



# 中華山岳協會飛鷹登山隊 台北市登山育樂協會

## 112年6月~9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
6/04 (日)	孝子山 中央尖 慈母峰 ○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○：孝子山、慈母峰、普陀岩 (約 3H) 大○：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
6/11 (日)	慈湖 白石山 ○形	頭寮山、石龜坑山、白石山、石厝坑山、草嶺山，位於桃園大溪的郊山路線，可串成稜線縱走的模式，沿途可一窺水庫、慈湖、大溪、復興等美麗風景。古道材質皆就地取材，鑿石而成的階梯，沿路是古樸雅意而濃綠的林蔭，沿著溪畔而行，風景秀麗。頭寮山標高 497M，石龜坑山標高 480M，白石山標高 625M，石厝坑山標高 573M，草嶺山標高 347M。 行程概述：慈湖-草嶺山-石厝坑山-白石山-石龜坑山-頭寮山-慈湖	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$600 元 (含早餐+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：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮導： 彭玉潔、周金華、藍水源	13KM 7H ※專車
6/11 (日)	芝山岩線	芝山捷運站→忠誠公園→芝山岩→雙溪提防(右邊)	自由參加	集合時地： 09：00 前於「芝山捷運站」1 號出口集合，整隊出發。	領隊：鄭雅文 ☎0932-352049 嚮導：曾煥初	5KM
6/18 (日)	新店和美山	台灣 i 健行活動；本活動由「新北市體育總會健行登山委員會」辦理年度淨山健行活動，免費參加並提供贈品及飲料 和美山又名碧潭山、大笨山，位於新店碧潭附近，海拔高度雖只有 153 公尺，展望卻是極好，可俯瞰碧潭的水光蕩漾，晴朗之時甚至可以將台北盆地盡收眼底。	自由參加	集合時地： 08：10 前於「新店捷運站」出口集合出發。	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 李文淵、黃進益、江士榮	5KM
6/25 (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 \$600 元 (含早餐+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： 王薪程、林文崑、傅學舜	7KM ※專車 5.5H
6/25 (日)	嘉禾新村文化巡禮	北市現存四大眷村之一的「嘉禾新村」，新整修完畢，於 2022 年 10 月底正式開幕，附近有寶藏巖國際藝術村及新建的小觀山木棧道。沿著昔日的萬新鐵路(汀州路)，環狀一圈，造訪這些景點，還可以欣賞新店溪的風光。	自由參加	集合時地： 08：50 前於「捷運台電大樓站」出口 1 集合出發。	領隊：王秀霜 ☎0928-620287 嚮導： 劉秀蘭、陳淑美	
7/02 (日)	桶后越嶺	桶後越嶺步道是一條穿越雪山山脈，從大台北直接進入宜蘭的夢幻步道，而且難度不高，半天就能走完。此外，山友之間相傳的人間天堂；桶後溪在山間蜿蜒，形成急流、短瀑、平潭及淺灘，呈現迥然不同的風情，據說「不至桶後，不知台北溪流之美。」也是烏來山區三大古道之一，是早期泰雅族由雪山山脈地區北上打獵遷移走出的路徑，到日治時代，為了伐木及便於統治原住民，把小山徑開闢成越嶺道路，現已成為登山健行的熱門路線。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$烏來到桶后登山口來回車資均攤，約 600~800 元/每人	集合時地： 08：30 於烏來公車總站搭當地計程車。 ※因須由烏來當地車輛載乘，乘坐起站在為烏來公車總站。	領隊：孫子敬 ☎0910-658722 嚮導： 江士榮、邱垂鶯、陳冠穎	12KM 5H ※專車

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
7/02 (日)	狗殷勤古道	狗殷勤古道，又稱尾崙水圳步道或美崙水圳步道，陽明山地區坪頂地區以水圳路聞名，其中的「狗殷勤古道」(尾崙水圳路)。古道跨越平等里及公館里，水圳路的長度勝過坪頂古圳、坪頂新圳或登峰圳的水圳路，淙淙水聲，一路相伴，耳目怡悅，是一條極佳的踏青路線。	自由參加	<b>集合時地：</b> 08：50 前於故宮博物院總站旁集合。 09：00 整隊出發。 <b>交通：</b> 「士林捷運站」中正路端搭 255、304 公車「故宮博物院站」下車。	<b>領隊：</b> 高銘峻 <b>嚮導：</b> 黃明峻	6KM
7/09 (日)	瑪陵尖連峰環型路線 龍鳳山 萬壽山	龍鳳山海拔 100 公尺、萬壽山海拔 104 公尺、瑪陵尖東南峰海拔 190 公尺、瑪陵尖主峰海拔 190 公尺、瑪陵尖東北峰海拔 176 公尺環型路線；龍鳳山、萬壽山是基隆七堵區自強里小小的山嶺，也是這一帶人們早晨常常來運動的好去處，瑪陵尖連峰為七堵區登山熱門景點，也是坐火車即可登的方便景點。	自由參加	<b>集合時地：</b> 08：30 前於七堵火車站光明路出口。 <b>交通：</b> 台北車站搭乘(車次 1128) 07：42 基隆區間車至「七堵站」下車。	<b>領隊：</b> 陶鳳麟 <b>嚮導：</b> 吳麗卿、林麗娜、高素真	11KM 7.5H ※專車
7/16 (日)	軍艦岩 大炮岩連走	由惇敘工商站起登→石壇山(新北投山) 海拔 243 公尺→八頂山海拔 210 公尺→丹鳳山海拔 210 公尺→軍艦岩海拔 118 公尺→啞哩岸山海拔 164 公尺→奇岩山海拔 91 公尺→東華山海拔 210 公尺出東華公園。	自由參加	<b>集合時地：</b> 08：00 前於「惇敘工商站」集合出發。 <b>交通：</b> 07：30 前於「石牌捷運站」搭公車 230、508、535、536、612 到「惇敘工商站」。	<b>領隊：</b> 高信宗 <b>嚮導：</b> 賴州賓、蘇淑美、林貴華	12KM 6.5H
7/16 (日)	軍艦岩線	捷運啞哩岸站→陽明大學→軍艦岩	自由參加	<b>集合時地：</b> 09：00 前於捷運啞哩岸站 1 號出口集合，整隊出發。	<b>領隊：</b> 李永發 <b>嚮導：</b> 盧福中	6KM
7/23 (日)	登隆山 三貂角燈塔	觀山看海絕對值得一爬；由新北貢寮馬崗漁港站牌，起登三貂角燈塔，循雪山尾稜登隆山，下福卯古道五岔路，上靈鷲山車道，順遊靈鷲山無生道場，在由靈鷲山羅漢朝聖步道，回福隆車站結束行程。	<b>報名請洽：</b> 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$1000 元/人 (含早餐+車資+保險+晚餐)	<b>集合時地：</b> 依報名人數再安排上車時間、地點公告之。	<b>領隊：</b> 陶鳳麟 <b>嚮導：</b> 陳啟賢、黃碧華、邱垂鶯	14KM 7H
7/23 (日)	親山步道 劍潭山	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	<b>集合時地：</b> 09：00 前於「捷運劍潭站」2 號出口集合出發。	<b>領隊：</b> 陳英隆 <b>嚮導：</b> 紀玉峰	6KM
7/29 (六) ~ 7/30 (日)	谷關七雄	谷關七雄，係指臺灣中部谷關風景區一帶的七座中級山；此次安排二座，詳細待領隊安排再行公告之。	<b>報名請洽：</b> 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$分攤，依報名人數多寡再公佈	<b>集合時地：</b> 依報名人數再安排上車時間、地點公告之。	<b>領隊：</b> 陳雲嬌 <b>嚮導：</b> 王薪程、傅學舜、林文崑	※專車
7/30 (日)	橫嶺古道環狀步道	橫嶺古道為泥土碎石路，坡度起伏不大平緩好走，但「山不在高，有仙則名。水不在深，有龍則靈」，步道途中有一段竹林，青翠聳立竄向天際形成綠色廊道，幽篁曲徑絕美的意境成為陽明山公園熱門健行路線，媲美日本嵐山竹林小徑。	自由參加	<b>集合時地：</b> 08：50 前於「陽明山公車站」集合 09：00 整隊出發。 <b>交通：</b> 劍潭捷運站轉紅 5，另 230、260 公車亦可	<b>領隊：</b> 梁育瑛 <b>嚮導：</b> 魏明霞	5KM
8/06 (日)	永春坡溼地公園 虎山溪生態步道越嶺	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。輕鬆行，下山慶祝爸爸節	自由參加	<b>集合時地：</b> 08：40 前於「後山埤捷運站」2 號出口集合 08：50 整隊出發。	<b>領隊：</b> 邱文龍 <b>嚮導：</b> 盧福中	5KM

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
8/06 (日)	小觀音山群峰縱走 大屯溪古道	「大屯溪古道」有如毫無人煙的原始森林，沿清澈大屯溪而上，一條步道可以有不同路線的難易組合，合適各種類型的人前往。若時間、體力充足，還可繼續通往小觀音山群峰。原始夢幻的溪中林景，難怪登山家林宗聖以「北台灣最美麗的古道」形容。小觀音主峰海拔 1066 公尺，因被劃為軍事用地，雖目前有戰備道可抵達，但為管制區。西峰海拔 1048 公尺，可觀看整個小觀音火山口(全台最大)和好美好美的三芝北海海岸線。今登小觀音山西峰出大屯鞍部轉陽明山遊園公車返回陽明山公車總站。	自由參加	<b>集合時地：</b> 08：20 前於「北新莊公車站」集合， 08：30 整隊出發。 <b>交通：</b> 淡水捷運站轉乘 875 公車於終點站 「北新莊」下車。 875 淡水開車時間； 07：25 07：40	<b>領隊：</b> 邱垂鶯 <b>嚮導：</b> 劉芳銘、謝玲珠、陳麗淑	11KM 8H
8/13 (日)	坪溪古道 石空古道	坪溪古道為新北雙溪與宜蘭頭城的交界，屬淡蘭古道中路支線，百年前因運送木材而闢寬為林道，也曾鋪設輕便鐵軌，因此既平緩又寬闊，一路都很好走，又有柳杉溪流美景，令人賞心悅目。終點至觀景休憩區，可欣賞龜山島海天一色美景。石空古道位於宜蘭頭城鎮外澳里，古道歷史可追溯至 1824 年駐守頭圍的噶瑪蘭營守備黃泰廷千總(武官職稱)由頭城率部下關道經石空至烏山開墾，自此開始石空一帶始有人居住，石空古道也成為先民挑擔買賣的重要道路。古道上接坪溪古道，下抵外澳，為淡蘭中路從淡水廳到噶瑪蘭廳(現今臺北到宜蘭)的最後一段山徑。沿途自然生態豐富，還能鳥瞰龜山島及烏石港。夏日清涼行程。	<b>報名請洽：</b> 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$1200 元/人(含早餐+車資+保險+晚餐)	<b>集合時地：</b> 依報名人數再安排 上車時間、地點公告之。	<b>領隊：</b> 賴州賓 <b>嚮導：</b> 胡銀華、李美玲、鄭秀玲	7KM 中巴
8/13 (日)	中華健行 小隊聯誼	本活動由「中華健行登山協會」辦理全民運動；苗栗鹿廚坑步道健行。詳細再於群組公告之。	<b>報名請洽：</b> 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$800 元/人 含車資+保險	<b>集合時地：</b> 依報名人數再安排 上車時間、地點公告之。	<b>領隊：</b> 謝明志 <b>嚮導：</b> 江士榮、陳英隆、蔡秀滿	5KM
8/20 (日)	南澳古道	南澳古道位在南澳鄉金洋村，是通往泰雅族舊部落的路徑之一，為「舊武塔古道」的一部分，也是泰雅族的傳統獵場。自旋檀駐在所遺址起，循南澳南溪上溯至古道終點，至合流溪與南澳南溪匯流口，共 3.8 公里。沿途平緩好走，野生動植物生態豐富，沿途有吊橋遺址、警備道路基等遺跡。並且充滿歷史遺跡，另外少有人知的是，這裡還流傳著一個非常淒美的故事，讓我帶著大家回到 80 年前的南澳山區，探尋那位泰雅少女莎韻的傳奇故事。時間允許再安排泡蘇澳冷泉。	<b>報名請洽：</b> 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$1500 元/人 (含車資+保險+晚餐)	<b>集合時地：</b> 依報名人數再安排 上車時間、地點公告之。	<b>領隊：</b> 王秀霜 <b>嚮導：</b> 劉秀蘭、陳淑美、陳姿昂	10KM 6H 9 人 座車
8/27 (日)	高島縱走	高台山位於新竹縣尖石鄉的那羅部落一帶，山頭寬緩，還有一片筆直優美的杉木林，更上方的觀景台展望極佳，可遠眺尖石部落與那羅一帶。穿過綿延幽深的杜鵑老林之後即可抵達島田三山：小島田山(又稱島田前峰或 1670 峰)、中島田山(又名島田中峰或 1805 峰)和島田山(又稱大島田山或 1824 峰)，三者皆無基石，途中會經過陡峭的岩稜(有拉繩)，島田山頂有一棵巨檜，有機會欣賞到雲海美景，這一段山界常稱之為「高島縱走」。下山可選擇較平緩的腰繞路(日治時期警備道)返回高台山。全程皆行走在海拔 1000 公尺以上，具有多種不同的地形、景觀和林相變化，踏在厚厚的松針或落葉山徑，就如同踩在柔軟的天然地毯上，即使盛夏前來也令人心曠神怡，是單日縱走的優選。	<b>報名請洽：</b> 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$約 900 元/人 均攤(含車資+保險)	<b>集合時地：</b> 依報名人數再安排 上車時間、地點公告之。	<b>領隊：</b> 陳雲嬌 <b>嚮導：</b> 王薪程、傅學舜、林文崑	9KM 6H 9 人 座車

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
8/27 (日)	步 福 道 洲 山	捷運辛亥站→中埔山榕樹步道→福洲山步道 →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」集合出發。	領隊：高銘峻 ☎0933-225430 嚮導：黃明峻	5KM
9/03 (日)	坪林 三星	坪林三星就是鬼子瀨尖海拔 636 公尺，源茂 山海拔 881 公尺及和尚髻山海拔 726 公尺。 以往坪林三星沒辦法環繞一圈連走，但在熱 心山友開發之下，找出從坪林茶葉博物館後 方起登鬼子瀨尖，開啟了三山連走的的路線。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 依報名人數多寡 由領隊決定是否 專車	集合時地： 08：30 於「坪林茶 葉博物館」停車場 整隊出發。	領隊：賴州賓 ☎0918-533165 嚮導： 劉惠美、田莉莉、 呂美芬	10KM 6.5H 共乘 或 專車
9/03 (日)	糶米 古道	糶米古道+德興煤礦：為信義區秘境礦坑步 道！近年來陸續整建後相當舒適且安全，伴 生態溪流美景，風華再現賣米捷徑，是老少 咸宜的步道。	自由參加	集合時地： 08：50 前於「捷運 象山站」2 號出口集 合出發。	領隊：邱文龍 ☎0928-234882 嚮導：盧福中	6KM
9/10 (日)	哈哈 聯誼	一年一次哈哈聯誼，今年由我隊承辦； 行程：康樂山海拔 128 公尺，明舉山(又名柿 子山)海拔 150 公尺，有優質的泥土原始山林 步道，出口接台北市內溝溪生態館。午間於 「北興宮」聯誼餐聚。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$500 元/人	集合時地 08：20 前於「大湖 捷運站」2 號出口集 合 08：30 整隊出發。	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 江士榮、陳英隆、 蔡秀滿	5KM
9/15 ~ 9/19	越南 富國 島旅遊	行程內容豐富已在飛鷹群組公告之  行程日期：9/15(五)~9/19(二)	群組報名	專案通知	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 藍雪花、蔡秀滿	
9/17 (日)	國民 體育 日	本活動由體育署主辦：地點宜蘭 <b>1.親子路線</b> 燈篙林道停車場->肖楠步道->望林找龜-> 林道柵欄(醫護站、發放紀念品、補給飲水)-> 返回 <b>2.健腳路線</b> 燈篙林道停車場->肖楠步道->望林找龜-> 林道柵欄(醫護站、發放紀念品、補給飲水)-> 雙月湖->返回 (全程約 3.5 公里)	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$分擔	集合時地： 上午 8:00 時於燈篙 林道停車場集合。 交通： 依報名人數再安排 上車時間、地點公告 之。	領隊：陳英隆 ☎0939-303630 嚮導： 曾煥初、李永發、 賴州賓	※專車
9/24 (日)	塔曼 山	塔曼山又稱做多曼山，位於新北市烏來區和桃 園市復興區的交界，這座入口位在桃園卻是新 北市第一高峰的塔曼山，海拔標高 2130 公 尺，比台北市的第一高峰七星山還高。原始的 步道樹木有的攀倒、有的參天聳立，盤根錯節 的路徑讓塔曼山有「樹的國度」與「魔幻森林」 的美名。	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654 \$1500 元/人(含 早餐+車資+保險 +晚餐+塔曼山登 山口計程車資)	集合時地： 依報名人數再安排 上車時間、地點公告 之。	領隊：藍朝枝 ☎0926-156536 嚮導： 林逸章、吳麗雀、 陳啟賢	中巴 專車 6KM 5H
9/24 (日)	世界 健行 日	世界健行日係世界同步淨山健行活動： 本次行程 忠義山→桃源國中	自由參加	集合時地： 詳細在群組公告之	領隊：謝明志 ☎0936-346999 嚮導： 李文淵、黃進益、 邱文龍	5 KM
10/01 (日)	美鹿 山 高腰 山	保慶宮登山口→美鹿山南峰海拔 850 公尺→ 美鹿山海拔 870 公尺→高腰山海拔 976 公尺 →拔刀爾山海拔 1117 公尺→保慶宮登山口。 ※共乘或租車視報名人數多寡由領隊決定	報名請洽： 江士榮總幹事 ☎0932-151654	集合時地：捷運新店 站出口右側集合。 08：30 整隊接駁出 發至保慶宮。	領隊：孫子敬 ☎0910-658722 嚮導： 劉芳銘、邱垂鶯、 陳冠穎	8KM 7H 共乘 接駁
10/01 (日)	九五 峰	九五峰海拔 375 公尺為拇指山最高山頭，位 於信義、南港、大安區的交界處，與南港山 系數條步道相連，步道縱橫交錯峰峰相連。 峰上巨石為絕佳之展望點，可將台北市風光 及四周群山景色盡收眼底，此峰為楊森將軍 以九十五歲的高齡登此山因而命名。	自由參加	集合時地 08：40 前於「後山 埤捷運站」2 號出口 集合 08：50 整隊出發。	領隊：柳福生 ☎0932-311753 嚮導： 梁育瑛、魏明霞、	6KM

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：0938-517-352

財務組：0928-490-017

嚮導組：0918-533-165

網址：<http://www.fem.com.tw>

E-mail：[kt30200@gmail.com](mailto: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