



中華山岳協會飛鷹登山隊 台北市登山育樂協會

113 年 01 月～03 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
元/07 (日)	陽明山後花園尋幽	紫明溪步道→猴崁古圳步道上竹子湖→頂湖水車寮步道→猴崁古道出頂北投十八挖圳。紫明溪步道為陽明山最新野溪秘境！再走猴崁湖田國小步道：為陽峰古道北段，該古道係清代時期竹子湖地區通往士林、天母的交通路徑。猴崁水圳道：日治時期為灌溉農田關建的水利系統。	自由參加	集合時地 08：30 前於「陽明書屋」公車站集合 08：50 整隊出發。 交通 ：搭乘小 8 公車，128(假日)、129(假日) 或陽明山遊園 108 公車。	領隊 ：邱垂鶯 電話 ：0938-517352 嚮導 ：劉芳銘、洪炆賢、陳啟賢	9KM 6.5H
元/07 (日)	步 道 福洲山	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 電話 ：0933-225430 嚮導 ：黃明峻	6KM
元/14 (日)	尪仔石坑古道 紅銹石古道 姜子寮山	尪仔石坑海拔 380 公尺(礦務基石)，姜子寮山海拔 729 公尺(小百岳)，尪仔石坑古道為淡蘭古道中路支線，紅銹石古道 行程概述：嶺腳車站→靈巖寺牌樓岔路→水泥路民石橋→廢棄礦坑坑口→紅銹石古道→取左尪仔石坑古道→尪仔石坑→古早厝地→稜線四叉路→取右往姜子寮山→往中窯尖稜線→稜線四叉路→右下紅銹石古道→靈巖寺牌樓岔路→嶺腳車站。	自由參加 歡迎自行開車： 請於 08：50 前到達「嶺腳車站」	集合時地 ： 09：00 前於「嶺腳車站」出口集合，整隊出發。 交通 ：台北車站搭乘(車次 1120)06：55 往基隆區間車至「八堵車站」下車，換(車次 4712) 往菁桐，於「嶺腳車站」下車。	領隊 ：賴州賓 電話 ：0918-533165 嚮導 ：高信忠、胡銀華、李美玲	11KM 6H
元/14 (日)	故宮線 劍南	劍南捷運站→劍南蝶園→文間山→步道→婆婆橋→故宮出→順遊至善園或原住民文化主題公園		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 電話 ：0928-234882 嚮導 ：盧福中	6KM
元/21 (日)	三貂嶺十瀑縱走	行程概述：三貂嶺車站→幼坑步道→幼坑山 240M→碩仁煤礦遺址→粗坑瀑布→往返幼坑瀑布→翠谷瀑布→子母雙瀑布→茵夢瀑布→金霞瀑布→天雲瀑布→三貂嶺步道→枇杷洞瀑布→摩天瀑布→合谷瀑布→三貂嶺車站	自由參加	集合時地 ： 08：30 前於「三貂嶺車站」出口集合，整隊出發。 交通 ：台北車站搭乘(車次 1120) 06：55 往基隆區間車至「八堵車站」下車，換(車次 4712) 往菁桐，於「三貂嶺車站」下車。	領隊 ：陶鳳麟 電話 ：0921-949716 嚮導 ：陳冠穎、劉惠美、李姿霓	12KM 6.5H
元/21 (日)	康樂山 白鷺鷥山	捷運葫州站→白鷺鷥山→大湖公園→康樂山→內湖	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 電話 ：0933-225430 嚮導 ：李永發	8 KM
元/28 (日)	汐止東山瀑布 盤石嶺○型 姜子頭山	汐止→東山瀑布→姜子頭山(503M)→盤石嶺→作埤內古道→仁愛橋→汐止	自由參加 歡迎自行開車： 請於 07：45 前到汐止火車站信義路出口集合。	集合時地 ： 08：20 前於「仁愛橋」公車站集合 08：30 整隊出發。 交通 ： 07：20 前於汐止火車站(寶島眼鏡行)搭 F905 公車於「仁愛橋」站下車。 F905 時間 07：30 07：55	領隊 ：李勝份 電話 ：0912-581518 嚮導 ：林麗娜、吳麗卿、高素真	5KM

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
元/28 (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 號集合出發。	領 隊：邱文龍 ☎ 0928-234882 嚮 導：陳英隆	6KM
2/04 (日)	菜公坑山 烘爐山 枕頭山 O型	菜公坑山，海拔高度 867 公尺，反經石。烘爐山，海拔高度 656 公尺，無基石。巴拉卡山 (枕頭山)，海拔高度 911 公尺，無基石	自由參加	集 合時地： 08：40 前於「二子坪」服務站集合，08：50 整隊出發。 交 通：08：00 前於「陽明山公車總站」搭棕 108 遊園公車於「二子坪」站下車。	領 隊：邱垂鶯 ☎ 0938-517352 嚮 導：劉芳銘、許益隆、黃碧華	6.5KM 6H
2/04 (日)	貴子坑 復興崗	復興崗捷運站→中央北路→貴子坑圳溝步道→秀山路→水土保持教學園區	自由參加	集 合時地： 09：00 前於復興崗捷運站 1 號出口集合，整隊出發。	領 隊：曾煥初 ☎ 0910-219046 嚮 導：鄭雅文	5KM
2/11 (日)	春節停辦	春節停辦				6KM
2/18 (日)	一日遊 喝春酒 (角板山)	大溪水流東茶葉博物館→基國派教堂→蝙蝠洞→蝙蝠洞步道→觀音洞瀑布→角板山公園。	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎ 0932-151654 \$ 1200 元 (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：謝明志 ☎ 0936-346999 嚮 導：李文淵、黃進益、曾煥初	
2/25 (日)	二、四、六縱走	指二格山(海拔 687 公尺) (小百岳)→四面頭山(海拔 520 公尺)→六分山(海拔 463 公尺)之間稜線縱走。順道拜訪南邦寮山(海拔 601 公尺)、貓空尖(海拔 557 公尺)、十六分山(海拔 515 公尺)。 行程概述：草湳大榕樹→二格山→南邦寮山→二格山土地公廟→貓空尖→十六分山→四面頭山→六分山→樟湖步道→貓空纜車站。	自由參加	集 合時地： 08：20 前於「草湳」站前集合 08：30 整隊出發 交 通：07：20 前於捷運「木柵動物園站」搭棕 15、貓空左線公車於「草湳」站下車。	領 隊：陳雲嬌 ☎ 0939-154395 嚮 導：王薪程、田莉莉、呂美芬、謝玲珠	9.1KM 5H
2/25 (日)	內湖登山賞櫻	捷運內湖站→金龍寺→碧山巖→圓覺寺→大溝溪生態治水園區→捷運大湖公園站→東湖國小→樂活公園。 碧山巖：主要種植「椿寒櫻」，這是從日本引進的櫻花品種，花瓣呈高雅淡粉紅色。 樂活公園：沿著內溝溪種植了寒櫻、八重櫻、昭和櫻、吉野櫻等各式櫻花	自由參加	集 合時地： 08：40 前於「捷運內湖站」1 號出口集合 08：50 整隊出發	領 隊：高銘峻 ☎ 0933-225430 嚮 導：紀玉峰	8KM
3/03 (日)	茶壺山 半屏山 燦光寮山 O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(又名半平山)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。 ★火車 7：38 抵達瑞芳站 7：50 在前站廣場集合 再搭公車去勸濟堂(登山口).	自由參加 歡迎自行開車： 請於 08：50 前到達「勸濟堂」站牌 ※原捷運忠孝復興站出口 2 搭乘 1062 客運往金瓜石，因現在頭班車改在 07：50 發車所以 請勿搭乘 。	集 合時地： 09：00 前於「勸濟堂」集合，整隊出發 交 通： 往瑞芳車區間車(車次 4144)： 板橋 06：37 台北 06：50 汐止 07：10 至「瑞芳車站」下車。轉金瓜石公車到金瓜石下車	領 隊：藍朝枝 ☎ 0926-156536 嚮 導：彭玉潔、周金華、陳啟賢	12KM 可共乘

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
3/03 (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」3 號出口集合出發。	領 隊：魏明霞 ☎ 0922-199768 嚮 導：梁育瑛	6KM
3/10 (日)	待老坑山 小獅山 健行賞杏花 員潭坑山	小獅山海拔 196 公尺，員潭坑山海拔 260 公尺，待老坑山海拔 382 公尺，由文山國中前進登山口，登小獅山，經最高峰 223m 長壽亭，續往大香山前行，到員潭子坑山 260m，再經優人神鼓〈老泉劇場〉環境優美，到待老坑山，穿過杏花林至樟山寺，或走樟樹步道到貓空。 輕鬆行者可到慈音寺搭小 11 公車回「七張站」	自由參加 A、B 行程 台北市民貓空覽車半價，請帶身份証 請備午餐	集合 時地： 08：20 前於「新店捷運站」出口集合，08：30 整隊出發。	領 隊：劉秀蘭 ☎ 0937-190419 嚮 導：王秀霜、陳淑美、陳姿昂	12KM
3/17 (日)	四暖連稜 ○型縱走	四腳亭火車站→粗坑口尖→碇內尖(砲台遺址)360M→龍門山 380M→粗坑頭崙→上天福安宮→粗坑頭山 401M→滴水山 249M→滴水山北峰→永興宮→四腳亭火車站。 ○型縱走	自由參加	集合 時地： 08：30 前於「四腳亭車站」出口集合，整隊出發。 交通 ：台北車站搭乘(車次 4148) 07：34 往蘇澳區間車至「四腳亭站」下車。 汐止 07：54	領 隊：卓威勳 ☎ 0920-273928 嚮 導：呂美芬、劉惠美、謝淑君	8KM 5H
3/17 (日)	獅頭山、碧湖	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，整隊出發。	領 隊：高銘峻 ☎ 0933-225430 嚮 導：盧福中	5KM
3/24 (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。	報 名請洽： 江士榮總幹事 ☎ 0932-151654 💲 均攤 (含車資+保險) 另由領隊決定是否要晚餐。	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、陶鳳麟、傅學舜、洪炆賢	9KM 6H 9 人座車
3/24 (日)	大崙頭山 大崙尾山	中央社區→大崙尾山步道口→大崙頭海拔 476 公尺，位於內湖、雙溪界稜上，山稜西伸大崙尾山，東邊五指山，南展碧山巖之三叉點山峰，是內湖地區最高的山脈，山頂為寬平石板水泥地，有顆無名基石 5 號，也有親山步道的蓋章處。該山名列台灣小百岳 #008→大崙尾山，又稱赤上天山，海拔 451 公尺，位於內湖區北勢湖與士林區雙溪界稜，有顆三等三角點一〇七三號。	自由參加	集合 時地： 09：00 前於「中央社區站」集合整隊出發 交通 ：08：20 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：賴州賓 ☎ 0918-533165 嚮 導：盧福中	9KM

日期	名稱	行程簡介	報名方式	出發時地	領隊/嚮導	備註
3/30 (六)	飛鷹創隊 60 周年隊慶	慶祝飛鷹創隊 60 周年隊慶暨台北市登山育樂協會成立 28 周年擴大舉辦聯歡晚會及隆重舉行各項展覽活動，並援例表彰 112 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 費用及贈品 待 理監事會議後再 行公告。 截止日：3/5 前	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	
4/07 (日)	大內連峰	「大內連峰」為大湖公園→內溝溪生態步道；由大湖公園→大溝溪生態治水園區→圓覺寺步道→龍船岩 H300M→開眼山 H402M→白石湖山 H458M→白石湖山東峰 H458M→大邱田山 H356M→消防山 H439M→大邱田天然石壁洞→大邱田山東峰 H235M→水尾潭山西北峰 H152M→水尾潭山 H142M→老鷹尖山 H193M→內溝山 H137M→內溝山北峰 H130M、內溝溪生態步道→南寮(忠三街口) 公車站，共計 12 山峰。	自由參加	集合時地： 08：00 前於「捷運大湖公園站」1 號出口集合，準時出發。	領隊：黃進益 ☎0930-627729 嚮導： 謝淑君、藍水源、 李明燦	12.4 KM 7.5H
4/07 (日)	內湖生態園區	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：高銘峻 ☎0933-225430 嚮導：黃明峻	6KM

飛鷹 2023 年高山行程紀錄

進行中：

11 月：嘉明湖 (4 天)

11 月：武陵二秀 (2.5 天)

12 月：小關山 (2.5 天)

12 月：北大武 (3.5 天)

(*)追加行程 南湖大山 (4 天) 11 月 18~21 日已完成

高山行程：2024 年預定高山行程

1.北大武山

2.玉山前五峰

3.玉山後四峰

4.雪山主東峰

5.雪山翠池雪北

6.奇萊主北峰

7.白姑大山

8.奇萊南峰南華山

9.郡大山

10.八大秀

11.能高安東軍

12.門山鈴鳴山

13.桃山喀拉葉山

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

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