



# IT DOES NOT MATTER HOW SLOW YOU GO

SO LONG AS YOU DON'T STOP

#CANYONING  
#峽谷挑戰





# 峽谷挑戰

山+水=峽谷

峽谷挑戰(Canyoning)就是在峽谷裡從上游向下游前進的活動。峽谷的環境相對複雜，參加者需要面對不同的天然地貌，如：瀑布、跌水潭(plunge pool)、壺穴(pot hole)等。另外，峽谷內亦存在著其他不同環境因素影響活動，如：水的流量、流速、溫度、路面濕滑情況等。因此，峽谷挑戰需要運用到不同的技巧前進到目的地，這涉及一般遠足技巧、繩索技術、跳潭、人體保護(Spotting)、游泳等。香港現時有二百多條石澗，適合不同程度的峽谷挑戰活動。由於此項活動有一定危險性，參與前必先接受適當訓練及由專業教練帶領。







## 詳情

### 地點

PLACE

馬大石澗/屏南石澗/坳背灣坑/石龍飛瀑

### 時間

TIME

6小時

### 對象

TARGET

14歲或以上人士  
(如參加者未足14歲，則須由家長陪同參與)

### 人數

NUMBER OF  
PARTICIPANTS

8-30人

### 費用

FEES

學校/非牟利機構：\$500/位  
其他人士：\$600/位

### 備註：

- 1) 參加者無需懂游泳，但並不恐懼水中活動
- 2) 峽谷挑戰是需要一定體能的活動，參與前必須了解自己的身體狀況
- 3) 峽谷挑戰是高風險運動，參與前必先接受適當訓練及由專業教練帶領
- 4) 費用包括：助浮衣、頭盔、安全帶、鎖扣及下降器借用

### 服務查詢

電話：2637 1866 |

傳真：2647 1086 |

電郵：[crossland@stewards.hk](mailto:crossland@stewards.hk) |

網址：[crossland.stewards.hk](http://crossland.stewards.hk) |

Facebook：[clac.stewards](https://www.facebook.com/clac.stewards) |

