香 港 培 正 同 學 會 有 限 公 司
The Hong Kong Pui Ching Alumni Association Limited
創立日期：1927 年

香港 九龍 何文田 窩打老道 80 號　電話：(852) 2713-4093　傳真：(852) 2715-2100
80 Waterloo Road , Kowloon, Hong Kong　website：www.puiching.org　e-mail：info@puiching.org

十月份月會講座通告

日期： 2019 年 10 月 2 日（星期三）　　時間： 晚上七時正

地址： 培正小學 A 座 6 樓昕社室（或 K 座電梯按 5 字）

一） 專題講座

講　　題： 突破自我 — 情迷馬拉松

講題內容: 近年參加馬拉松比賽日漸流行，很多賽事的參賽名額更是在截止前便爆滿，向隅者眾。每年十月至翌年二月的賽季，幾乎每星期都有不同的山賽以及公路賽事，衝出香港往外地參賽更成為一股潮流。兩位講者以多年跑步的經驗分享馬拉松的歷史、各地的賽事、瑜伽與馬拉松的關係、馬拉松的科學化訓練、以及跑步的樂趣與知識。

主講嘉賓： 1974 年基社 – 田熾先學長、陳鴻基學長

講者簡介： 田熾先學長，1974 年級基社，在母校讀完中四後遠赴加拿大升學，畢業於多倫多大學電機工程系，畢業後回港服務於家族公司，年青時沒有參與什麼運動，2002 年開始嘗試跑半馬拉松，2008 年更挑戰全程馬拉松，並衝出香港，跑遍世界各地，至今已完成了百場馬拉松賽事。

陳鴻基學長，1974 年級基社，1980 年於加拿大多倫多大學森林系學士畢業，具國際樹木學會註冊樹藝師及驗樹師資格，現職香港科技大學園景管理經理，平日喜歡跑步、行山、瑜伽與靜坐，是「施化難陀國際吠檀多瑜珈學院」認可導師。2010 年開始馬拉松訓練，並於 2015 年 59 歲時以 3 小時 36 分成績取得波士頓馬拉松參賽資格。

二） 會務報告及校務報告

三） 會後於小學飯堂聚餐，餐費每位 150 元，培社及學生每位 100 元，敬請踴躍攜眷參加。請於 10 月 1 日前致電、傳真或電郵通知本會訂位。

香港培正同學會
會　長　何浩元
副會長　雷禮和 羅志明 潘嘉衡
劉詩韻 陸劾民 郭秀山
2019 年 9 月 10 日

月會預告
11 月 6 日敦請 1969 年昇社唐世煌學長及關湛機學長主講，講題:解碼_出版一本成功的慶禧紀念刊。
12 月 4 日敦請 1953 誠社楊雄哲學長主講，講題待定。

活動預告
2019 年 11 月 16 日 2019 同學日培正創校 130 周年