聲 — 小組領袖	04
團員心聲 — 小學組	05-09
團員心聲 — 中學組	10-14
行程表	15-16
團員守則	17
活動剪影	18-20
屈臣氏集團企業社會責任簡介	21-22
鳴謝	23

YOU ARE STAR

「屈臣氏集團香港學生運動員獎」簡介

屈臣氏集團向來鼎力支持體育運動，回饋社會。要在社會上推廣健康和積極的生活模式，運動是最佳的平台；而鼓勵市民多做運動，活得健康，從學校開始就最好不過。同時，我們亦明白到具潛質的年輕運動員皆從學界冒起，極需要莫大的肯定和鼓勵，以發展在運動方面的潛能和興趣。

「屈臣氏集團香港學生運動員獎」於2005年創立，旨在以「每校一獎」形式推動運動風氣，為社會培育健康新一代，至今已超過16,400名學生獲得此項殊榮。今年共有991位學生獲獎，反應十分熱烈，「You Are Star」是我們對年輕一代的寄語，希望獎項能為社會培育積極上進、熱愛運動的新一代。

宗旨

1. 對具有運動潛質而且品行優良的學生予以肯定
2. 就學生在運動上取得成績加以表揚及鼓勵
3. 鼓勵青少年多參與有益身心的體育活動，從而培養積極、活躍及健康的生活模式
4. 推廣香港學界的運動風氣，為社會培育健康新一代

提名準則

「屈臣氏集團香港學生運動員獎」鼓勵各中、小學及特殊學校校長根據以下準則，每年提名一位就讀於其校的學生為獎項得獎者：

1. 就讀於本地提供全科課程的小學、中學或特殊學校
2. 在體育運動上有突出表現，及能持續推動體育發展之貢獻
3. 品行優良及具有體育精神
4. 獲校長推薦

獎項

每位得獎學生均可獲得「屈臣氏集團香港學生運動員獎」證書、獎學金港幣五百元及獲邀參加「體壇之星」造型攝影及頒獎典禮，其中30位得獎者經甄選參加運動交流團



顧問委員會名單

榮譽顧問

黎啟明先生 — 屈臣氏集團
倪文玲博士, JP — 屈臣氏集團

獎項成立委員

吳曾婉梨校長
林冠新先生
洪進美校長
楊玉麟校長
儲富有校長
楊開將校長

榮譽委員

李樂然校長
胡小玲校長
梁兆棠校長, MH
張勇邦校長, MH

顧問委員

王慶宜女士 — 教育局
胡子祈先生 — 文化體育及旅遊局
王偉傑校長 — 官立小學校長協會
鍾麗金校長, MH — 香港資助小學校長會
胡艷芬校長 — 津貼小學議會
文詩詠校長, MH — 香港直接資助學校議會
連鎮邦校長 — 香港中學校長會
鄧啟澤校長 — 政府中學校長協會
鄭永燦校長 — 香港津貼中學議會
朱佩雯校長 — 香港特殊學校議會
洪楚英校長 — 香港學界體育聯會
鄧智傑教授 — 傑出青年協會
湯振傑先生 — 香港精英運動員協會
李忠民先生 — 香港體育學院

代表團名單

團長

李民漢先生 — 屈臣氏集團
趙詠賢女士 — 屈臣氏集團

獎項成立委員

林冠新先生
洪進美校長
儲富有校長
楊開將校長

榮譽委員

李樂然校長
胡小玲校長
梁兆棠校長, MH

顧問委員

文詩詠校長, MH

陳靖霖 蘇浙公學國際部

五年前，我有幸參與屈臣氏集團香港學生運動員獎泰國曼谷交流團，亦是我首次自己出行的經歷，讓我更理解團隊中不同年齡成員的需要，也為我埋下了日後希望以歷屆得獎學生身份回饋集團的想法。我認為「屈臣氏集團香港學生運動員獎」，不僅是對學生在運動成就方面的肯定，更是希望我們不斷超越自己，把運動員精神發揮極致。因此，我希望能把握今年交流團的機會，陪伴新一屆得獎學生去踏上這趟「Yes I can! 博盡無悔」的旅程！



陳政鋒 香港理工大學

曾經擔任過2019年泰國運動交流團小組領袖，今次很开心能再次被挑選擔任小組領袖。我希望與另外兩位小組領袖分享過往的自身經驗，同時作為一位領袖，我有責任做好榜樣，讓年輕新一代學習。

“Communicate, Mediate, Alleviate”

- 第一，溝通在任何團體都是達到成功的最重要因素。小組領袖的崗位就是在學生和領行人員之間作出有效的溝通，令活動順利舉行。
- 第二，調解持份者之間的不同考慮和觀點，從而在溝通上令各方知道對方所需。
- 第三，紓解組員之間的紛爭，避免衝突發生。

陳貞瑩 香港科技大學

很榮幸能夠以小組領袖的身份再次參與交流團。作為小組領袖，我會運用自己的運動才能及領導才能，為團隊成員樹立良好榜樣，帶領大家朝著共同目標努力。首先，我希望能夠發揮自己的組織及溝通技巧，協調學生的訓練及行程安排。同時，我會以積極的態度及正面的鼓勵，激勵學生發揮最佳表現。此外，作為有多年運動經驗的我，也希望幫助其他成員提升技術及戰術水準。最後，我希望能夠擔任團隊與籌委會之間的橋樑，確保訓練及行程順利進行。





蘇豈瑩 保良局田家炳千禧小學 街舞

每個人心中都有一個夢想，而我的夢想是成為一名舞蹈老師。學習舞蹈的過程中，常常會因為長時間的練習而令我感到疲倦，也會在技巧上遇到瓶頸及感到挫折和失望。每當我想放棄時，我都告訴自己要堅持下去，因為這個夢想是值得努力追求的。回想起自己最初對舞蹈的熱愛，跳舞時快樂和自由的感覺，已經成為我生活中不可或缺的一部分，這份熱情一直激勵著我，使我更堅定地朝著夢想前進，不讓困難阻擋我的腳步。

李卓軒 保良局林文燦英文小學 足球

受到父親的影響，我從小便熱愛足球。每當遇到困難時，我會與家人傾訴，父親會觀看我的比賽片段，並嚴厲地指出我的錯誤。雖然有時感到沮喪，但我深思後了解到自己的問題，於是更加努力練習，聽從教練的指導，並在課外時間進行額外訓練。儘管基本技巧的練習枯燥無味，但我明白熟練這些動作對比賽的重要性。在觀看過球星碧咸的紀錄片後，我瞭解到他每日練習罰球100次，這讓我更肯定成功來自不斷努力。



衛家凝 培僑書院 劍擊

我最喜愛的運動是劍擊，每一步的躍動既是速度，亦是智慧。習劍三年，我每一天都為劍擊著迷，憧憬帶著一股熱血，去追尋我的夢想——踏上奧運會的頒獎舞台。我當然知道要實現這個夢想是非常艱難的，途中需要面對大小困難，但我相信，只要堅持夢想，便有成功的機會。就像牛下女車神李慧詩一樣，雖然她在練習時多次受傷，有一次甚至手腕骨裂，但她沒有放棄，繼續練習，最終踏上奧運舞台。



陳稀晴

香港學堂國際學校 短跑

我從四歲開始練習田徑，去年越級挑戰，在全港賽獲得了殿軍，今年更是取得了亞軍。這些成績不僅是對自己的肯定，也是我堅持下去的動力。在訓練和比賽中，我面臨過很多挑戰和困難，有時會感到沮喪和無助。我會向家人、朋友和教練尋求支援和鼓勵，他們的陪伴讓我感到無比溫暖。爸爸教導我要相信自己的能力，不要輕易放棄。我最近也學會了檢討自己的不足，努力改進和提升自己的能力。我相信只要堅持不懈，努力奮鬥，就一定能夠實現夢想。



許漢峰

香港九龍塘基督教中華宣道會陳元喜小學 劍擊

劍擊是最熱愛的運動，它不僅是體能的挑戰，更讓我學會了如何在賽場上控制情緒、保持清晰的頭腦和集中力沉著應戰，同時，也加強了我的自律能力和毅力。每當我面臨困難或挑戰時，我都曾通過加強訓練或尋求教練的指導來解決問題，我堅持下來的原因是我對劍擊的夢想和熱愛，並相信困難只是暫時。當我在比賽時取得勝利，這份成就感更成為推動力，激發我不斷向成為出色的劍擊運動員及代表香港出戰奧運的目標前進。

陳廷翰

迦密愛禮信小學 短跑

田徑的路，真的不簡單……由當初什麼都不懂的小胖子，儘管跑得比別人快一點點，但要進行一些高強度的訓練，身體還是吃不消。記得剛開始訓練的時候，手腳協調一直都練不好，達不到教練的要求，導致自己的成績未能夠有大的提升，更一度懷疑自己而想放棄。但在媽媽的鼓勵下，我努力修正協調問題，雖然我的動作不是每次都能完美達到教練的要求，但我會竭盡所能去完成，因為這是最喜歡的事！





鄭天欣 真鐸學校 羽毛球

我是一名小學六年級學生，夢想成為職業羽毛球運動員，為港爭光。實現這個目標並不容易，但我不會輕言放棄，而是通過專業和勤奮的訓練來達成夢想。在訓練中，我常遇到體能和技術上的困難，看到隊友進步而自己停滯不前時，內心充滿沮喪和質疑。每當我猶豫是否放棄時，教練的一句話讓我重新燃起鬥志：「每一個成功的運動員，不一定個個都是有天賦，你不知道他們成功的背後付出多少。」這讓我堅信，只要全力以赴，最終結果不會辜負我的努力。

黃啟焯 青松侯寶垣小學 拉丁舞

每個人都有夢想，而我的夢想是成為拉丁舞教練。雖然我的學術成績稍遜，但拉丁舞帶給我自信和動力。一星期四天的排舞，即使辛苦和沉悶，我也會堅持。放學後，我背著沉重的書包，乘上漫長的車程去練習，夜深才回家，但看到自己的成就，再累也是值得的。怕痛的我，即使腳趾生了四粒「雞眼」，也會忘記痛楚，堅持跳舞。我要感謝媽媽的支持和鼓勵，讓我在追求夢想的路上不孤單，更有決心。無論多辛苦、多困難，我都不會放棄，堅持追求我的夢想。



陳御鋒 聖公會奉基千禧小學 排球

我的夢想是成為一名出色的排球運動員，這絕不容易，需要大量努力和時間。去年學界比賽碰上呈分試，我一邊密集訓練，一邊溫習，結果病倒了。比賽當天，我抱病上陣，表現失準，最終與冠軍擦肩而過。我非常自責，覺得辜負了隊友和教練的期望，甚至想過放棄夢想。每當想放棄時，我會提醒自己，排球是我最熱愛的運動，享受與隊友共同奮鬥的時光。排球教會我接受失敗，找出不足，不斷改進。我相信只要堅持，不怕艱苦，一定會實現夢想！



黃佳瑜

佐敦谷聖若瑟天主教小學 游泳

五歲開始學游泳，夢想成為游泳健將。低年班時，這夢想像種子般在我心中萌芽。去年校際比賽前夕，我加強訓練，但技術無進步，令我焦慮。教練為我尋找適合的方法，媽媽幫我制定時間表，讓我兼顧運動和學業。看到他們的盡心幫助，我決心努力訓練，雖然過程艱難，但我堅持了下來。每次比賽的進步給了我希望，夢想需要付出才有收穫。最終，我在校際游泳比賽中取得了冠軍。這次經歷讓我明白：「付諸行動，貴在堅持。」



劉千嵐

九龍塘學校 網球

我的夢想是成為一位職業網球員，目標要贏大滿貫冠軍。我明白在實現夢想路上，將面對不同挑戰。去年我曾代表學校參加全港小學校際網球比賽，但卻意外地在八強出局，賽後我十分失望，並質疑自己的能力，但家人的支持及教練的鼓勵，令我重拾信心。今年，我再次參加小學校際的網球盛事，最終奪得女子乙組冠軍。這件事令我明白到，運動員的路從來都是崎嶇不平，但無論遇到什麼挫敗，也不要輕易放棄，相信自己的能力，努力去克服困難。

鄭淳雅

瑪利曼小學 網球

As a junior tennis player, my dream is to win a Grand Slam like the Australian Open, Roland Garros, Wimbledon, or the US Open. Winning such a prestigious tournament is not just about the prize, but also about the immense challenge it presents. British teenager Emma Raducanu won the US Open in 2021, and Hong Kong's Coleman Wong has secured a spot in the Roland Garros qualifier, proving it's possible. Winning in tennis isn't easy as every player trains hard and has strong skills and fitness. Tennis requires both physical and mental perseverance. During difficult matches, I adjust my mindset, take deep breaths, and encourage myself. I focus on playing well rather than the outcome, review my mistakes, and stay positive. As the saying goes, "The only guarantee in failure is to stop trying," so I will keep pursuing my dream and making it come true.





李樂程 聖羅撒學校 舞蹈

六歲時，我開始接觸拉丁舞。半年後首次參賽，未能取得好成績，感受到不甘心，渴望成為冠軍。練習中，我遇到技術瓶頸、激烈競爭和身體疲憊，曾想放棄。然而，這些困難塑造了真正的我，我靠著堅持和熱誠克服困難，追求舞蹈夢想。每次挫折和失敗都是學習和成長的契機，使我更謙虛、更堅定。我會繼續努力，相信只要堅持和保持熱誠，就能在舞台上綻放光芒，實現成為頂尖拉丁舞舞者的夢想。

鄧正允 天神嘉諾撒學校 武術

「夢想」讓人感到遙不可及，但原來只要努力，夢想是可成真的。我的夢想就是能夠代表香港參加國際武術比賽，為香港爭光。我五歲開始接觸武術，漸漸對這項活動感興趣，在師父的教導及提拔下，八歲成為香港武術代表隊成員，九歲成為體院獎學金運動員。每天長時間的訓練，令我曾有放棄的念頭。幸好得到隊員們的鼓勵，讓我堅持不放棄，努力訓練。俗語有云：「台上一分鐘台下十年功」，相信我們的汗水和努力一定會得到回報的。



陳澤邦 喇沙小學 田徑

在我小時候，我的夢想和其他小朋友一樣，成為一位勇敢的英雄。現在我的夢想是成為一位傑出的運動員，代表香港參加國際賽事，為香港爭光。我知道成為一位優秀的運動員會面臨許多困難，當我遇到困難時，我會回想追求夢想的原因和意義，激發動力，並與志同道合的人交流，尋求他們寶貴的意見，以克服困難。我也明白成功之路是漫長的過程，深信成功不會輕易到來。但我堅信只要堅持不懈，就會看到成功的曙光。



潘紫嫣 德望學校 擲項

我的夢想是成為啟發他人的運動員和新世代領袖。作為學生運動員，我面臨學業壓力，練習使我少了溫習時間，影響學習。中三時，即使日夜溫習卻考試失手，讓我逐漸明白實現夢想需要時間和努力。我學會了設定合理目標和制定學習計劃，平衡學業和夢想，竭盡全力做到最好。我相信，只要不被困難打敗，終會有意想不到的收穫。



何進滄 香港仔浸信會呂明才書院 花式足球

每日4-5小時竭盡全力訓練的成果，卻換來別人的一句「花式足球都唔叻」或「有天份隻腳快就得啦」，所以我一直提醒自己「必須很努力，才能看起來毫不費力」。學業與運動的平衡、極少的休息等等…都是路途上的層層障礙。每當我面臨這些障礙，我都曾立刻在腦海幻想自己成為世界冠軍的一天。只要想到這個畫面，我就知道再多的付出也是值得的，即使面對再大的挑戰都毫不懼怕！

樊卓琳 香港培道中學 體操

每當我面對困難和挫敗時，我總會想起我的初心和目標。每一次從寬10厘米的平衡木上跌下、每一次在比賽中的失敗、每一次在做空翻所帶來的傷痛…令我的心猶如墜落在冷徹的河水，感到無比的冰冷和失落。但是，總會有一份力量充斥在我的心房，就是那份初心和目標。我做體操的初心是獲得快樂，即使面對任何的挫折，只要一想起自己付出的努力、留下的汗水，只要一穿上那件光彩耀眼的體操衣，自信地踏上熟悉的舞台…一切付出都是值得的。





余燦祈 保良局董玉娣中學 足球

從4歲接觸足球開始，我便愛上了足球，夢想是要當一名體育老師，我渴望能把自己的運動技巧和體育知識傳授予下一代。升上高中後，要在學業、課外活動和足球路上取得平衡變得困難，常常會因為練習而無奈地放棄出席某些活動。大概3個月前我曾經有一刻想放棄足球，教練的說話和家人的鼓勵讓我重新思考及確立目標，重燃我對足球的熱情和動力。現在我繼續在足球場上馳騁，也在學業上加倍努力，相信我的堅持可以迎接一個又一個的挑戰。

梁洛源 五邑司徒浩中學 霹靂舞

我是香港霹靂舞青年組別代表隊隊員。從小學六年級參加學校霹靂舞的課外活動開始，我就被舞蹈中的高難度動作和魅力吸引。時至今日，我接觸霹靂舞已經有五至六年的時間。明年，我會由青少年組別晉級公開組別，將會遇到更多有實力更強的舞者。而我的夢想是入到香港公開組霹靂舞代表隊，並且能夠代表香港出戰世界級賽事，為港爭光。



洪逸朗 滙基書院(東九龍) 足球

受到父親的影響，成為一名體育老師兼出色的運動員是我的夢想。運動不僅能提升體能，還能培養團隊合作、自信心和領導能力，這些對個人成長大有莫大裨益，因此我希望在學校推動運動，讓更多孩子享受運動的樂趣並受益。儘管夢想的道路上會遇到挫折，但我會牢記初衷，迎難而上，並尋求家人、朋友和老師的支持。失敗是成功之母，我相信自己不會因小挫折而放棄推廣體育運動的理想。



林巧敏

瑪利諾修院學校(中學部) 乒乓球

我的運動之路可以追溯到小學時期。看著其他運動員在賽場上展現英姿，我渴望成為他們中的一員。隨著我不斷深入接觸不同的運動並嘗試去精通它們，深深地被運動的魅力所吸引。每次訓練讓我汗流浹背，每次突破紀錄都帶來驚喜和興奮，這讓我更加希望能將這份熱愛變成我的職業。當我成為一名運動員後，意識到時間是我最大的敵人，因此我希望投身運動科技研究，利用科技幫助更多的運動員突破人類的極限。



陳豐弘

香港鄧鏡波書院 籃球

我的夢想是成為職業球員，代表香港隊比賽，並且能夠以師兄教練的身份，將自己的經驗技能傳承給下一代。失敗兩個字，在運動員的字典裡一定會出現，我們經常都會遇到很多困難，甚至有想放棄的時刻。每當我想放棄的時候，夢想令我在困難中堅持下去。籃球名宿 Kobe Bryan 曾經說過，每當你早起訓練，在想放棄的時刻堅持，你正在追夢的路上。追求夢想是困難的，否則如此容易成功，便不會能夠叫做夢。

何卓瑤

東華三院邱金元中學 跆拳道

每個人都有夢想，有些人想做商家，有些人想做醫生，亦有些人想做律師！而我從小就十分喜愛運動，所以我的夢想是成為一位出色的運動員！我是跆拳道香港代表隊及跳水運動員，我的夢想是代表香港在國際賽事與來自世界各地的選手切磋，藉此提升技術，擴闊視野。我知道運動員在一個項目取得成就已很困難，而希望雙線發展的我當然無可避免地有無數次想放棄的時刻。但我相信只要我在過程中努力、有所得著，結果如何我也無悔了。





嚴浩晴 聖保羅男女中學 乒乓球

Under the watchful eyes of the audience, as the youngest member of the Hong Kong Youth Table Tennis Team, I played a charity match with Olympic gold medalist Ding Ning. At eight, this moment ignited dreams of representing Hong Kong in world tournaments and uplifting the community through table tennis. Five years later, balancing studies and training with full-time athletes, I achieved major championship titles and represented Hong Kong in prestigious competitions. Realizing one dream, I founded BreakSpark, a non-profit fostering intergenerational connections through inclusive sports. Now, at 18, I co-host events with organizations like Caritas, inspiring resilience and determination in the younger generation.

陳穎文 迦密中學 排球

我的夢想是將自己的興趣作為人生的道路，進入港隊，當一個排球運動員。我明白這條路當然不是容易的，因我比較遲才接觸排球，所以遇到的困難也不少，例如：遇到瓶頸位、防守不夠好、跳得不及別人高、受傷等。當面對困難時，我認為隊友的鼓勵、家人及朋友的支持和不服輸的心態是鼓勵我堅持下去的原因。雖然我經常都懷疑自己的能力，亦經常都想放棄，但當我想到我未完成自己的夢想，便不甘心就此放棄，我會咬緊牙關，盡力完成自己的夢想。



包碧芝 玫瑰崗中學 跨欄

Dreams are a series of thoughts. Reflecting deeply, I discovered my dream is to represent Hong Kong's Track and Field team. I've always enjoyed sports, especially track. A highlight was in primary one, winning my first sixty-meter race. Sports have always been my happy place.

In secondary school, I chose physical education as my elective, blending sports knowledge with practical training. I am now interested in sports science and physiotherapy, which could enhance my abilities as a Hong Kong track athlete and help in educating injured athletes on recovery.

A significant hurdle crash taught me the meaning of fear. Injured four weeks before a competition, I was anxious and despondent. Guided by my coach, I turned to imagery and personalized training plans. A week before the event, I recovered and overcame my fear, learning resilience.



紀子蕎

臺灣官立中學 藝術體操

When I first set foot on the field, a vivid dream surged through my veins: competing in the World Championships. This aspiration ignited at age six when I watched a YouTube reel of the Rhythmic Gymnastics World Championships, showcasing the world's top gymnasts. This dream fueled my relentless pursuit of excellence, driving me to overcome obstacles.

The journey to the World Championships is fraught with hurdles. Injuries, self-doubt, and defeats tested my resolve, but each setback became a catalyst for growth. My coach and family's unwavering support lifted me from rock bottom, instilling confidence and reminding me I'm not alone.

Passion fuels my dream, rekindling determination every time I step onto the field. Though the path is challenging, the rewards are immeasurable. With resilience and unwavering belief, I am committed to turning my dream into reality.



葉珀銘

瑪利諾神父教會學校 跳繩

我學習花式跳繩，已有十一個年頭。由第一天嚷著不學跳繩的小一生，到今天每星期訓練十二小時也不厭倦的我，那份對跳繩的熱愛不言而喻。我的夢想是要獲得一次花式跳繩的世界冠軍，相信每一位運動員也會以不斷追求進步和尋求突破為目標。而參加比賽，往往便是鞭策自己進步的動力。有了想勝出的心，便會更努力做到最好。我相信，只要繼續向夢想進發，總有一天我也可以世界冠軍的光環來答謝教練、隊友和家人一直的支持。

胡俊浩

香港扶幼會盛德中心學校 羽毛球

我的夢想是成為一名體育老師。初中的時候，由於我並不能像一般主流學生遵守規則，因此我被定義為問題兒童，更被轉介入寄宿學校。在我剛入讀時，我並不想與其他同學溝通，亦對自己的人生感到絕望，但我的體育老師不斷鼓勵我去參加不同的體育活動，讓我透過運動與其他同學交流及釋放壓力。每當我遇到困難時，我都會向體育老師請教，這些經歷讓我明白到教育的重要性。

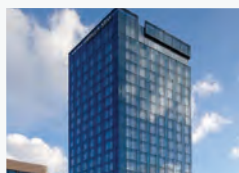


行程表

7月21日〈星期日〉



- 06:30 學生集合
 - 09:20 乘搭CX410航班 香港出發
 - 14:10 抵達仁川國際機場
 - 16:30 參觀蠶室綜合運動場及觀賞韓國職業棒球聯盟比賽(KBO League)
 - 19:00 晚餐
 - 21:00 入住酒店及活動檢討
Shilla Stay Guro
- 地址 596 Siheung-daero, Dongjak-gu,
Seoul, South Korea
Tel: +82 2-2162-9000



7月22日〈星期一〉



- 07:45 早操及早餐
- 09:00 參觀**韓國體育大學**，與當地學生交流，
體驗不同運動
- 12:00 午餐
- 13:30 參觀**韓國國技院**，跆拳道學習及體驗
- 16:00 韓國K-POP舞蹈體驗
- 18:30 分組晚餐及逛夜市



行程表

7月23日 (星期二)



- 07:00 早餐
- 09:30 參觀**鎮川國家訓練中心**，與當地運動員及教練互動
- 12:30 午餐
- 15:00 參觀**AMOREPACIFIC**總部，學習護膚知識
- 18:00 晚餐
- 19:30 遊覽弘大藝術街及弘大商圈，了解南韓青年生活文化



7月24日 (星期三)



- 07:30 早餐
- 08:30 城市遊蹤 (City Orienteering)，分組完成任務，從活動中體驗當地生活文化及增加對南韓的認識
- 17:00 晚餐及分享



7月25日 (星期四)



- 07:00 早餐及退房
- 08:30 參觀**松鶴海苔博物館**，DIY泡菜及韓式飯卷，體驗傳統韓服
- 11:00 午餐及韓國傳統手工藝體驗
- 15:10 **乘搭CX411航班回港**
- 18:05 抵達香港國際機場





1. 各團員必須攜帶有效的外遊證件
〈如：香港身份證、香港特區護照及簽證〉。
2. 使用合適的行李箱或背包，加上容易識別之記認，並確保行李內不包含任何危險或違禁品。行李箱的重量請勿超過20公斤。
3. 如對食物或藥物敏感，必須於以書面向本集團申報，並請勿提供任何藥物予其他團員使用。
4. 未經本團職員同意，不得擅自調換組別、房間
〈不可進入異性房間〉、外出及離隊。
5. 請帶備個人所需之日常用品
〈如：藥物、護理或洗衣用品、團隊制服、替換衣物或口罩等〉。
6. 需自行清洗衣物及保持個人衛生習慣。
7. 出發前如參加者感身體不適，經諮詢醫生意見後需放棄行程，家長或監護人必須提供有效之醫生證明文件，否則必需支付本團的所有支出費用
8. 交流團期間緊急聯絡電話：3521 6225







屈臣氏集團



屈臣氏集團於1841年在香港創立，現已發展成全球最大的國際保健美容零售商。集團開創O+O（線下及線上）零售新標準，在28個市場經營12個零售品牌合共超過16,500家商店，擁有12個零售品牌，並於全球聘用超過13萬人，每年透過我們的O+O平台服務超過55億名顧客。

屈臣氏集團視可持續發展為己任，希望透過環球業務網絡，創造一個更美好的世界。集團積極實踐社會願景，致力令每一位顧客會心微笑。

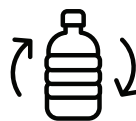
2023年可持續發展成就



贊助**6,500+**
個微笑修復手術



全球**33,000+**
位義工



回收**12,500萬+**
個膠樽

284,000+



服務**284,000+**
位有弱勢社群



捐贈**1,000,000+**
飯餐予有需要人士



為**70,000+**位
青年帶來就業機會

屈臣氏集團 Project LOL 愛心計劃



以微笑回饋社會

屈臣氏集團以愛同行超過180年，一直熱心服務社區，積極履行符合社區需要相關的社會願景，同時支持員工積極參與慈善活動，以行動服務社會。

集團自2016年推出 Project LOL 愛心計劃，透過健康、教育及關懷社區三大範疇回饋社會，希望為世界帶來更多關愛(Lots of Love)、更多歡笑(Lots of Laugh)。

健康

善用保健零售商的優勢及資源，定期舉辦免費健康講座、檢查及諮詢等，照顧社會上有需要的一群。

教育

投放大量資源以支持本地青年培訓及體育發展，致力推廣積極及正面的人生觀。

關懷社區

積極與團體合作發展合乎社區需要的計劃和慈善活動，支持員工參與義工活動，回饋社會。

如欲了解更多關於
ProjectLOL的詳情，
請瀏覽 projectlol.hk



我們衷心感謝下列人士及機構支持和協助
「屈臣氏集團香港學生運動員獎 2023-2024」活動


(排名不分先後)

機構： 香港屈臣氏
香港體育學院
香港專業進修學校
香港知專設計學院
香港浸會大學附屬學校王錦輝中小學
ShotCourt Photographer Limited
Gimme 5 Media Services
Good Well – Fortune Property Services Limited

歷屆得獎學生： (以筆劃排序)

江欣蕎	周雋	姜浺淳
梁鈞堯	莫靜淇	許鎧珈
陳依明	陳貞螢	陳殷廷
陳樂晴	陳穎炯	游家文
童銳衡	黃洪濤	劉家志
羅偉峰		



 ssa.aswatson.com

 ssa@aswatson.com

讚好並緊貼獎項活動的最新動態：

 ASWProjectLOL

  aswhkssa

支持機構
Supporting Organisations



屈臣氏集團
香港新界沙田火炭禾輦坑路1-5號屈臣氏中心
www.aswatson.com

 A member of CK Hutchison Holdings
長江和記實業成員

此刊物以環保紙印製