



中華山岳協會飛鷹登山隊 台北市登山育樂協會

110 年 5~6 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
5/02 (日)	桐花公園 文筆山 五尖山 大尖山 天上山 五城山	「四月桐花五月雪」特舉辦此行程：天上山海拔 430 公尺，五城山海拔 418 公尺，文筆山海拔 375 公尺，五尖山海拔 310 公尺，大尖山海拔 274 公尺，為土城地區熱門山區。 (A)： 「土城捷運站」→賞魚步道→賞螢步道，經承天寺 新大門→由清溪步道→桐花公園再經望月亭 上天上山。→下南天母廣場 搭公車下山 約 3 個小時。 (B)： 繼續走 五城山 文筆山 下山中湖 搭公車下山 約 4.5 小時。 (C)： 走全程約 6 小時。 ※請自備午餐	自由參加 ※請自備午餐	集合時地： 08:00 前於「土城捷運站」出口 3 集合 08:10 整隊出發。	領隊：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮導： 藍水源、邱垂鶯 謝淑女	7~12 KM
5/09 (日)	慶祝母親節	今日為母親節，祝福母親們青春永駐，健康快樂！特別安排悠閒之遊。 東湖捷運站→內溝山自然步道→樂活公園→生態展示館→北天宮→大尖坪山→老鷹尖→內溝山→北天宮；午間借此「北天宮」舉辦慶祝活動，辦桌餐敘。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$400 元/人 辦桌費分攤，飲料嚮導提供。	集合時地： 08:20 前於「東湖捷運站」出口 3 前集合， 08:30 整隊出發。	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 李福秋、吳兆礎 李慶隆	5KM
5/16 (日)	頂山 風櫃嘴 絹絲瀑布 擎天崗 石梯嶺	A： 絹絲瀑布→擎天崗→公車站牌。 B： 擎天崗→石梯嶺→頂山→風櫃嘴→聖人橋坐車 絹絲瀑布步道位於陽明山國家公園內，屬於金包里魚路古道的一段；擎天崗海拔 775 公尺，為竹篙山熔岩向北噴溢所形成的熔岩階地，日據時代曾種植牧草設立大嶺(山卡)牧場放牧牛隻，目前草原主要為類地毯草及假柃木等組成，有「擎天崗大草原」之美名。石梯嶺海拔 850 公尺，頂山海拔 768 公尺，沿途極為優美與近人的休閒步道。隨著類地毯草開闊地與茂盛柳杉林及混合林的相間呈現，令人深深感受到，宛如坐著森林列車般，一段段穿過碧綠原野與綠色隧道。	自由參加	集合時地： 08:30 前於「絹絲瀑布」站集合 08:40 整隊出發。 交通： 07:30 前於「劍潭捷運站」前搭小 15 公車於「絹絲瀑布」站下車。 小 15 公車：07:20 08:00	領隊：孫子敬 ☎0910-658722 嚮導： 胡銀華、邱垂鶯 田莉莉	10 KM 16 KM
5/22 (六) ~ 5/23 (日)	合歡山賞花輕鬆行	第一天： 搭車至合歡山，約中午時分，稍作休息即前往石門山登山口，先登石門山(海拔 3237 公尺)。登頂下山後轉登合歡東峰(海拔 3421 公尺)，完成後，搭車至民宿(晚上住宿點)，盥洗並在民宿的餐廳備有豐盛的晚餐。 第二天： 起早享用民宿早餐，餐後開車至小風口→合歡北峰(海拔 3422 公尺)登山口起登。下山後轉往合歡主峰(海拔 3422 公尺)，完成此行程的第四座百岳。登山完成後，安排豐盛的慶功宴，再北上往溫暖的家前進。本行程可賞高山杜鵑且未登過百岳行程的破百機會，請隊友們好好把握。	報名請洽： 高素真 ☎0920-349219 \$ 約 2900 元/人 (多退少補→含車資、民宿 x1、晚餐 x1、早餐 x1、慶功宴、保險費、隊費等) 請自備第一天早餐與 2 天行動糧。	集合時地： 此次為中巴，因此再依報名情形安排上車時地。 配合中巴預定 24 人 超出由領隊決定。	領隊：陳健全 ☎0919-706013 嚮導： 林秀玉、林清輝 高素真	中巴 專車
5/23 (日)	南港山 象山 九五峰	九五峰海拔 375 公尺、南港山海拔 373 公尺，象山海拔 183 公尺，山頂展望佳，為南港松山地區熱門親山步道。	自由參加	集合時地： 08:00 前於「後山埤捷運站」出口 2 集合，08:20 整隊出發	領隊：邱文龍 ☎0928-234882 嚮導： 盧福中、廖錦進	10 KM
5/30 (日)	雙十縱走	雙十縱走即新北市雙溪到十分之路線； 雙溪車站→大竹林山海拔 304 公尺→新路尾山海拔 315 公尺→大坪林山海拔 420 公尺→內平林山海拔 502 公尺→平湖西步道→番子坑山海拔 480 公尺→千階嶺→十分遊客中心坐 795 公車 (或十分車站坐火車)。	自由參加	集合時地： 08:40 於「雙溪車站」前集合，整隊出發。 交通： 台北車站搭乘 07:27 往花蓮自強號車(車次 272) 在「雙溪車站」下車。(汐止 07:45)	領隊：陳雲嬌 ☎0910-995669 (王薪程手機) 嚮導： 王薪程、黃進益 王秀霜	15.6 KM 8.5H
5/30 (日)	軍艦岩線	捷運唎哩岸站→陽明大學→軍艦岩	自由參加	集合時地： 09:00 前於捷運唎哩岸站出口集合，整隊出發。	領隊：鄭雅文 ☎0932-352049 嚮導：曾煥初	5KM

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
6/06 (日)	白雞山 鹿窟尖山 雞罩山	白雞三山，是指白雞山、雞罩山、鹿窟尖山，位於新北市三峽區東南方，由白雞山環山步道串聯，可三山連走，海拔雖不高，但頗有中級山氣勢。白雞山海拔 734 公尺、雞罩山前峰海拔 770 公尺、雞罩山海拔 780 公尺、鹿窟尖山海拔 643 公尺。 註：可走二山不走鹿窟尖山約 4.5H。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 因交通不便 須報名共乘	集合時地： 07：40 前於「捷運頂埔站」1 號出口集合，共乘	領隊：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮導： 藍水源、周金華 彭玉潔	11KM 6.5H 共乘
6/13 (日)	深按頭山 汐止白匏湖 土庫岳 十三分山 南港 稜線串連 C 形	A：小南港山→白匏湖山→十三分山→光明禪寺→搭 F903 或小 5 公車下山 B：光明禪寺→深按頭山→土庫岳→大豐山 汐止白匏湖至十三分山的稜線及南港深按頭山至土庫岳的稜線，串連起來走個 C 形； 路線：小南港山高度 90 公尺→白匏湖山高度 120 公尺→十三分山高度 438 公尺→深按頭山高度 422 公尺→土庫岳為台灣小百岳，高度 389 公尺，一等三角點→山豬窟尖高度 356 公尺→大豐山高度 153 公尺。	自由參加	集合時地： 07：20 前於「南港展覽館站」6 號出口集合 07：30 整隊出發。	領隊：賴州賓 ☎0918-533165 嚮導： 吳麗卿、曾靜純 林麗娜	10KM 4H 全程 20KM 9H
6/20 (日)	宜蘭 一日遊	南澳古道韻莎之路 3.8 公里，步道全程幾乎於樹林間行走，路徑清晰，來回約 3~3.5 小時，只走到目前步道開放終點 3.8K 處就折返（南澳古道目前只開放這 3.8 公里處），海拔落差不到 100 公尺，坡度相當平緩，過程既無拉繩亦無攀岩，步道安全且無叉路。午餐後品嚐南澳最古老冰店 - 建華冰店吃傳道冰，加碼前往一所很美迷你泰雅族原住民小學（金岳小學）、粉鳥林秘境、祝大漁物產文創館(3D 彩門票繪魚龍捲隧道)。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$1300 元/人 (含車資+早餐+午餐+晚餐及保險) 晚餐南方澳海鮮大餐	集合時地： ①06：30 於圓山捷運站出口 1 承德路三段 249 號「中華電訊」前上車。 ②07：00 於南港展覽館捷運站出口 6 前上車。	領隊：林美麗 ☎0930-137648 嚮導： 藍雪花、李秀雲 蘇淑美	8KM 專車
6/20 (日)	青龍嶺 聯誼	今日由新北市體育會健行登山協會主辦 110 年登山聯誼活動，經大同山海拔 237 公尺，終點青龍嶺海拔 269 公尺。 參加者贈品：背包套、毛巾、礦泉水。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654	集合時地： 08：00 前於「樹林車站」後站集合，整隊出發。	領隊：謝明志 ☎0936-346999 導： 吳兆礎、陳英隆 曾煥初、王伶琴	5KM 3.5H
6/27 (日)	五四縱走	五四縱走在 2019 非常夯，因為 2019 是五四運動 100 周年，結果台北天際線上的五四縱走(平溪五分山海拔 757 公尺到汐止四分尾山海拔 641 公尺)就被山友炒熱起來，路況整理的超好，沿路都有釘牌子指示。中途共登五分山、望古山、中窯尖、姜子寮山、石碇大崙、盤石嶺、耳空龜山、四分尾山等。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654	交通： 台北車站搭乘 06：50 (汐止 07：10)往瑞芳區間車至「瑞芳車站」下車。 轉計程車至登山口	領隊：黃進益 ☎0930-627729 嚮導： 江士榮、賴州賓 高信宗	全程 21KM 9~10 小時
7/04 (日)	基隆山稜 (黃金一稜) 雷霆峰	雷霆峰即基隆山東峰海拔 467 公尺，又稱石尪山，地勢險峻陡峭，需要手腳並用拉繩攀岩始能登頂，是小有難度且稍危險的路線。這段稜線在東北角頗富盛名，排名黃金十稜中的第一稜線，沿途可看到無敵海景，山頂遠眺深澳、和平島，俯瞰十三層遺址、水湳洞陰陽海，前望基隆山海拔 588 公尺，坐擁無敵展望。上山容易，下山難，今由山尖路起登，上基隆山東峰、及基隆山返回登山口。	自由參加 板橋→金瓜石 965 公車 板橋車站發車： 07：00 07：30 經西門、北門捷運站(時間自行查)	集合時地： 08：30 前於公車「隔頂」站集合，整隊出發。 交通： 台北車站搭乘 06：50 往瑞芳區間車，至「瑞芳車站」。轉金瓜石公車到「隔頂」站下車 汐止車站 07：10	領隊：陶鳳麟 ☎0921-949716 嚮導： 邱垂鶯、卓威勳 鄭人誠	6KM 4.5H
7/04 (日)	康樂山	捷運大湖公園站→康樂山→南湖高中→基隆河畔→餐廳	自由參加	集合時地： 09：00 前於「捷運大湖公園站」集合出發。	領隊：高銘峻 ☎0933-225430 嚮導：紀玉峰	5KM

※ 本隊擬於下期行程安排鳶嘴.稍來兩日行程，因住宿須先安排，請有欲參加山友與總幹事連絡登記。

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