



中華山岳協會飛鷹登山隊 台北市登山育樂協會

109 年 7~8 月份活動行程表

(※因天候狀況，行程變更請洽領隊)

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
7/05 (日)	塞口坑山 三峽金敏子山 詩朗山 內金敏山○形	金敏子山，又稱白石鵲山，海拔 630 公尺，詩朗海拔 667 公尺，塞口坑山海拔 755 公尺，內金敏山又稱內豹山海拔 594 公尺，此路線經藍天隊剛整理過，全程稱為六星級步道，也是三峽有木、插角地區富有挑戰路線，全程約 7H。	※報名方式： 自由報名	集合時地： 08:00 前於「捷運頂埔站」1 號出口集合，共乘至登山口。 交通：捷運。	領隊：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮導： 藍水源、邱垂鶯 張若芝	11KM 共乘
7/12 (日)	金瓜寮溪魚藤步道	金瓜寮溪步道是綠腳丫最鍾愛的健行路線之一，也是坪林區公所大力推廣低碳旅遊。步道全線傍溪而行，以溪流景觀及蕨類生態著稱，平緩好走，又能盡覽溪流美景。沿途綠蔭處處，更有多處淺灘可戲水消暑，可說是老少歡喜、四季皆宜的夢幻級路線。可順訪九芎根親水公園。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 分攤 200 元/人	集合時地： 請 08:00 前於「新店捷運站」接駁或事先連絡共乘。 09:00 於「黃檗皮寮站」整隊出發。	領隊：林逸章 ☎0933-815548 嚮導： 彭玉潔、周金華 廖錦進	8KM 共乘
7/19 (日)	向天湖山 光天高山	向天湖山位於苗栗縣南庄鄉向天湖部落南方，約向天湖南方 2 公里處，海拔 1225 公尺，為台灣小百岳之一；光天高山位於苗栗縣南庄鄉向天湖部落西南方，高度 1123 公尺，這樣的○形路線，繞一圈約 3 小時，以登山客來說，路程適中；海拔落差約 400 公尺，有點挑戰，卻又不會太過艱難，而全程約有 95% 的路段走於柳杉森林裡，可說是一條絕佳的森林浴路線。 或 南庄、蓬萊溪自然生態園區、向天湖一日遊	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 分攤	集合時地： ①06:30 於汐止農會上車 ②06:40 於南港展覽館捷運站出口 2 前上車。 ③07:00 於圓山捷運站出口 1 承德路三段 249 號「中華電訊」前上車。	領隊：孫子敬 ☎0910-658722 嚮導： 曾靜純、胡銀華 劉芳銘	8KM 專車
7/26 (日)	淡蘭古道中路 灣潭外澳段	淡蘭古道中路為新北市雙溪灣潭到宜蘭外澳段，中途經烏山越嶺古道、坪溪古道、蛇子頭步道、太和山步道、石空古道，最後到宜蘭外澳結束。全程約 12 公里(6 小時)，途中會經過 6 座土地公廟。 另可登太和山海拔 705 公尺。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 分攤 中巴	集合時地： 依報名情形再分配上車地點，公告之	領隊：賴州賓 ☎0918-533165 嚮導： 江士榮、謝淑女 高素真	12KM 專車 (中巴)
8/02 (日)	三貂嶺瀑布群 五分寮古道	由三貂嶺車站出發，登三層瀑布鐵梯後，沿古道經百年土地公廟，再走「五分寮古道」出大華火車站。沿途經野薑花林，小溪生態豐富，瀑布群夏季涼爽無比，歡迎參加。 「五分寮古道」，是昔日平溪「五分寮」聚落往返侯硐、瑞芳所走的道路。 有興趣者，可以再走幼坑古道，順訪魚寮山幼坑山、大坪林山或粗坑山，下三貂嶺車站。	自由參加	集合時地： 08:40 「三貂嶺站」整隊出發。 交通： 台北車站搭 07:34 (汐止車站 07:55) 往蘇澳區間車至「三貂嶺站」下車。	領隊：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮導： 陶鳳麟、劉鳳嬌 吳梅英	11KM
8/09 (日)	虎山溪生態步道越嶺 永春坡溼地公園	虎山自然步道是四獸山市民森林最熱門的步道之一。今由虎山溪生態步道起登，經復興園及豹山坪下永春坡溼地公園，「永春坡溼地公園」是台北市信義區第一個都會型的溼地公園，佔地將近 4 公頃，具備了生態復育、環境教育、以及洩洪的功能，遇到大雨不斷的時候，這裡就能緊急發揮功用。原是國防部的閒置土地，後來由台北市政府工務局大地工務處改造，今年初工程都已完成。現在是信義區最新的景點，最美的公園。 輕鬆行，下山慶祝爸爸節	自由參加	集合時地： 08:30 前於「後山埤捷運站」出口 2 集合 08:40 整隊出發。	領隊：高銘峻 ☎0933-225430 嚮導： 陳英隆、黃明峻 盧福中	6KM

8/15 ~ 8/16 (六 ~ 日)	谷關七雄 兩天兩座 八仙山 唐麻丹山	谷關七雄是台中谷關風景區中著名的七座中級山，依照其高度排順序，分別為八仙山、馬崙山、屋我尾山、波津加山、東卯山、白毛山和唐麻丹山，七座山各有其特色；八仙山為谷關七雄之首，位於八仙山森林遊樂區內。步道爬升高度 1,366m，兩側多為針葉林，唐麻丹山，為谷關七雄老么。步道爬升高度 640m，為谷關七雄輕鬆路線。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 💵 依住房別計價 其餘分攤	集合時地： ①06：30 於汐止農會上車 ②06：40 於南港展覽館捷運站出口 2 前上車。 ③07：00 於圓山捷運站出口 1 承德路三段 249 號「中華電訊」前上車。	領隊： 李進旺 ☎0938-357767 嚮導： 王薪程、陳雲嬌 賴州賓	
8/16 (日)	瑪礁古道 擎天崗	瑪礁古道位於台北士林區平等里，為魚路古道的南支線之一，因沿瑪礁山稜線而得名，途經新圳頭山又稱「瑪礁山」，海拔 550 公尺，有一顆都市計劃處四等三角點，以及陽明山農場界柱，沿途是森林、竹林的優雅小徑，以及古樸的石砌牆，幽靜迷人，坡緩易行，終點至擎天崗草原。全程約 3.5~4H	自由參加	交通： 「劍潭捷運站」可搭小 19 (07：20) 或 303(07：40)公車至「平等里」站下車 集合時地： 08:30 於平等里站集合，08：40 整隊出發	領隊： 邱文龍 ☎0928-234882 嚮導： 王伶琴、魏明霞 梁育瑛	10KM
8/23 (日)	玉稠湖山 下竹林山 玉稠湖山南峰	玉稠湖山海拔 184 公尺，、玉稠湖山南峰海拔 106 公尺，下竹林山海拔 421 公尺，為天母往陽明山之山稜，出文化大學。	自由參加	交通： 公車 206、280 到「忠孝新村站」下車。 集合時地： 08:30 忠孝新村站集合，08：40 整隊出發	領隊： 林美麗 ☎0930-137648 嚮導： 李秀雲、李美玲 蘇淑美、賴州賓	8KM
8/30 (日)	淡蘭古道中段 柑腳灣潭	中段：柑腳~灣潭段；柑腳威惠廟-崩山坑古道-太平-壽山宮-北勢溪古道-三水潭-灣潭。約 18 公里(7~8 小時)	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 💵 分攤	集合時地： 依報名情形再分配上車地點，公告之	黃進益 ☎0930-627729 嚮導： 陶鳳麟、劉心君 林麗娜	18KM
9/06 (日)	羊稠森林步道 五酒桶山	羊稠坑森林步道總長約 3.3 公里，為昔日牧羊人在南崁溪支流的坑谷地牧羊小道，羊稠(閩南語的羊圈)，今放牧景象已不復見，倒是登山客穿梭在這寂靜的山野步道。順遊三級古蹟「南崁五福宮」。五酒桶山海拔 155 公尺位於桃園縣蘆竹鄉境內，為夏日悠閒踏青好去處，聽見迴盪在山林間的奇特鳥鳴，步道全程約 4 公里，由五條路線串聯，海拔高度落差約 80 公尺，讓你流點汗、身心輕鬆舒暢。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 💵 分攤	集合時地： ①07：30 於汐止農會上車 ②07：40 於南港展覽館捷運站出口 2 前上車。 ③08：00 於圓山捷運站出口 1 承德路三段 249 號「中華電訊」前上車。	領隊： 謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 林瑞田、原麗娟 邱垂鶯	8KM 專車

※預告：

1. 一年一次「哈哈聯誼」活動，定於 09/20 日，本次活動由友隊主辦，敬請隊友踴躍安排參加。詳細於下會期公告。
2. 原隊友建議安排「鹿角坑生態園區」，因位於陽明山國家公園內，為保護原始林相及生態，需要事先申請，每天只開放 80 人名額。假日不易抽到，擬改為平日申請，到時在公告欄公佈，有意者請注意。

隊址：新北市汐止區中興路 183 巷 2 號 1 樓

隊長：0936-346-999 總幹事：0932-151-654

網址：<http://www.fem.com.tw>

T E L：2694-0568

隊籍組：0937-190-419

E-mail：kt30200@gmail.com

手 機：0936-346-999

財務組：0933-720-626

歡迎上網瀏覽，可下載活動照片沖洗。

F A X：2694-7952

嚮導組：0918-533-165