



總監俱樂部

會訊

2025年12月號



文：蔡麗珊委員

秋冬進補 良朋共聚

香港童軍總會總監俱樂部中菜廳，會定期推出新款菜式及會員優惠。正值秋高氣爽時節，首次推出【秋の味蛇羹鮑魚宴】，並於10月28日、11月4及5日舉行「秋風喜·蛇夜宴」，讓會員優先品嚐幾道新菜式。



蛇羹鮑魚宴

俱樂部執行委員會主席張啟環先生，與各委員及「會所及演藝事務部」總監，為了支持盛會，特於首日活動預訂2席，並提供食後評。各位均認為蛇宴份量十足，蛇羹美味可口，蛇丸爽口彈牙，羊腩暖人脾胃，鮑魚軟腴味濃。除了我們外，當晚還有數十位會員參加首日活動後，都讚口不絕。



食後評，「秋風喜·蛇夜宴」令人暖心暖身，整晚氣氛熱烈，值得向大家推介！



香港童軍總會總監俱樂部

秋の味蛇羹鮑魚宴

菊花太史五蛇羹
蜜豆百合珊瑚花姿
百花炸蛇丸
蠔皇八頭鮑魚扣玉掌
古法蒸蠔螺斑
雙冬羊腩煲

生炒臘味糯米飯
敬送：精美甜品

星期一至日及公眾假期供應：
此菜單只限大眾團體供應，貴賓另議。

全包價 (12位用) **\$3,688** 半席價 (6位用) **\$1,888**

*半席份量減半，
每席包：生炒/臘味/蠔皇(12位) 龍蝦鮑魚供應 特選日子炒麵
每席送：靚定神酒六支共12樽，其餘龍蝦中可同時使用。八折生日晚平優惠

歡迎各俱樂部會員光臨惠顧，查詢及訂座電話 2730 8668
九龍柯士甸道童軍徑香港童軍中心8樓

匹克球(Pickleball)富有羽毛球、網球及桌球特色的拍球類運動。1965年，Mr Joel Pritchard及Mr Bill Bell在華盛頓家中羽毛球場上，利用木拍、一個穿孔塑膠球及一張調低了的網子，創造出這種結合適度運動量和社交樂趣而又能讓各年齡層人士參與的運動。更有趣的是有傳運動名稱取自Mr Pritchard家中小狗” Pickles”，它時常追逐匹克球並叨著來回跑。

匹克球是在羽毛球場上進行，而球網則降至34吋高度，塑料球堅硬耐用，賽制近似乒乓球。參加者不用激烈走動，相對其他球類運動更加安全及更有樂趣。

匹克球也很注重禮儀，當每次完成一場比賽，雙方參加者會齊集網前，以球拍互相輕擊，以表示致意。



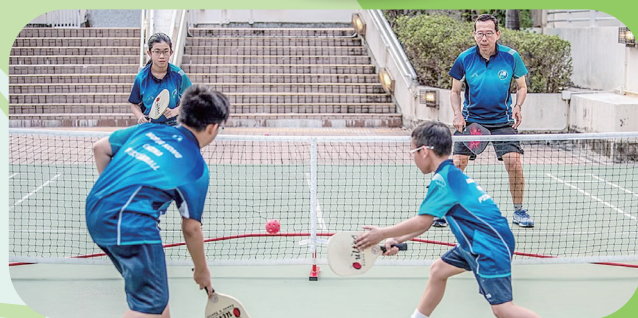
新興運動(三) 匹克球

文：李婉怡委員



易學的匹克球玩法及規則

- 必須是低手發球，球拍擊球點不能高於腰部，從底線後方發球。
- 必須發向對角的發球區，且球必須越過網前7英尺的「非截擊區」，不能落在其線上或其內。
- 當發球時，需要以對角線進行，而且必須越過非截擊區及不可觸線。



簡單的匹克球計分方法

- 只有發球方能得分。接球方贏得回合時，僅能取回發球權。
- 通常以先得到11分（世界錦標賽則以15或21分為基準），且領先對手至少2分者獲勝一局。
- 如果比分來到（10-10），比賽將繼續進行，直到任一方領先2分為止。



於2017年，香港引入此項新興運動，現時可提供教練支援的機構是附屬於亞洲匹克球聯合會之中國香港匹克球總會。在2020年，本港首次舉行了 2020年香港匹克球公開賽(The Hong Kong Open Pickleball Championships 2020)。

香港康樂及文化事務署在2021至2022年度推行「新興體育活動資助先導計劃」，匹克球是其中之一類運動，從2025年1月15日起推行試驗計劃，開放7個免費戶外羽毛球場供市民打匹克球。

值得我們高興的是，在本年10月份，誕生了3名職業匹克球球員，這是香港匹克球從業餘邁向職業化的重要一步。



匹克球簡單易學，場地要求不高，受傷機會低，不同年齡層也可參與，非常推介在童軍活動中進行這運動，既可讓童軍成員多做運動，更促進成員間互相交流。

資料／圖片來源

- (1) 香港康樂及文化事務署 https://www.lcsd.gov.hk/tc/facilities/facilitieslist/landports/sportscentres/opening_up_arena.html
- (2) 中華民國匹克球協會
- (3) 中國香港新興運動協會 China Hong Kong Newly Emerged Sports Association
- (4) ELLE： www.elle.com.hk/beauty_and_health/about-pickleball-story
- (5) www.pickleheads.com/guides/how-to-play-pickleball
- (6) 維基百科：<https://zh.wikipedia.org/wiki/匹克球>

基本會員

王嘉豪
黃家榮
李穎嫻
王重光
黃英豪
鍾就華

鄭曉琳
梁潤養
吳燕儀
周鈞健
李明浩
潘婉清

胡海光
潘朋智
鍾采彤
蕭福生
朱加生
陳子聰

莫海澄
曾璟珩
黃冰芬
蘇棧鋒
張永強
譚頌勤

周駿達
邱品羲
鍾綺雯
陸秀娥
徐佩珊
容佩欣

李成林
謝海發
張浩賢
張漢邦
區永裕
周勤錫

附屬會員

蘇麗珍
楊越平
葉學賢
呂樹發

陳保華
彭沛華
陳子鵬
陳瑞蓉

鄧慧芬
黃信文
林紹基
潘小鳳

王淑芬
鄭浩剛
呂子麟
黃偉權

梁其欣
黃慧瑩
霍麗述
郭德琳

楊巧蓮
黃靖宇

貴賓會員

錢劍輝

歡迎新會員加入

監督：李尚東 總編輯：李婉怡 編輯：黃磊石

聲明：任何人士參考本會訊刊載的資訊所招致的影響、責任或損失，總監俱樂部概不負責。

瑤柱
蘿蔔糕

佳節價：
\$148/個

金箔
紅棗糕

佳節價：
\$148/個

孖寶套裝
佳節價:\$268
燕窩椰汁凍糕除外

燕窩
椰汁凍糕

椰汁
紅年糕

佳節價：
\$148/個

臘味
芋頭糕

佳節價：
\$148/個

年年大有餘
年糕

佳節價：
\$268/盒

100%香港製造
100% Made in Hong Kong

購買及換領地點：

* 取糕日期: 2026年 02月06日至15日止，逾期作廢

九龍柯士甸道童軍徑香港童軍中心8樓總監俱樂部

歡迎各會員與親友蒞臨中菜廳共享各款美食佳餚

電話：2730 8668 / 6284 0881

粵品匯
YUE CUISINE