



**九龍會**  
Kowloon Club

◀橋訊▶月刊  
2012年9月號

2012-2013 年度名譽會長:

名譽會長: 苗卫国 先生  
名譽會長: 孙 威 先生  
名譽會長: 刘结红 女士

前任會長: 陳國泰 先生

2011-2013 年度委員會:

會長: 陳文平 先生  
副會長: 李志偉 博士 劉敏茵 女士  
秘書: 陳文和 先生  
財政: 馬守祥 先生  
副秘書: 嚴紅霞 女士  
委員: 張礪業 博士 林宝吉 先生  
委員: 鄭啟基 先生 黃佩霞 女士  
委員: 劉勁成 先生

**Address:**

93 Toa Payoh Central, #05-02, Toa Payoh Central  
Community Building, Singapore 319194

Opening Hours: 10:00 - 18:00 (Monday to Friday)

Contact No. : Tel. No.: (65) 6440-9237

Fax No.: (65) 6348-4020

Website: www.kowloonclub.org.sg

Email Address: info@kowloonclub.org.sg

會員如對本會或有關組別有任何意見或建議，  
歡迎使用下列任何途徑與本會聯絡。謝謝！

本會網頁意見郵箱 (Email): info@kowloonclub.org.sg  
或致電: (65) 6440-9237 或 傳真: (65) 6348-4020 等，  
亦可郵寄至本會會址; 致九龍會經理收。

**\*\*\* 最新活動 / 快訊 \*\*\***

**1. 燒烤、賞月，歡度中秋佳節**

中秋節，花好月圓，明月當空。是賞月的好時機！去年我們在鄭和號遊船上一同慶祝，今年我們將在拉柏多公園舉辦燒烤、賞月，歡度中秋佳節，在大自然的環境下與親朋好友共眾同歡。當晚會準備各樣豐富的食物，除了各位自己動手燒烤外，更準備了熟食，以方便老少們能即時進食，不用為燒烤而張羅。

有興趣者可自己帶備一些喜愛的食物燒烤，燈籠，坐墊，等等..... 在優美又歡樂的環境下親朋好友談天賞月。

當晚供應的部份燒烤食物菜單 (每人/每份 2 至 3 件, 羊/牛排 1 件)

烏打、雞肉沙嗲、雞中翼、羊排、牛排、雞肉串、雞肉香腸、魔鬼魚、玉蜀黍等。

部份熟食食品菜單:

炒米粉、炒飯、小型蛋糕、瑞士卷、沙律鮮菜，及月餅，水果等。

飲品:

紙包飲品，每人兩包

|     |   |
|-----|---|
| 日期: | 2012年9月29日(星期六)   |
| 時間: | 6:30pm~9:30pm   |
| 地點: | Labrador Nature Reserve, BBQ Pit 2 & 3 (柏拉公園 2 號及 3 號燒烤台)   |
| 交通: | Labrador Park MRT Exit turn left to Alexandra Rd toward Labrador villa road walk to there around 10mins; or MRT exit turn left to Alexandra Rd take bus 408, alighted at Car Park A<br>柏拉多地鐵站出口轉左至在亞歷山大路，前進至柏多維拉路步行約 10 分鐘；或地鐵站出口轉左，在亞歷山大路乘坐 408 巴士直達停車場 A 下車 |
| 費用: | 會員每位 S\$ 15.- 非會員每位 S\$ 18.-  |
| 備註: | 1. 食品或會因供應的情況下更改，但將盡量跟隨。<br>2. 飲品祇供應 2 包，若有需要請自行準備。   |

## 2. 一日氣功班 - 形神修煉法

形神修煉法是自然養生功的功法，是治病健身、提高功夫的必修之課。

我們全身的關節、關節、肌肉、韌帶、經絡等，隨著年齡的增長和工作生活的勞累，都會有各種不同程度氣血不通的現象，因而影響到身體的健康狀況，甚至造成難以醫治的疾病。

形神修煉法，以動功為主，運用特殊且符合生理的動作，修煉平時少運動的關節、關節、肌肉、韌帶，輔之以補氣、運氣的方法，有效地達到全身“內外”放鬆，打通全身的經脈，使氣血暢通、元氣充足。

形神修煉法內外兼修，方法獨特，人人都可習練，持之以恆，可收到暢通經脈、醫病祛病、開發智力、健美身形（可減肥）、延年益壽之功效。

歡迎本會會員踴躍參加。

|   |  |
|---|--|
| 日期:   | 2012年10月27日，星期六  |
| 時間:   | 上午九時至下午五時（包括午餐）  |
| 地點:   | NUSS Bukit Timah Guild House at 1 Cluny Road               |
| 費用:   | 新幣 600 元。兩人或以上一齊報名者九折（以上費用包括周榮祥老師往返新加坡機票、酒店、場地租金和午餐、茶點費用）。 |
| 查詢請電 6440 9237 或 Email: <a href="mailto:info@kowloonclub.org.sg">info@kowloonclub.org.sg</a> 聯絡本會 |  |

## 3. 總理在國慶群眾大會上對本會積極推動慈善公益活動作出表揚

九龍會於年初成立慈善及社會公益小組。由會長帶領各委員、職員及義工已籌辦了多項慈善活動，先後為『李光耀』雙語基金、孤兒院、殘障人士協會及多家老人院共籌得超過 S\$43,000 捐款。

現有幸得到李總理在國慶群眾大會上對本會積極推動慈善公益活動作出表揚。本會將繼續往來，加倍努力。在此盼能得到各會員支持，出一點力、發一分光以幫助弱勢社群走出陰霾！

請看附上的剪報，或請瀏覽以下網頁：[http://www.zaobao.com.sg/sp/sp120827\\_008\\_1.shtml](http://www.zaobao.com.sg/sp/sp120827_008_1.shtml)

## 4. 興趣小組定期活動

有關各興趣小組定期活動詳情，歡迎參與，查詢請電本會 6440-9237。

| 組別  | 項目  | 活動時間                     | 活動地點                           | 費用/備註                    |
|-----|-----|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| 體育組 | 足球  | 逢星期日上午(07:45 ~ 11:00 am) | 練習場地(聯絡: Mr. Randy Chan)       | 非隊員每場 \$10-              |
| 體育組 | 乒乓球 | 逢星期日上午(09:00 ~ 12:00 pm) | NUS (聯絡: Mr. Thomas Lo)        | 非隊員每次 \$ 7-              |
| 體育組 | 網球  | 逢星期日上午(08:00 ~ 11:00 am) | NUS (聯絡: Mr. Patrick Yu)       | 固定:每月 \$18.-其他:每次 \$ 5.- |
| 體育組 | 羽毛球 | 逢星期日上午(11:00 ~ 01:00 pm) | MOE (CCAB) (聯絡: Mr. Jason Tan) | 出席者平均分擔                  |

## 5. 辦理平安紙代書服務

許多人都有計劃性地積累財富，為所愛的人提供生活保險金或其他形式的儲蓄，但如果有立下平安紙(遺囑)，在我們過世以後，我們所愛的人將可以順利分配到我們的遺產。平安紙(遺囑)為保護我們所愛的人的利益關係扮演非常重要的角色。

為方便會員能以本身的語言清楚地表達立平安紙(遺囑)的內容和意願，本會前會長及現任律師：鍾庭輝先生，和現任副會長及律師：劉敏茵女士，將於本月起替會員辦理平安紙代書。

會員辦理平安紙代書之費用為：個人 \$280 起，兩人 \$500 起。扣除基本文書成本後，所有收入將全數捐助本會。查詢或預約面談時間，請致電本會 64409237。

## 6. 國泰 (CX) 往返香港，最低票價，每位由 **SS520** 起 (連機場稅)

| 目的地                | 行程  | 訂票                   | 出發日期/其他                            | 最少  | 最長    | 訂票     | 成人     | 小童      | 里數 | 改期    |
|--------------------|-----|----------------------|------------------------------------|-----|-------|--------|--------|---------|----|-------|
| **兩人同行             |     | Now<br>至<br>30/09/12 | Now ~ 30/11/12                     | 2 天 | 1 個月  | N      | \$ 520 | \$ 424  | 沒有 | \$150 |
|                    |     |                      | 01/12 ~ 31/12                      | 2 天 | 1 個月  | N      | \$ 570 | \$ 464  | 沒有 | \$150 |
| 新加坡<br>/香港/<br>新加坡 | 來回程 |                      | CX 636 /714 only<br>Now ~ 31/12/12 | 2 天 | 1 個月  | S      | \$ 560 | \$ 456  | 沒有 | \$150 |
|                    |     |                      | Any flight<br>Now ~ 31/12/12       | 2 天 | 1 個月  | S      | \$ 590 | \$ 480  | 沒有 | \$150 |
|                    |     |                      |                                    | 不限  | 12 個月 | V      | \$ 620 | \$ 504  | 有  | 不用    |
|                    |     |                      |                                    | 不限  | 12 個月 | L      | \$ 680 | \$ 552  | 有  | 不用    |
|                    |     |                      |                                    | 不限  | 12 個月 | M      | \$ 760 | \$ 616  | 有  | 不用    |
|                    |     |                      |                                    | 不限  | 12 個月 | K      | \$ 910 | \$ 736  | 有  | 不用    |
|                    |     |                      |                                    | 不限  | 12 個月 | H      | \$1090 | \$ 880  | 有  | 不用    |
|                    |     |                      |                                    | 不限  | 12 個月 | B      | \$1290 | \$ 1040 | 有  | 不用    |
| 新/港                | 單程  |                      | 不適用                                | 不適用 | K     | \$ 599 | \$ 495 | 有       | 不用 |       |

### 國泰航空機票優惠票價特別附帶條款:

- 機票簽註: 機票不能轉讓、不能更改航線、祇限乘搭國泰航空。
- 稅務/附加費用: 上表所列費用已包括所有稅務\*。
- 訂票及出票: 機位確定後, 需於 3 個工作天內出票。全部採用電子機票系統。  
不接納沒有預定機位的機票。
- 更改日期: 更改行程(包括出發及回程)無需另繳任何費用(N, S Class需繳費)。  
更改行程必須不少於24小時前並與本會6440-9237聯絡(星期六、日及假日除外)。
- 中途停留: 可中途停留曼谷(祇限一程)需另加繳S\$100(單程K Class不適用)。
- 放棄預定機位: 於機票有效期內放棄預定機位(no show), 航班起飛前沒有更改行程, 需繳付 **SS150** 放棄預定機位(no show)費用。
- 退票: 已出發之機票不接受退票 (No refund on partially used ticket)。  
完整並未使用之機票而退票者需繳付 **SS150** 退票費及 **SS25** 行政費(N及S Class不適用)。
- 飛行里數: 可累積飛行里數(N及S Class不適用)。
- 更改等級: 所有機票, 出票後更改訂票等級需繳付**SS100** 費用。
- N Class (GV2 兩人同行)及 S Class 訂票事項: 出票後更改日期需繳付費用**SS150** (每次或/及每名乘客)。  
出票後於任何情況下不接受退票。不可累積飛行里數。  
N Class (GV2 兩人同行): 必須同時訂票及同去同返。  
N Class (GV2 兩人同行): 1名成人最多可與 2名小童同行, 多於 2名小童以成人票價計算。
- \*機票價錢/稅務/航班時間及條款等, 均以航空公司最新公佈為準, 恕不另行通知。
- 訂票請早: 訂票/查詢, 請致電九龍會 6440-9237, Fax: 6348-4020, Email: [info@kowloonclub.org.hk](mailto:info@kowloonclub.org.hk)

## 九龍會 - 活動報名表格

Please fill in the form, mail back together with a crossed check payable to "Kowloon Club" or a receipt after fund transfer via ATM or Internet Banking to DBS Current Account: 001-039936-5, by email [info@kowloonclub.org.sg](mailto:info@kowloonclub.org.sg) or fax 63484020. Please call 64409237 or email us for enquiry. Thanks!

請填妥報名表格，郵寄劃線支票及收款人寫 **Kowloon Club**，或現金轉賬以 ATM 或 Internet 付款至本會銀行戶口 **DBS Current Account: 001-039936-5**，連同付款收據及表格電郵或傳真至本會。如有查詢，請致電向本會職員查詢。謝謝！

會員編號：\_\_\_\_\_有效期至：\_\_\_\_\_會員姓名：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_ 手机：\_\_\_\_\_

| 活動項目名稱        | 日期    | 參加人數 |        | (每位) S\$  | 金額 S\$ |
|---------------|-------|------|--------|-----------|--------|
| 燒烤、賞月，歡度中秋佳節  | 29/9  |      | 會員     | S\$ 15.-  |        |
|               |       |      | 非會員    | S\$ 18.-  |        |
| 一日氣功班 - 形神修煉法 | 27/10 |      | 會員/非會員 | S\$ 600.- |        |
| 付款資料          | 付款銀行： |      | 支票號碼：  | 金額：S\$    |        |
|               |       |      |        |           |        |

### \*\* 活動報名須知 \*\*

- 報名次序 — 歡迎參加本會誠意為您安排的各项活動，由於個別活動的名額有限，報名將以先到先得處理。請及早報名，與您的家人齊來，分享各式各類活動的樂趣。
- 保險及責任 — 由於各人的需求不同，本會將不會為各項活動的參加者購買任何保險，參加者可應本身的需要自行投保。如旅途中有任何交通延誤、行李遺失、意外傷亡或財物損失等，九龍會概不負責，參加者必須同意此點，始可報名。