

## 2019年10月份月會

### 突破自我 —— 情迷馬拉松



**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，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，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伽學院」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。

#### 內容簡介：

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。

## 2019年11月份月會

### 解碼 出版一本成功的慶禧紀念刊



**主講嘉賓：**關湛機學長(1969昇社)  
**講者簡介：**

關湛機(1969昇社) - 《昇社畢業金禧同學誌》總編輯在美國大學及藝術學院主修美術、美術史及平面設計，回港後任職突破雜誌美術編輯及修讀神學。1985年創立自己的平面設計工作室，服務宗教機構、NGO及大學學府。立志寫一本顛覆傳統學習法的書法學習系統書，讓每位書法愛好者都能欣賞、進深、甚至自學。並愛涉獵中醫學、自然醫學、能量醫學、身心互動治療學等。

#### 內容簡介：

- why: 為何出版(價值、信念)
- what: 出版一本什麼樣的紀念刊(內容/質素/目標)
- how: 如何出版(團隊/聯絡/邀稿/編輯/設計製作/印刷/工作時間表)
- 成功地出版背後的脈絡/信念/原則
- 提問與回答

## 2019年12月份月會

### 樹欲靜而風不息 前瞻政局變化



**主講嘉賓：**宋立功學長(1971 剛社)

**講者簡介：**

宋立功教授，培正 1971 年級剛社  
哥倫比亞大學政治社會學博士  
城市大學學術統籌  
邁臻研究中心總監

**內容簡介：**

分析反修例運動對香港的政治、經濟及社會的衝擊與深遠影響，前瞻未來政局變化，中港關係，中央對港政策的調整，以及重啟政改的可能性。

## 2020年1月份月會

### 電影



**主講嘉賓：**應義鈞學長(1965 耀社)

**講者簡介：**

培正 1965 年級耀社畢業，隨負笈美國。  
美國加州柏克萊大學建築系學士  
美國加州註冊建築師(退休)

**內容簡介：**

分享個人對電影的認識，認識的過程，愛好的原因及收益。

1. 電影簡史：法國-美國-德國-美國
2. 荷李活黃金時代
3. 電影類別：劇情/喜劇/歷史/懸疑/警匪/黑色/戰爭/西部/歌舞/鉅片/紀錄片 等等
4. 外語片：意大利/法國/德國/俄羅斯/瑞典/日本/其他
5. 中國電影
6. 電影與導演
7. 電影與演員
8. 電影與劇本
9. 電影與攝影
10. 電影與配樂