



中華山岳協會飛鷹登山隊 台北市登山育樂協會

111年11月~112年1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
11/06 (日)	雪山尾稜南段	「雪山尾稜南段」以福隆火車站為起點，由有「隆嶺夕煙」美稱的隆嶺古道進入，是淡蘭古道之中最早開發的一段，古樸幽靜，此為雪山尾稜南、北線分段點，經福隆山海拔473公尺、大湖山海拔489公尺(大湖堀山)、桶盤堀尖東峰海拔444公尺、桶盤堀尖海拔431公尺等山頭，最後接草嶺古道，終點大里火車站。	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$600元 (含車資+保險+福隆便當+1瓶寶礦力)	集 合時地： 依報名人數再安排上車時間、地點公告之。	領 隊：陳雲嬌 ☎0939-154395 嚮 導： 王薪程、李麗淑、陳鳳珠	12KM 6.5H 專車
11/06 (日)	小南港山	小南港山(海拔90公尺)位於汐止區橫科里，與南港交界處，臨近南港展覽館，屬四分尾山的尾稜，山雖不高，卻是展望極佳，與南港山遙遙對望，可眺望台北盆地四周名山。	自由參加	集 合時地： 09:00前於「捷運南港展覽館站」6號出口集合出發。	領 隊：李慶隆 ☎0935-258283 嚮 導：蕭卿娥	5KM
11/12 (六) ~ 11/13 (日)	IML 第76屆台灣國際健行大會暨	2022 IML 健行嘉年華活動，於11月12、13日舉行，分5、10、20、30公里，中央會場設於臺北市「泰北高中」(臺北市士林區福林路240號)距捷運「士林站」約12分鐘；11月12日本隊參與大會20公里及30公里嚮導服務。 詳細路程請看報名資料	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$600元/人 贈 MERRELL 富士山紀念排汗衣 富士山紀念款紫色涼巾 施巴潔膚露體驗包10ml	集 合時地： 出發前20分到「泰北高中」會場集合 30公里 07:00 出發 20公里 08:00 出發 10公里 09:00 出發 05公里 09:10 出發	領 隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮 導： 20K 嚮導： 傅學舜、陶鳳麟、林文崑...等8位 30K 嚮導： 卓威勳、陳冠穎、孫子敬...等12位	5KM 10KM 20KM 30KM
11/20 (日)	貨櫃文創產業 溪州遇見林田尾波波草 北斗小鎮一日遊	台北→南崁溪州公園(森林木棧道、生態池、花田景觀)，北斗老街北斗奠安宮田尾波波草，綠野仙蹤貨櫃文創園區(藝術裝置、浪漫花卉隧道)，南崁→台北。 領隊解說： 1.波波草大小、顏色屬自然現象，受到天候、氣溫、日照等天然環境因素影響，恕無法保證並控制，報名參加時請注意！ 2.由於波波草繽紛艷麗，建議穿著鮮豔顏色的衣服來拍攝，這樣拍起來會更有襯托感。 3.貼心提醒:參觀拍照時須特別注意跟芙蓉保持適當的距離，勿用手碰觸，維持環境整潔，才能長久的觀賞到療癒的波波草。 綠野仙蹤貨櫃文創園區(藝術裝置、浪漫花卉隧道)	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$1200元/人 含(車資、早餐、晚餐、門票、保險) 午餐在北斗老街自理 註:費用含入園門票100元，可抵園區消費。 兒童110公分或10歲以下可退門票費用100元。	集 合時地： 依報名人數再安排上車時間、地點公告之。	領 隊：林美麗 ☎0930-137648 嚮 導： 藍雪花、李秀雲	
11/27 (日)	四堵古道 淡蘭古道	四堵古道亦是淡蘭古道南路中的一段，古道位於新北市坪林區(碧湖至石碑)，路線在四堵被公路切割分為二段，前段碧湖至四堵、後段四堵至石碑縣界公園。	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654	集 合時地： 依報名人數再安排上車時間、地點公告之。	領 隊：陳雲嬌 ☎0939-154395 嚮 導： 傅學舜、王秀霜、陳鳳珠	10KM 共乘或專車
11/27 (日)	劍南故宮線	劍南捷運站→劍南蝶園→步道→婆婆橋→故宮出	自由參加	集 合時地： 09:00前於劍南捷運站1號出口集合，整隊出發。	領 隊：王伶琴 ☎0921-962923 嚮 導：梁育瑛	5KM

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
12/04 (日)	茶壺山 半屏山 燦光寮山 ○型	茶壺山海拔 580 公尺；無基點座落金瓜石東邊，因山頂的岩峰就像是一只沒耳朵的茶壺。半屏山(又名半屏山)海拔 715 公尺；燦光寮山海拔 739 公尺，一等三角點，一等衛星控制點，山頂展望極佳。 此路線又稱「黃金三稜」富有挑戰。 往瑞芳的區間車 (車次 4144)： 板橋 06:37 萬華 06:42 台北 06:50 松山 06:57 南港 07:01 汐止 07:10 抵達瑞芳時間 07:38，至「瑞芳車站」下車。 轉金瓜石公車到金瓜石下車	自由參加	集合時地： 08:40 前於「勸濟堂」集合，整隊出發 交通： 捷運忠孝復興站 出口 2 搭乘 1062 客運往金瓜石，於終點勸濟堂下車。 1062 班次時間： 07:10、07:40	領隊：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮導： 藍水源、周金華、 彭玉潔	12KM 可以 共乘
12/04 (日)	內溝山 翠湖	內溝山海拔 137 公尺，又名大尖坪山，位於台北市內湖區與新北市汐止區交界處。山頂視野良好，設有土地調查局圖根點基石。	自由參加	集合時地： 09:00 前於「白馬山莊站」整隊出發。 公車 287、630	領隊：吳世欽 ☎0921-850019 嚮導：陳英隆	5KM
12/11 (日)	瑞泉古道 大尖山 ○型	瑞泉古道、林市古道位於新北市萬里區，地理位置上屬於陽明山國家公園的東北方，古道屬陽明山磺嘴山系中眾多古道群之一部份。大尖山海拔 837 公尺。呈現圓錐狀的火山型態，像極了日本的富士山，故有小富士山的別名。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$分攤、再公佈	集合時地： 依報名人數再安排 上車時間、地點公告 之。	領隊：陳雲嬌 ☎0939-154395 嚮導： 王薪程、林文崑、 傅學舜	7KM 5.5H 專車
12/11 (日)	碧湖 獅頭山	捷運文德站→郭子儀紀念館→獅頭山→碧湖 →碧湖健康步道→捷運文德站	自由參加	集合時地： 09:00 前於「捷運文德站」1 號出口集合出發	領隊：吳兆礎 ☎0932-136331 嚮導：楊素月	5KM
12/18 (日)	年終表揚大會 中華山岳	中華山岳年終表揚大會 實際報名費 800 元，隊裡補助 300 元 因此酌收 500 元，預定 40 個名額為限。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$500 元/人	集合時地： 依報名情形在群組 公佈餐廳及會合時間	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 李文淵、黃進益、 陳英隆	12KM
12/18 (日)	陽明山草原 全攻略	北五指山草原、杏林山北草原、杏林山、杏林山南草原、3096 草原、石梯嶺草原、疊石草原、阿寶草原、觀霧草原、番婆草原、樂天草原、竹篙山、忘憂北草原、忘憂南草原、195 草原、松石草原、竹篙山南峰草原。	自由參加 歡迎自行開車，請 08:30 前到內寮站。	集合時地： 08:50 於內寮站整隊出發。 交通：「捷運劍潭站」 搭 07:20 或 08:00 往內寮小 19 公車至 「內寮站」下車	領隊：邱垂鶯 ☎0938-517352 嚮導： 劉芳銘、謝玲珠、 陳麗淑	11KM 7.5H
12/25 (日)	凱達格蘭遺址 七星山	凱達格蘭遺址，在 1996 年七星山附近發現，類似金字塔狀的小丘，及散落的奇岩異石，有學者認為是宗教祭壇遺跡。凱達格蘭遺址步道與七星山頂僅相距 500 公尺，今日由苗圃起登上「凱達格蘭遺址」再登七星山(海拔 1120 公尺) 順登七星山南峰下小油坑	自由參加	集合時地： 08:20 前於「陽明山公車站」集合 08:30 整隊出發。 交通：劍潭捷運站轉 紅 5，另 230、260 公車亦可	領隊：賴州賓 ☎0918-533165 嚮導： 劉芳銘、謝淑女、 胡銀華	10KM 6H

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
12/25 (日)	福州山 步道	捷運辛亥站→中埔山榕樹步道→福州山步道 →富陽生態公園→捷運麟光站	自由參加	集 合時地： 09：00 前於「捷運 辛亥站」(單一出口) 集合出發。	領 隊：紀玉峰 ☎ 0914-005631 嚮 導：邱文龍	5KM
元/01 (日)	飛鷹日 (尾牙輕鬆行)	今日為新年第一天活動(國曆)·循列定為「飛鷹日」輕鬆行。特別安排： 錦峰山海拔 83 公尺，藏身於汐止忠孝東路底，山頂上有靈菩寺(觀音)，加上四面視野極佳；獅頭山海拔 174 公尺(又名西頭山)，由五堵地區望之一眼就可認出，頂上展望良好；山鞍「玉泉宮」廟堂巍峨，午間借此辦桌聚餐。請自備碗筷、水杯(免洗餐具不宜)。	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎ 0932-151654 \$ 500 元/人	集 合時地： 08：40 於「汐止火 車站」信義路出口， 整隊出發。 交 通：台北車站搭 08：05 往七堵區間 車至「汐止站」下車。	領 隊：謝明志 ☎ 0936-346999 嚮 導： 李文淵、黃進益、 陳英隆	6KM
元/08 (日)	南邦寮山二格山 阿柔洋山	從指南宮啟登，依序沿著→猴山岳前峰→猴山岳→阿柔洋山→二格山→南邦寮山稜線，最後從古道下切到草湳，或走指南宮 O 型。 【二格山】為小百岳編號 17，海拔 678 公尺。	自由參加	集 合時地： 09：20 於「貓纜指 南宮站」集合，整隊 出發。 交 通： 貓纜 09：00 運營 公車 530 (公館~指南宮) 到指南宮下車 往「貓纜指南宮站」 約 10 分鐘。	領 隊：孫子敬 ☎ 0910-658722 嚮 導： 洪炆賢、周宗立、 李美玲	10KM 5H
元/08 (日)	虎山 豹峰	捷運後山埤站→奉天宮→虎山親子步道→虎山峰→豹山峰→豹山親子步道→永春陂生態濕地公園→永春高中公車站或(松山商職公車站)	自由參加	集 合時地： 09：00 前於「捷運 後山埤站」2 號出口 集合出發。	領 隊：高銘峻 ☎ 0933-225430 嚮 導：黃明峻	5KM
元/15 (日)	雙溪溝古道 梅花山碧山	雙溪溝古道位於士林內雙溪與五指山之間，是近年來才為外界知曉的一條古道。也是北縱走之一段。 行程：大溝溪→圓覺瀑布→圓覺尖→恆光禪寺→碧山海拔 517 公尺→梅花山海拔 640 公尺→雙溝溪古道→風櫃嘴→雙溝溪古道→聖人橋搭車。	自由參加	集 合時地： 08：00 於「捷運大 湖公園站」1 號出口 整隊出發。	領 隊：黃進益 ☎ 0930-627729 嚮 導： 田莉莉、高素真、 蘇淑美	10KM 5H
元/15 (日)	生態內湖區	捷運大湖公園站→大溝溪生態治水園區→圓覺瀑布→捷運大湖公園站	自由參加	集 合時地： 09：00 前於「捷運 大湖公園站」1 號出 口集合出發。	領 隊：陳英隆 ☎ 0939-303630 嚮 導：高銘峻	5KM
元/20 ~ 元/28	停辦 春節 活動	祝各位山友 身體健康 事事順意 心想事成 閤家安樂				

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
元/29 (日)	十分踏青 輕鬆行	十分寮瀑布順遊老街吊橋。 中午假龍興宮喝春酒+新春團拜 十分車站→靜安吊橋→十分橋餵魚→頂頭→十分風管所→無障礙步道→十分瀑布→觀瀑吊橋→新平溪煤礦博物館(整修過)→十分成安宮媽祖廟→十分老街→龍安社區→龍興宮 歡迎相邀自行開車，車停龍興宮停車場並請 09：20 前到達。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 平溪支線： (車次 4714) 瑞芳 09：05 往菁桐。	集合時地： 09：40「十分火車站出口」整隊出發。 交通： 台北車站搭乘 (車次 4152) 07：50 往福隆區間車至「瑞芳站」下車，換往菁桐火車於「十分火車站」下車。 (汐止 08：14)	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 邱文龍、江士榮、王伶琴	5KM
2/05 (日)	內平林山 湖東西 步	平湖森林遊樂區位於平溪區與雙溪區交界處十數年前平溪區公所花費鉅資在環山道路稜線上建東、西步道，今從東側循登山小徑登東、西步道及內平林山海拔 502 公尺有三等三角點，山頂展望甚佳；下雙溪柑腳。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654	集合時地： 依報名人數再安排 上車時間、地點公告之。	領隊：王薪程 ☎0910-995669 嚮導： 陳雲嬌、林文崑、王秀霜	10KM 6H 專車
2/05 (日)	親劍潭山 山步	劍潭山海拔 153 公尺，位於台北市士林區圓山風景區，是圓山飯店後山的北稜，也是台北市最接近市中心的小山，沿著稜脊步道緩緩前行可抵達其他山岳，走起來幾乎是輕鬆自在。	自由參加	集合時地： 09：00 前於「捷運劍潭站」2 號出口集合出發。	領隊：黃明峻 ☎0932-154386 嚮導：高銘峻	5KM
2/12 (日)	五指山 連峰	新竹五指山，位於新竹縣竹東鎮、北埔鄉和五峰鄉交界處的一座山峰，標高 1062 公尺(台灣小百岳 # 30)。為雪山山脈支稜，因山峰外型酷似五指而得名，昔時曾入選淡水廳八景之一，也曾排名全台十二勝第七名。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654	集合時地： 依報名人數再安排 上車時間、地點公告之。	領隊：林美麗 ☎0930-137648 嚮導： 高信宗、李秀雲、劉心君	11KM 7H 專車
2/12 (日)	溪山百年古圳 平溪古道 步	溪山百年古圳步道位於士林溪山里的半嶺聚落，是台北市政府大地工程處新規劃完成的一條水圳生態步道，但擁有古圳、老樹、梯田、瀑布、土地公廟等人文及自然風光，沿途設有洗衣池、洗腳平台、觀景平台，並設立導覽解說文字，以恢復早期農村的風貌，同時也提供市民一處休憩悠遊的景點。	自由參加	集合時地： 09：00「礁坑橋」整隊出發。 交通： 08：20 前於「劍潭捷運站」出口搭小 18 公車於「礁坑橋(普宜苑)」下車。 車班 08：30 09：00	領隊：王伶琴 ☎0921-962923 嚮導： 梁育瑛、魏明霞	6KM

高山行程：

玉山行程 ~ 第四次申請沒有中籤擇期再安排

雪山主峰東峰 A 組

雪山北峰東峰 B 組 11/1-11/3 三天二夜 共 19 人已經有床位 369 山莊住二晚

北大武山：11/18-11/20 檜谷山莊住二晚

因冬季寒冷易下雪元月~2 月暫不安排攀登。

隊址：新北市汐止區中興路 183 巷 2 號 1 樓

T E L：2694-0568

手 機：0936-346-999

F A X：2694-7952

隊長：0936-346-999

總幹事：0932-151-654

隊籍組：0937-190-419

財務組：0933-720-626

嚮導組：0918-533-165

網址：<http://www.fem.com.tw>

E-mail：kt30200@gmail.com

歡迎上網瀏覽，可下載活動照片沖洗。

※活動時務必遵守團隊精神，若非嚮導在前引導，請勿自行前往，以免發生意外