



中華山岳協會飛鷹登山隊 台北市登山育樂協會

112 年 2 月~112 年 5 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
2/05 (日)	貴子坑步道 三層崎 忠義山	A：復興崗站>三層崎>綠色廊道>稻香人行步道>水磨坑沿溪路>貴子坑步道>貴子坑生態園區>復興崗站 B：復興崗站>三層崎>綠色廊道>稻香人行步道>水磨坑沿溪路>貴子坑步道>上青巒步道>小坪頂山吳仔厝>嘎嘮別山>忠義山>台北藝術大學>關渡捷運站。	自由參加	集合時地： 08：30 前於「捷運復興崗站」1 號出口集合出發。	領隊：A 組:梁育瑛 ☎0928-537369 嚮導：江士榮 郭美蓮、林貴華 領隊：B 組:賴州賓 ☎0918-533165 嚮導：劉芳銘 盧福中、林里純	7KM 12KM
2/12 (日)	鶯桃連走	鶯歌車站>孫龍布道>鶯歌石步道>光明山稜線步道>彰埔坑山>百年大榕樹>望湖山>圳頭山>福源山>福源山步道>大同路>長壽路>龜崙口>新路坑山北峰>虎頭山>環保公園>虎頭山步道>五分山>三分山>南峰>南南峰>宏德宮>桃園車站	自由參加 火車車次#1129 汐止 07：24 南港 07：32 台北 07：44 鶯歌 08：20	集合時地： 08：40 於「鶯歌火車站」站出口，整隊出發。	領隊：高信宗 ☎0973-866749 嚮導： 邱垂鶯、黃碧華 鄭秀玲	15KM 6H
2/12 (日)	溪山百年古圳步道 平溪步道	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 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	集合時地： 09：00「礁坑橋」整隊出發。	領隊：高銘峻 ☎0933-225430 嚮導： 梁育瑛、魏明霞	6KM
2/19 (日)	平湖東西步道 內平林山	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 \$500 元(含車資+保險)	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： 王秀霜、詹維章、傅學舜	※專車
2/19 (日)	劍潭山 親山步道	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
2/26 ~ 2/27 (日一)	芬園、王功、鹿港兩日遊	彰化二水坑內坑森林黃金步道. 坑內坑舊名茄苳坑，位於彰化縣二水鄉，早先居民要上受天宮進香，因此走出一條"進香古道"，民國 96 年時由南投林管處及二水鄉公所整建為坑內坑森林步道。 芬園黃花風鈴木黃金大道-彰化縣芬園彰南路綿延 5 公里長的 600 棵黃花風鈴木大爆「花」，繽紛燦爛的風鈴木如陽光般熱情綻放，閃閃搖曳的花瓣隨風灑落地面，美得扣人心弦。 下午「鹿港的街道、鹿港的漁村、媽祖廟裡燒香的人們~~」，朗朗上口的鹿港小鎮歌詞，訴說著鹿港的生活與特色。天后宮、老街、鹿港桂花巷藝術村、美食小吃等，都是來鹿港必逛的，除了經典鹿港景點，全台唯一的玻璃媽祖廟、國家一級古蹟龍山寺、懷舊氣氛的民俗文物館。 回程~銅鑼炮仗花-貓裡山公園健走步道 地點：貓裡山公園， 健走範圍：貓裡山公園 - 奇螺山莊 健走公里數：來回約 5 公里 環境特色：園內步道四通八達，登臨其上可俯視市區 欣賞夕陽美景返回台北	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$ ★住二人房 4200 元/人 ★住四人房 3800 元/人 (含車資+保險+鹿港飯店 1 宿+1 早餐 2 午餐 1 晚餐+鹿港導覽+王功採蚵坐牛車等活動費用) 限 40 位	集合時地： ①06：50 於汐止農會上車 ②07：00 於南港展覽館捷運站出口 2 前上車。 ③07：20 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：藍雪花 ☎0932-515305 嚮導： 蔡秀滿、李秀雲	※專車

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
3/05 (日)	五指山連峰 新竹	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 💰1000 元/人(含車資+保險+早餐+晚餐) 午餐自理	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	8KM 5H ※專車
3/05 (日)	景美仙跡岩	仙跡岩位於台北市文山區，又稱「景美山」位於南港山稜支脈，山頂有巨石，相傳石上足跡為仙人所留，因之為名。仙跡岩山勢不高，最高點海拔只有 144 公尺，放眼四周視野良好，景美山海拔 143 公尺。(興隆路上，下景美)	自由參加	集 合時地： 09：00 前於「萬芳醫院」捷運站出口集合，整隊出發。	領 隊：王秀霜 ☎0930-627729 嚮 導： 劉秀蘭、陳淑美	6KM
3/12 (日)	草嶺古道 桃源谷 下大溪 灣坑頭山	草嶺古道位於東北角海岸，是先民開闢淡水廳到噶瑪蘭廳之間的淡蘭古道中之一段，沿途景點包含「跌死馬橋」、「雄鎮蠻荒」及「虎字碑」等古跡。且步道整理得整潔清幽，視野寬闊，順登灣坑頭山(海拔 616 公尺)。此次從貢寮起登，下大溪，歡迎參加。	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 💰1000 元/人(含車資+保險+早餐+晚餐) 午餐自理	集 合時地： ①07：00 於圓山捷運站出口1承德路三段 249 號「中華電訊」前上車。 ②07：20 於南港展覽館捷運站出口6前上車。	領 隊：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮 導： 彭玉潔、周金華、陳啟賢	11KM 7.5H 專車
3/12 (日)	康樂山	捷運葫州站→康樂山海拔 128 公尺→餐廳	自由參加	集 合時地： 09：00 前於「捷運葫州站」集合出發。	領 隊：高銘峻 ☎0933-225430 嚮 導： 紀玉峰	5KM
3/19 ~20 (日一)	郡大山	高山行程：郡大山	詳細群組公佈	領 隊：王薪程 ☎0910-995669	嚮 導： 陳雲嬌、林文崑	※專車
3/19 (日)	山羊洞	雙溪口→外按步道→烏塗溪步道→摸乳巷、牧童古道→溪邊寮山、山羊洞→烏塗窟	自由參加 ☘交通：「木柵捷運站」出口 A 搭往平溪公車 795 (原 1076 號)到「雙溪口站」下車(馬明潭 07：20 發車)。	集 合時地： 08：30 於「雙溪口站」站整隊出發。 ☘交通：「捷運景美站」搭 666 公車於「雙溪口站」下車。	領 隊：賴州賓 ☎0918-533165 嚮 導： 李美玲、劉芳銘、江士榮	12KM
3/26 (日)	59 飛鷹創隊周年隊慶	慶祝飛鷹創隊 59 周年隊慶暨台北市登山育樂協會成立 27 周年聯歡晚會隆重舉行，援例表彰 111 年度精勤及嚮導有功人員，高山獎得獎人員，歡迎攜眷參加，共襄盛事！ 預祝晚會圓滿成功。 ★隊員請一律穿著紅條隊服(外加夾克或西裝) 時間：17：30 地點：「新上享餐廳」 台北市長安西路 287-2 號 1 樓	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 💰1200 元/人 截止日：3/5 前 ※贈品：手機吊套	交通： 公車 12、52、138、250、274、304、601、669、660、紅 33、811 於「塔城街站」或「延平一站」下車步行 或「捷運北門站」步行 5 分鐘路程。	領 隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮 導： 總幹事、公關組、總務組	
4/02 ~03 (日一)	一日遊 杉林溪	第一天早上七點台北出發 杉林溪森林遊樂區 第二天 忘憂森林 費用及詳細資料於報名時再於群組另行公告	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 💰	集 合時地：	領 隊：林美麗 ☎0930-137648 嚮 導： 江士榮、藍雪花、劉心君	※專車
4/09 (日)	姑娘山 雞冠山 紙寮坑古道 ○型 松柏崎山	姑娘山海拔 371 公尺，雞冠山海拔 420 公尺，松柏崎山，松柏崎山又稱三板橋山海拔 437 公尺、土地調查局圖根點，紙寮坑古道是昔日汐止、石碇兩地之間往來的古道，沿著紙寮坑溪岸而行，沿途有古老的土地公廟、百年古石碑與聚落遺址， 人文遺址之豐富。	自由參加	集 合時地： 姑娘廟站站牌 08：40 整隊出發。 ☘交通：捷運木柵站搭 07：20、08：00 之 795 公車至「姑娘廟站」下車， 歡迎自行開車 08：20 前到達。	領 隊：孫子敬 ☎0910-658722 嚮 導： 高素真、林麗娜、吳麗卿	10KM 5H

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
4/09 (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「南寮忠三街口站」整隊出發。 交通： 287、630 公車終點「南寮忠三街口站」下車 53 公車也可	領隊： 吳世欽 ☎ 0921-850019 嚮導： 高銘峻	5KM
4/16 (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，古樸幽靜的古道，有涓涓小溪相伴。行至石城仔嶺土地公祠，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/人(含車資+保險+福隆便當+1 瓶寶礦力)	集合時地： ①06：45 於圓山捷運站出口 1 承德路三段 249 號「中華電訊」前上車。 ②07：10 於南港展覽館捷運站出口 3 前上車。	領隊： 陳雲嬌 ☎ 0939-154395 嚮導： 王秀霜、詹維章、傅學舜	12KM 6.5H 專車
4/16 (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： 邱文龍 ☎ 0928-234882 嚮導： 盧福中	
4/22 ~23 (六日)	2023 年 IVV 城市快樂健行	2023 年 IVV 城市快樂健行大會於 4 月 22、23 日舉行，分 5、10、20 公里，中央會場設於：木柵路四段 159 巷 14-1 號「臺北市立博嘉國小」 4 月 22 日本隊參與大會 10 公里及 20 公里嚮導工作服務。 完成行程者可參加模彩，大獎獎品等您來拿，各行程路線在報名後，發給之報名單有詳細說明。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎ 0932-151654 \$ 700 元/人 截止日： 3/25 前 ※贈品：北大武山圖紀念排汗 T 恤及隱形隨身包	集合時地： 臺北市立博嘉國小 20KM→08:00 出發 10KM→09:00 出發 05KM→09:30 出發 交通： 公車 251、252、282(副)、647、660 或於木柵捷運站出口約 2 分鐘，左轉進 159 巷前往會場。	領隊： 謝明志 ☎ 0936-346999 嚮導： 屆時會在群組公佈名單，敬請期待。	5KM
4/30 (日)	土城山區縱走	捷運海山站→土城清水大尖山→五尖山→文筆山→五城山→天上山海拔 430 公尺→望月亭→桐花公園→南天母廣場公車站→捷運永寧站。	自由參加	集合時地： 08：00 於「捷運海山站」出口 1 整隊出發。	領隊： 藍朝枝 ☎ 0926-156536 嚮導： 林逸章、彭玉潔、吳麗雀	10KM 6H
4/30 (日)	台北小溪頭環狀步道	台北小溪頭環狀步道是近年來政府規劃的一條步道系統，結合此地山林既有的三條步道：碧溪步道、大崙頭自然步道、大崙頭森林步道，構成一條環狀登山路線，亦可以順登台北小溪頭園區內海拔最高的大崙頭山海拔 476 公尺為小百岳之一。	自由參加	集合時地： 08:45「大崙尾山站」整隊出發。 交通： 07：40 前於「捷運士林站」搭 255 區間車或「捷運大直站」搭棕 13 公車於「大崙尾山站」下車。	領隊： 高銘峻 ☎ 0933-225430 嚮導： 黃明峻	8KM
5/07 (日)	大混山、李棟山	李嶼山至大混山連稜，是日據時期的隘勇線，沿途有駐在所及砲台遺跡，百年駁坎矗立於森林中，充滿歷史意義，原始茂密的森林、整齊的柳杉林，讓人走來心曠神怡，亦有「黑森林步道」、「中級山五星級路線」之稱。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎ 0932-151654 \$ 1000 元/人(含車資+保險+早餐+晚餐) 午餐自理	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、賴州賓、許崇騰	中巴 專車
5/07 (日)	中華山岳友隊聯誼	中華山岳友隊聯誼： 關渡捷運→十三行博物館	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎ 0932-151654	集合時地： 08：00 於「捷運關渡站」出口 1 整隊出發。	領隊： 陳英隆 ☎ 0939-303630 嚮導： 高銘峻	8KM

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
5/14 (日)	慶祝母親節 輕鬆健行	今日為母親節，祝福母親們青春永駐，健康快樂！特別安排悠閒登山之遊； 今日登關渡忠義山又叫小八里分山海拔 233 公尺，石階攀登、林蔭密布是其最大特色，慢步攀登、享受林間涼爽，是極佳的有氧運動場地。午間借此「慈福宮」舉辦慶祝活動，辦桌餐敘。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$600 元/人 辦桌費分攤，飲料嚮導提供。	集合時地： 08：40 前於「捷運忠義站」1 號出口集合出發。	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 李文淵、黃進益、曾煥初	5KM
5/21 (日)	台北市登山健行 協會小隊聯誼	石門山又名小竹坑山，因位處石門水庫西側而得此名，海拔高度 550 公尺，山頂上有一個一等三角點，視野遼闊無比，天氣晴朗時甚至可以看到台北的 101 大樓，為台灣小百岳之一。 中午石門水庫旁餐廳吃活魚。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$800 元/人 (含車資+保險+午餐費)	集合時地： 依報名人數再安排上車時間、地點公告之。	領隊：江士榮 ☎0932-151654 嚮導： 陳英隆、蔡秀滿	6KM ※專車
5/28 (日)	五四大縱走	「五四縱走」是指從五分山經頂子寮山、望古山、中窠尖、姜子寮山至磐石嶺後，再轉稜上 581 峰、雙石塔、耳空龜山到汐止的四分尾山和大尖山，全程長達二十多公里。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654	集合時地： 交通：台北車站搭乘(車次 4138) 06：17 蘇澳區間車至「瑞芳站」下車。 (汐止 06：41) 再共乘計程車上五分山登山口。	領隊：黃進益 ☎0930-627729 嚮導： 田莉莉、賴州賓、胡銀華	20KM
5/28 (日)	基隆獅球嶺	獅球嶺，海拔 115 公尺，有三級古蹟「獅球嶺古砲台」俯控基隆港城；鶯歌石山，又名蚵殼港山海拔 147 公尺，此路線為基隆地區的熱門路線，視野開闊景觀佳，	自由參加	交通： 台北車站搭乘 07：45 往基隆區間車至三坑車站。 集合時地： 08：40 三坑車站整隊出發。	領隊：邱文龍 ☎0928-234882 嚮導：盧福中	
6/04 (日)	孝子山 慈母峰 中央尖 O 型	孝子山海拔 360 公尺，慈母峰海拔 410 公尺，普陀岩海拔 450 公尺，為平溪知名的三座岩峰，山雖不高卻陡峭突兀，「岩肌裸露，險峰聳列」就是最好寫照。立其頂展望極佳，歡迎參加。中央尖海拔 360 公尺，更為陡峭及挑戰性； 小 O：孝子山、慈母峰、普陀岩(約 3H) 大 O：孝子山、慈母峰、普陀岩、中央尖(約 5.5H)	自由參加 (自行開車，請於 09：10 前到達平溪國中)	集合時地： 08：20 前於捷運「木柵站」出口 A，搭往平溪公車 795 到平溪國中站下車 09：30 整隊出發。 「馬明潭」開車時間 08：00 / 08：30。	領隊：孫子敬 ☎0910-658722 嚮導： 邱垂鶯、洪炆賢、劉芳銘	7~10 KM

飛鷹 2023 年高山行程～

1.南橫二星 1/5-1/7 已經完成~~參加人數：28 人 2.北大武山 A 組：8 個人~~2/9-2/12 已經收費 B 組：10 個人~~2/12-2/15 開始收費 3.羊頭山 2/27-03/01~~參加人數：24 人~~已經收費 4.郡大山 3/18-3/19~~參加人數：24 人	4 月：嘉明湖（4 天） 5 月：玉山前五峰（3.5 天） 6 月：雪山主東峰（3.5 天） 能高安東軍（6-7 天） 7 月：屏風山（3 天） 7 月：武陵四秀（3.5 天） 8 月：奇萊主北峯（3 天） 9 月：玉山後四峰（4.5 天） 10 月：八大秀（5.5 天） 11 月：關山、庫哈諾辛山（4 天）
--	--