



遠足線

長征旅行隊

6月12日「南風長走」晨8時30分北潭涌麥徑路口集合起步，西灣路登西灣山，萬宜主壩，白蠟村，東丫坳，南風灣水源地大休，午後，東/北丫村，元五墳，起子灣，上窰，北潭涌散，全程烈日山行7小時，量力參加。

查詢：3126 2098 胡其

冬梅之友「遊芝麻灣郊遊徑」

6月11日早上8時45分大嶼山東涌港鐵站B出口附近認旗集合，準9時正乘車往貝澳起步，循芝麻灣郊遊徑直入近青年旅舍處回走東灣，出十壩過橫塘，沙灣越水井灣暢休，休後沿山徑落梅窩散隊，交通糧水自備。

聯絡電話：何國雄 9229 0611

綜合線

獵影遊

本會6月活動通訊已公開派發(港島士丹利名峰松柏地球之友，九龍三軍山學社香港攀山中心大自然，Overlander戶外用品、新界行山站雄峰欣悅坊等。)或附回郵信封寄馬鞍山郵政信箱79號收。史蹟賞遊「海上遊覽導航燈塔」。12日(周日)額滿，多謝支持，本會與香港市政務職工總會合辦「實用攝影技巧興趣班」，對象為初學數碼攝影人士。晚上上課，灣仔皇后大道東146-148號明仁大廈3樓。三堂一實習(6月22日(周三)、29日(周三)、7月1日(周五))外影，7月12日(周二)，須報名收費。

查詢：7551 3804 郭志標

網址：<http://photohiking.com>

珊瑚海「街渡」渡輪服務

三家村(鯉魚門)——東龍島乘雙層渡輪鯉魚門往清水灣半島對岸之南佛堂東龍島，島上有古炮堡和古石刻「石壁畫龍」遺蹟。戶外露營、燒烤場地、垂釣、拾螺、攀石、觀賞日出日落、星象和觀浪旅行的好去處。回程更可往著名旅遊地點鯉魚門品嚐海鮮或參拜天后廟。逢星期六、日及公眾假期啟航。來回票HK\$30，大小同價。

查詢熱線：2513 1103

售票處：九龍鯉魚門三家村小輪碼頭。乘搭港鐵者，可在油塘站A2出口，步行約10分鐘便到達三家村小輪碼頭。

星藝旅行團

坪洋古道闖三塘 (12號) 晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發，首往茂林扶翠金山郊野腹地，漫步涼風迎面指助，德羅、石梨貝三塘環迴徑、途經之處潭澤水清，時花盛放美景連生(中午特約尼巧製素宴)，續遊北陸邊區坪洋古道、瓦窩下、禾徑山、近望即將發展深港連塘汽車通關，並加遊樓台水榭柳樹連綿之藏霞精舍，全日冷氣車隨團，另每位贈送街坊盛讚仔寶包點。每券\$140，△18/19父親節：中山啖荔，僑鄉攬勝。

查詢：

券站：△中環大道中151號英記茶莊△北角琴行街26A金輝藥行△九龍旺角道英記茶莊△2565 8691、6417 0168。

友誼之旅會

※全港首創單身會，飛越二十五載※

歡迎正職男女(色情免問)

12/6下午茶敘；19/6生態美食團；26/6麻雀美食OK樂；2/7水舞間珠海美食兩天團。逢三社交舞班，逢四卡拉OK連自助餐。以上節目早報名，額滿即止。本會為非牟利團體，歡迎正職男女(色情免問)。

地址：九龍油麻地碧街46號祥興大廈406室(油麻地地鐵站A2出口，彌敦道540-544號)

電話：2771 3900、2384 1156

網址：<http://marybeauty.com>



小島風光 漁村風情

南丫島可說是港人熟悉的離島之一，山不多路又好走，小小的避風港充滿漁村風情，登山過後還可品嚐著名的海鮮美食。夏日抽空到郊外走走，由島上的榕樹灣步行往洪聖爺灣，領略沿途景物與最新動態。與村民閒聊，得知近年很多島外人搬進來，享受小島風情生活。

■香草園在洪聖爺灣海邊旁



■島上農場

南丫島是繼大嶼山和香港島之後的香港第三大島嶼，位於香港島的南面。離開碼頭踏進大街，舉目所見商店林立，海鮮酒家的名字個個醒目易見。大街走盡進入幽靜榕樹灣後街，由熱鬧進入幽靜地帶，可見一幢幢小型別墅式三層樓房。



榕樹灣 華洋雜處漁村

■島上漁港風光



■碼頭迎送着居民和遊人

洪聖爺灣 碧海藍天沙灘

眾所周知，南丫島無論是榕樹灣或是索罟灣，在離碼頭不遠都有「海鮮一條街」，價錢豐儉由人，是品嚐美味海鮮食店的熱點，因而遊客頗眾，同時賣雜貨的士多店在門前擺放椅子，外籍人士最愛閒坐聊天。

從大灣村鄉道南出，跨大道經營署而進入洪聖爺灣，海灘旁的商戶新陳設，使這個老海灣注入一份年輕色彩，從中可欣賞富藝術的設計及享受小灣恬靜的悠閒。平日到南丫島的年輕人居多，華洋共處沒有半點國籍隔膜；在晴朗夏日欣賞碧海藍天美景，雖然天然美景有點被電廠大煙囪破壞，但美麗的洪聖爺灣依然迷人。



■遊人在海灘度夏日

香港首個有機香草園

在綠色生活的大趨勢下，假日往郊外農場自種自摘自吃越來越流行，除了有機菜農場，士多啤梨園，現在種植香草的園地也漸普遍，在榕樹灣的香草園，2003年設立的香港首個有機香草園，種植多種香草，園內設有香草cafe，供應40多種自製有機香草茶，亦售賣風乾香草及香茅茶、香草盆栽、有機蔬菜，並舉辦有機香草耕種、香草軋染、自製香草曲奇等活動班。

香草園小賣部除了售賣蔬果、種子、乾花，還有盆栽出售，遊人學過了種植法，自購一盆香草回家，可觀賞，又可隨時採摘下來。參觀過後，一起學沖香草茶，品嚐香草曲奇，讓整個個人由外到內都香氣滿溢。

地址：南丫島洪聖爺灣海邊

交通 去程/回程：乘港九小輪來往中環與南丫島碼頭。

2011年6月7日 今日電視節目表 (星期二)

無線翡翠台	無線明珠台	J2數碼頻道	亞視本港台	亞視國際台	中央電視台-1 (數碼頻道)	中央電視台 (國際頻道)	鳳凰衛視中文台	有線電影1台	有線體育台
6:00 人魚小姐 6:25 瞬間看地球 6:30 香港早晨 8:55 瞬間看地球 9:00 交易現場 9:45 金曲挑戰站 9:50 快樂長門人 10:00 天龍八部之六脈神劍 10:30 蝸居 11:30 宣傳易 11:35 新聞提要 11:40 交易現場 11:45 老友狗 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 1:00 午間新聞/瞬間看地球 1:20 左右紅藍綠/都市閒情 2:10 宣傳易/今日VIP 2:45 電視廣告埋喉揀及交易現場 2:50 皆大歡喜 3:50 雙子公主及交易現場 4:20 放學ICU/寵物小精靈DP 5:20 花漾明星/財經新聞 5:55 有營煮餸 6:30 六點半新聞報道 6:55 天氣報告 7:00 天下父母心 7:30 東張西望 8:00 誰家灶頭無煙火 8:30 花花世界花家姐 9:30 怒火街頭 10:30 街坊廚神 11:00 晚間新聞及新聞檔案 11:35 天氣報告/瞬間看地球 11:45 娛樂頭條 11:55 電視廣告埋喉揀 12:00 今日財經/宣傳易 12:15 師奶兵團/宣傳易 1:25 今日VIP/無間音樂 2:55 粵語長片：銀紙世界	6:00 Bloomberg財經第一線 7:30 NBC世界新聞 8:00 普通話娛樂新聞報道 8:30 教育電視 10:30 交易現場 11:00 金融行情 11:30 學習之神 11:32 金融行情 12:00 CCTV News - 直播 1:30 金融行情 2:00 交易現場 2:03 金融行情 3:58 交易現場 4:00 猩猩"Sing" 4:30 月亮先生 5:00 午間新聞/瞬間看地球 5:30 勁歌金曲/都市閒情 6:00 普通話新聞 6:10 普通話財經簡訊 6:15 普通話天氣報告 6:20 財經消息 6:30 亞洲足球新天地 7:00 藝坊 7:30 七點半新聞報道 7:50 天氣報告 7:55 瞬間看地球 8:00 美食天下 (II) 8:25 童心·童真 8:30 錯體大狀 (II)及細說名師名錄 9:30 天下為家 10:35 天下為家鏡頭後 10:45 環球金融速遞 10:50 追 11:45 商業精英及財經速遞 5:45 Thank You 11:30 晚間新聞 12:05 瞬間看地球及細說名師名錄? 12:10 神探阿蒙 (VII) 1:05 明珠檔案 1:35 寰宇論壇 2:30 Bloomberg財經第一線 5:00 台灣無線衛星電視台新聞 5:30 中國新聞	9:00 魔法小神童加加III 9:30 機動警察II 10:00 敗犬女王 10:50 型宅族 11:00 冒險王 12:00 巨聲工房 12:30 Big Boys Club 1:00 學習之神 2:00 終極一家 3:00 型宅族 3:15 冒險王 4:15 無間音樂 5:15 巨聲工房 5:45 型宅族 6:00 美少女戰士R 6:30 特備節目 7:00 娛樂新聞報道 7:30 敗犬女王 8:30 世界那麼大 9:25 電視廣告埋喉揀 9:30 藍龍 10:00 火影忍者疾風傳	6:15 勁歌有"功" 6:29 亞洲早晨 8:45 把酒當歌 9:15 理財博客之即市錦囊 10:15 通識小學堂 10:45 iFi@tv 10:50 四季養生堂 12:20 馬上全接觸 12:25 香年今日 12:30 十二點半新聞報告/天氣報告/經濟快訊 1:00 生活加油站 1:25 iFi@tv 1:30 理財博客之投資多面睇 3:00 香港百人 3:30 錯愛仍是愛 4:00 通識小學堂 4:30 開心保兒日記 5:00 樂壇雙子星 5:30 iSports@tv 5:45 左右紅藍綠 5:50 天氣報告 6:00 中國新聞報道 6:25 海客談 6:55 時事內幕追擊 7:25 財經匯報 7:30 新聞及天氣報告 8:00 美食角鬥士 8:30 Friends 7:58 iFi@tv 8:00 你是我的命運 9:30 六合彩 9:35 李添 10:25 馬上全接觸 10:30 夜間新聞 11:00 把酒當歌 11:25 馬上全接觸 11:30 ATV全接觸 11:45 經濟快訊 12:10 神探阿蒙 (VII) 1:10 香港百人 1:40 封神榜II 3:25 安樂茶飯 4:25 街市忍者 5:20 觸電情緣	6:00 星光伴我行II 6:35 生命真道 - 豐盛人生 7:00 新聞早點 - 中國新聞報道 7:30 Music 120 9:30 BabyTV 10:00 中央電視台新聞 - 直播: 綜合新聞 10:30 旅遊指南 11:00 綜合新聞 11:20 成長漢語 11:40 中國新聞報道 12:00 MUSIC 120 2:00 教育電視 4:00 好奇小花貓 4:10 神奇4俠 4:40 海綿寶寶 5:05 星際保衛隊 5:30 亞視普通話新聞 5:48 經濟快訊 5:55 天氣報告 6:00 中國新聞報道 6:25 新聞聯播 6:55 時事內幕追擊 7:25 財經匯報 7:30 新聞及天氣報告 8:00 美食角鬥士 8:30 Friends 9:00 六十分鐘時事雜誌 10:00 信不信由你 11:00 夜間新聞 11:18 夜間經濟快訊 11:20 賽馬預測 12:30 Friends 12:55 中國新聞報道 1:20 自然 1:45 文化報道 2:10 焦點報告 2:40 Music 120	6:00 天天飲食 6:10 焦點訪談 6:24 新聞聯播 7:00 新聞天下 8:34 生活早參考 9:22 洪湖赤衛隊 10:15 洪湖赤衛隊 12:00 新聞30分 12:35 今日說法 1:10 看見 1:42 陽光路上 1:46 最美的歌兒唱給媽媽 1:52 李小龍傳奇 2:44 李小龍傳奇 3:35 李小龍傳奇 4:26 陽光路上 4:29 最美的歌兒唱給媽媽 4:37 精彩一刻 4:56 第一動畫樂園 6:02 我們有一套 7:00 新聞聯播 7:31 天氣預報 7:50 身體的感動 8:00 永遠的忠誠 8:51 永遠的忠誠 9:41 精彩一刻 10:00 晚間新聞 10:28 昇平山 11:20 昇平山 12:14 動物世界 12:51 今日說法 1:25 看見 1:56 我們有一套 2:48 正大綜藝 3:45 動物世界 4:16 生活早參考 4:58 今日說法 5:26 人與自然	9:00 快樂漢語 9:35 地球宣言 10:00 中國新聞 10:10 醫者仁心 10:56 北京風光 11:00 中國新聞 11:31 海峽兩岸 12:00 中國新聞 1:00 華人世界 1:20 唱響中國 1:30 走過中國 2:00 中國新聞 2:15 紅色搖籃 3:01 紅色搖籃 3:47 紅色搖籃 4:00 中國新聞 4:10 紅色搖籃 4:43 北京風光 4:45 精彩一刻 5:05 開卷八分鐘 5:15 音樂中國風 5:20 有報天讀 5:30 健康新概念 5:55 娛樂大風暴 6:30 鳳凰劇場 7:20 鳳凰劇場天下 7:55 與夢想同行 8:00 鳳凰大視野 8:30 騰飛中國 8:35 完全時尚手冊 8:55 完全時尚手冊 9:00 中國新聞 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:45 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 地球宣言 12:11 又見郵部 11:55 珍貴動物員 12:00 鳳凰午夜快車 12:30 開卷八分鐘 12:35 與夢想同行 12:40 說出你的故事 1:30 鳳凰劇場 2:20 有報天讀	9:00 鳳凰大視野 9:35 地球宣言 10:40 鳳凰全球連線 10:45 說出你的故事 10:55 新聞開講 11:20 鳳凰概念 11:25 鳳凰劇場天下 12:25 鳳凰劇場 12:30 鳳凰劇場 1:00 華人世界 1:20 唱響中國 1:30 走過中國 1:30 娛樂大風暴 2:05 音樂中國風 2:15 鳳凰劇場 3:15 名師啟示錄 3:15 鳳凰劇場 3:50 珍貴動物員 3:55 完全時尚手冊 4:20 鳳凰大視野 5:05 開卷八分鐘 5:15 音樂中國風 5:20 有報天讀 5:30 健康新概念 5:55 娛樂大風暴 6:30 鳳凰劇場 7:20 鳳凰劇場天下 7:55 與夢想同行 8:00 鳳凰大視野 8:30 騰飛中國 8:35 完全時尚手冊 8:55 完全時尚手冊 9:00 中國新聞 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:45 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 地球宣言 12:11 又見郵部 11:55 珍貴動物員 12:00 鳳凰午夜快車 12:30 開卷八分鐘 12:35 與夢想同行 12:40 說出你的故事 1:30 鳳凰劇場 2:20 有報天讀	6:00 老鼠愛上貓 8:00 花好月圓 10:15 賭俠之人定勝天 12:10 飛虎雄師 2:05 賭俠2之上海灘賭聖 4:35 一路有你 6:55 流浪漢世界盃 9:10 墨斗先生 11:10 低語老霸王 1:20 喜馬拉亞星 3:20 最愛女人購物狂 5:25 鬼鬼10	6:00 北京國際桌球邀請賽 7:30 體育王 8:00 世界盃體操賽-科特布斯 9:00 霍伯士保齡球賽 10:00 體育王 10:30 美國游泳錦標賽 11:30 世界職業乒乓球巡迴賽-德國公開賽 12:30 體育王 1:00 北京國際桌球邀請賽 2:30 體育王 3:00 世界盃體操賽-科特布斯 4:00 霍伯士保齡球賽 5:00 體育王 5:30 世界職業乒乓球巡迴賽-德國公開賽 6:30 世界盃體操賽-科特布斯 7:30 霍伯士保齡球賽 8:30 北京國際桌球邀請賽 10:00 體育王 11:30 世界盃體操賽-科特布斯 11:30 北京國際桌球邀請賽 1:00 體育王 1:30 霍伯士保齡球賽 2:30 世界盃體操賽-科特布斯 3:30 體育王 4:00 香港運動員就業及教育計劃