



# 中華山岳協會飛鷹登山隊 台北市登山育樂協會

## 114 年 04~06 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                 |
|---------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 04/06<br>(日)        | 燦光寮山賞杜鵑           | 燦光寮山高 738 公尺一等三角點，山海景展望 360 度絕佳美景，四月可賞紅星杜鵑花及金毛杜鵑花。<br>行程沿著牡丹溪、燦光寮古道登頂後，走草山戰備道及樹梅坪古道至九分下山～                                                                    | 自由參加                                                                                                       | <b>集合時地：</b><br>牡丹火車 08：45 下車，09：00 整隊出發<br><b>交通：</b> 台北車站搭 4148 區間車 7:30 發車。                    | <b>領隊：</b> 陳雲嬌<br><b>電話：</b> 0939-154395<br><b>嚮導：</b><br>王薪程、詹維章、洪炆賢      | 12K<br>6H          |
| 04/06<br>(日)        | 台大賞杜鵑             | 公館捷運站→自來水園區→寶藏巖→台大校園賞杜鵑                                                                                                                                      | 自由參加                                                                                                       | <b>集合時地：</b><br>09：00 前於公館捷運站一號出口集合。                                                              | <b>領隊：</b> 王秀霜<br><b>電話：</b> 0928-620287<br><b>嚮導：</b> 劉秀蘭                 | 6K                 |
| 04/13<br>(日)        | 小百岳火炎山<br>台版大峽谷   | 小百岳火炎山是台灣北部少見的惡地，赭紅色的崩壁遠看像熊熊烈火正在燃燒，因此被稱為火炎山，早年曾是平埔族人與客家人往返頻繁的拓墾及商業道路。請自備行動糧，下山後前往三義鄉逛老街吃美食。<br>南鞍古道 O 型走。                                                    | <b>報名請洽：</b><br>朱秀盆領隊<br><b>電話：</b> 0928-490017<br><b>費用：</b> 500 元(含車資+保險)                                | <b>集合時地：</b><br>A 點：7：00 捷運南港展覽館站 4 號出口(經貿一路)<br>B 點：7：20 承德路 3 段 249 號(中華電信大樓)。                  | <b>領隊：</b> 朱秀盆<br><b>電話：</b> 0928-490017<br><b>嚮導：</b><br>江士榮、李姿霓          | 6.5K<br>3H<br>※專車  |
| 04/13<br>(日)        | 福州山步道             | 捷運辛亥站→中埔山榕樹步道→福州山步道→中埔山東峰 H137M→中埔山 H139M→富陽生態公園→捷運麟光站                                                                                                       | 自由參加                                                                                                       | <b>集合時地：</b><br>09：00 前於「捷運辛亥站」集合出發。                                                              | <b>領隊：</b> 高銘峻<br><b>電話：</b> 0933-225430<br><b>嚮導：</b> 陳雅玲                 | 6K                 |
| 04/19<br>~20<br>(日) | 2025 年 IVV 城市快樂健行 | 2025 年 IVV 城市快樂健行大會，於 4 月 19、20 日舉行，分 5、10、20 公里，中央會場設於捷運新店站附近「新店國小」。<br>4 月 19、20 日 IVV 行程本隊擔任 20 日 20 公里嚮導，其它行程未安排領隊嚮導，如果隊員們要參加其它行程，請依大會既定的集合時間地點參與即可。     | 自由參加                                                                                                       | <b>集合時地：</b><br>新店國小<br>20KM→08:00 出發<br>10KM→08:30 出發<br>5KM→09:00 出發<br><b>交通：</b> 新店捷運站步行前往會場。 | <b>領隊：</b> 黃進益<br><b>電話：</b> 0930-627729<br><b>嚮導：</b><br>屆時會在群組公佈名單，敬請期待。 | 20K                |
| 4/20<br>(日)         | 中華健行小隊聯誼          | 新竹縣湖口鄉祥喜步道、茶香步道、仁和步道健行活動<br>行程簡介：新竹縣湖口鄉祥喜步道、茶香步道、仁和步道健行活動-(新北市分會承辦)                                                                                          | <b>報名請洽：</b> 曾煥初<br><b>電話：</b> 0910-219046<br><b>費用：</b> 900 元/人含車資+午餐+保險<br><b>截止日：</b> 4/1 前<br>※贈品：方巾乙條 | <b>集合時地：</b><br>07:30 前於「中正紀念堂捷運站」5 號出口集合                                                         | <b>領隊：</b> 曾煥初<br><b>電話：</b> 0910-219046<br><b>嚮導：</b><br>嚮導由領隊於出席隊員中選任。   | 4KM<br>2.5H<br>※專車 |
| 04/27<br>(日)        | 土城大內縱走賞桐花         | 大暖尖山 H288m、火燄山 H373m、天上山 H430m、五城山 H418m、文筆山 H375m、五尖山 H338m、牛埔頭山 H271m、大尖山 H274m、內冷水坑山 H90m，全線巧奪天工石頭階梯，美麗的綠色步道...<br>四月桐五月雪 歡迎蒞臨賞花。                         | 自由參加                                                                                                       | <b>集合時地：</b><br>8:20 前於「頂埔捷運站」2 號出口前集合。<br>8：30 整隊出發。                                             | <b>領隊：</b> 藍朝枝<br><b>電話：</b> 0926-156536<br><b>嚮導：</b><br>彭玉潔、周金華、陳啟賢      | 12K<br>7.5H        |
| 04/27<br>(日)        | 仙跡岩步道             | 仙跡岩雖為一座小山，但視野極好，山頂擁有一顆和台北市第一高峰七星山一樣的一等衛星控制點，可清楚遠眺台北盆地。從登山口拾級而上，沿途濃蔭密布，在不同時節來此，可觀賞到不同顏色的繽紛花朵綻放；除了景色優美外，仙跡岩的傳說也頗耐人尋味，在山頂附近的岩石上有如一雙腳印的凹洞傳說為呂洞賓所留，這也使仙跡岩更增添奇幻色彩。 | 自由參加                                                                                                       | <b>集合時地：</b><br>09：00 前於「景美捷運站」2 號出口集合，整隊出發。                                                      | <b>領隊：</b> 劉秀蘭<br><b>電話：</b> 0937-190419<br><b>嚮導：</b><br>賴州賓、陳淑美          | 5K                 |



| 日期                  | 名稱         | 行程簡介                                                                                                                                           | 報名方式                                          | 出發時地                                                                                               | 領隊/嚮導                                                        | 備註               |
|---------------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------|
| 05/04<br>(日)        | 三角崙山(抹茶山)  | 三角崙山(三等三角點)是宜蘭五大名山之一，海拔 1029 公尺，小百岳之一。位於宜蘭礁溪附近，由五峰旗瀑布開始沿聖母山莊步道經通天橋，上至聖母山莊後登三角崙山，因山色美景被日本人稱(抹茶山)，回程走巴唐古道回五峰旗瀑布。                                 | 報名請洽：<br>領隊陶鳳麟<br>☎0921-949716<br>💰分攤、再公佈     | 集合時地：<br>依報名人數再安排<br>上車時間、地點公告之。                                                                   | 領隊：陶鳳麟<br>☎0921-949716<br>嚮導：<br>呂佩庭、陳妍鈺、<br>謝玲珠             | 8KM<br>5H<br>※專車 |
| 05/04<br>(日)        | 基隆歷史文化美食巡禮 | 基隆火車站~海洋廣場~東岸旅客中心~修覺宮~海門天險~旭丘指揮所~和平島等及各地小吃美食之旅。                                                                                                | 自由參加                                          | 集合時地：<br>8:30 基隆火車站南側出口廣場集合，整隊出發。<br>交通：台北車站搭 6:57 的 1126 區間車號，或 7:27 的 1128 區間車到達基隆火車站。           | 領隊：江士榮<br>☎0932-151654<br>嚮導：<br>嚮導由領隊於出席隊員中選任。              | 6K               |
| 05/11<br>(日)        | 母親節快樂同樂會   | 特於士林內雙溪太陽廣場舉辦快樂分享同樂會，每人 1 道菜(點心、餅乾、糖果、水果皆可)，連同領隊精心準備的炒米粉、油飯、啤酒及飲料等一同歡慶佳節。<br>行程說明：碧溪步道~小溪頭步道~太陽廣場<br>本行程老少咸宜，歡迎大家一起來歡度母親節。                     | 報名請洽：<br>黃進益隊長<br>☎0930-627729                | 集合時地：<br>09:00 於「大崙尾山」站牌集合出發。<br>交通：8:30 前於士林捷運站一號出口轉搭 255 公車，或大直捷運站轉搭棕 13 公車皆可達。                  | 領隊：黃進益<br>☎0930-627729<br>嚮導：<br>江士榮、孫子敬、<br>邱文龍、蔡永發、<br>李文淵 |                  |
| 05/18<br>(日)        | 梅麻竹越嶺蝙蝠山   | 雙溪站~梅竹溪山~內坑古道~麻竹坑山~內坑越嶺道~百二階古道~苔谷瀑布~蝙蝠山~泰和樓 0 型。                                                                                               | 自由參加                                          | 集合時地：<br>雙溪火車站 08:40 整隊出發<br>交通：台北車站搭 272 自強號 7:24 開，到達雙溪站下車。                                      | 領隊：詹維章<br>☎0919-996365<br>嚮導：<br>歐陽文毅、柳福生、<br>陳啟賢            | 7K<br>6.5H       |
| 05/18<br>(日)        | 小百岳基隆山     | 基隆山位於台灣的東北部，山雖不高，但在濱海地區雄踞一方，頗有大山的氣勢，名列台灣小百岳，也是九份的地標之一。下山順遊九份老街。                                                                                | 自由參加                                          | 集合時地：<br>09:30 前於九份「隔頂」站集合。<br>交通：可搭 8:00 由府中捷運站發車的台灣好行 965 公車直達。或搭火車至瑞芳站下車往區民廣場換搭 788、825、827 公車。 | 領隊：卓威勳<br>☎0936-346999<br>嚮導：<br>賴州賓                         | 5K               |
| 05/24<br>~25<br>(日) | 司馬庫斯       | 司馬庫斯部落海拔 1,500 公尺高山上，是位於台灣新竹縣尖石鄉後山的一個泰雅族部落。<br>第一天：合興愛情車站-秘境步道 -秀巒軍艦岩-上帝部落司馬庫斯部落巡禮-司馬庫斯之夜。<br>第二天：部落早餐-司馬庫斯巨木群-2000 歲大老爺神木(來回約 4-5 小時)-下山返回台北。 | 報名請洽：<br>領隊藍雪花<br>☎0932-515305<br>💰報名時由領隊公告之。 | 集合時地：<br>視報名人數再安排<br>上車時間、地點公告之。                                                                   | 領隊：藍雪花<br>☎0932-515305<br>嚮導：<br>劉心君、李秀雲                     | ※專車              |
| 05/25<br>(日)        | 內湖三山連走     | 大湖公園巡禮~白鷺鷥山~康樂山~明舉山~內溝溪步道出東湖，本行程有多處撤退點可選擇，歡迎隊員熱烈參與。                                                                                            | 自由參加                                          | 集合時地：<br>8:30 捷運大湖公園站 2 號出口集合，整隊出發。                                                                | 領隊：江士榮<br>☎0932-151654<br>嚮導：嚮導由領隊於出席隊員中選任                   | 6K               |



| 日期           | 名稱        | 行程簡介                                                                                                                                                                                              | 報名方式 | 出發時地                                                                                                                                  | 領隊/嚮導                                                              | 備註          |
|--------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------|
| 06/01<br>(日) | 南港群峰      | 捷運南港站-茅草埔山北峰-茅草埔山-四分里山東峰-四分里山-九五峰-南港山-麗山峰-四分里山東南峰-獅型山-中華科技大學                                                                                                                                      | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：<br>08：30 前於「南港捷運站」2 號出口整隊出發。                                                                                            | <b>領</b> 隊：高信宗<br><b>☎</b> 0973-866749<br><b>嚮</b> 導：陳冠穎、卓威勳、李姿霓   | 13K<br>7H   |
| 06/01<br>(日) | 新店小獅頭山步道  | 形似一隻蹲踞在碧潭上方的小獅子，故又稱小獅頭山或小獅山。山區共有「三峰十一亭」，每一山峰均建有涼亭，每一山峰均建有涼亭，一峰為「獅子壽亭」，二峰為「青年亭」，三峰為「長壽亭」，後者為獅頭山最高點(海拔 221 公尺)。                                                                                     | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：<br>09：00 前於「捷運新店站」出口集合出發。                                                                                               | <b>領</b> 隊：藍雪花<br><b>☎</b> 0930-515305<br><b>嚮</b> 導：王秀霜、劉秀蘭       | 5K          |
| 06/08<br>(日) | 台北大縱走第三段  | 由小油坑登上台北市最高峰七星山主峰(小百岳#2，海拔 1120 公尺)，以及七星山東峰，沿途欣賞火山地形、群峰起伏，經菁山吊橋、軍事碉堡至擎天崗，續往風櫃口，沿途綠草如茵、牛隻悠遊、林間柳杉林優美靜謐，青山翠谷，橫亙綿延，風景優美。<br>小油坑遊客中心>七星山主峰>七星山東峰>冷水坑>擎天崗>石梯坪>頂山>風櫃嘴登山口<br>沿途多處可補水及補給，腳程較慢者冷水坑及擎天崗皆可撤退。 | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：<br>8：10 前於「小油坑遊客中心」整隊出發<br><b>交通</b> ：6:50 前於劍潭捷運站搭紅 5 至陽明山公車總站後轉乘 108 至小油坑遊客中心，或皇家客運 1717，7:00 前由台北車站發車可直達小油坑或最近的小觀音棧。 | <b>領</b> 隊：李姿霓<br><b>☎</b> 0939-809331<br><b>嚮</b> 導：田莉莉、呂美芬、謝淑君   | 15KM<br>7H  |
| 06/08<br>(日) | 南港四秀      | 南港四小山—捷運南港展覽館站→小南港山→中南山→福山→福山巖顯應廟→胡適公園→舊莊山→中研院→捷運南港站                                                                                                                                              | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：<br>09：00 前於「捷運南港展覽館站」6 號出口集合，整隊出發。                                                                                      | <b>領</b> 隊：江士榮<br><b>☎</b> 0932-151654<br><b>嚮</b> 導：嚮導由領隊於出席隊員中選任 | 8K          |
| 06/15<br>(日) | 七上八下縱走    | 本路線自七堵上山、八堵下山，而取名「七上八下」之詼諧巧思，沿途收集益壽山、臥龍山、拔西猴山、三疊山、八堵山等山頭，確實上下起伏，然而途經偶有拉繩之自然山徑，並有竹林、小廟之郊山風情，讓心情不會忐忑，而有另種野趣情懷。                                                                                      | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：08：30 前於「七堵火車站」光明路出口集合。<br><b>交通</b> ：台北車站搭 1128 區間車 7:40 發車。                                                            | <b>領</b> 隊：卓威勳<br><b>☎</b> 0936-346999<br><b>嚮</b> 導：高信宗、胡銀華、黃碧華   | 9.5KM<br>4H |
| 06/15<br>(日) | 四獸山峰      | 四獸山指的就是虎、豹、獅、象四個小山頭，台北市政府建有完善的步道及指標，山頂展望佳，徑明易行，為南港松山地區熱門親山步道，也是輕鬆健行賞景路線。                                                                                                                          | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：<br>08：50 前於「後山埤捷運站」出口 2 集合，09：00 整隊出發。                                                                                  | <b>領</b> 隊：柳福生<br><b>☎</b> 0932-311753<br><b>嚮</b> 導：沈秋蓮           | 5K          |
| 06/22<br>(日) | 鶯樹大縱走     | 鶯歌火車站→鶯歌石山→牛灶坑山往返→百年大榕樹→望湖山→石灰坑山→福安宮→大棟山→秋潭山→鎮遠山→大青坑崙→青龍嶺→大同山→南寮福德宮→樹林火車站                                                                                                                         | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：08:00 於「鶯歌火車站」後站(建國路)出口，整隊出發。<br><b>交通</b> ：台北車站搭 1127 區間車 7:26 發車。                                                      | <b>領</b> 隊：邱垂鶯<br><b>☎</b> 0938-517352<br><b>嚮</b> 導：劉芳銘、許益隆、李明燦   | 14KM<br>7H  |
| 06/22<br>(日) | 圓山水神社、劍潭山 | 飲水思源，探索活水頭草山水道及水神社遺跡，環境清幽，充滿歷史意境。連走劍潭山續走老地方下。                                                                                                                                                     | 自由參加 | <b>集合</b> 時地：<br>09：00 前於「捷運劍潭站」3 號出口集合出發。                                                                                            | <b>領</b> 隊：魏明霞<br><b>☎</b> 0922-199768<br><b>嚮</b> 導：嚮導由領隊於出席隊員中選任 | 6K          |



| 日期           | 名稱       | 行程簡介                                                                                                              | 報名方式                                                                                                     | 出發時地                                                                     | 領隊/嚮導                                                              | 備註               |
|--------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------|
| 06/29<br>(日) | 大屯山西稜線   | 吳氏宗祠～大屯山西南南峰～大屯山西南峰～大屯山西峰～面天坪～火燒山～向天山～向天池～清天宮。                                                                    | 自由參加                                                                                                     | <b>集</b> 合時地：北投捷運站 1 號出口轉搭小 6 公車(班次 7：40、8：00、8：30) 到吳氏宗祠站下車，9 點整隊出發。    | <b>領</b> 隊：詹維章<br><b>☎</b> 0919-996365<br><b>嚮</b> 導：歐陽文毅、田莉莉、柳福生  | 8KM<br>7.5H      |
| 06/29<br>(日) | 橫嶺古道環狀步道 | 橫嶺古道環狀步道是由沿紗帽山北側橫嶺古道及紗帽山西側的半嶺步道及湖山國小步道所組成，全程 3 公里，登山口距離陽明山公車總站 1 公里，是羽量級的登山步道。原生保安林內以茂密竹林聞名，仿佛日本京都嵐山的竹林隧道，感覺置身禪境。 | 自由參加                                                                                                     | <b>集</b> 合時地：9:00 前於陽明山公車總站整隊出發<br><b>交通</b> ：8:20 前於劍潭捷運站搭紅 5 至陽明山公車總站。 | <b>領</b> 隊：梁育瑛<br><b>☎</b> 0928-537369<br><b>嚮</b> 導：嚮導由領隊於出席隊員中選任 | 5K               |
| 07/27<br>(日) | 中華健行小隊聯誼 | 宜蘭縣冬山鄉得安村茅埔城古道、梅花湖健行活動<br>健行淨山路線：茅埔城古道入口→茅埔城古道→望梅亭→相思閣→茅中亭→中山步道(三清宮步道)→獅山小徑或(粉娘步道)→梅花湖景點→梅花湖遊客中心                  | <b>報</b> 名請洽：曾煥初<br><b>☎</b> 0910-219046<br><b>\$</b> 900 元/人含車資+午餐+保險<br><b>截</b> 止日：6/30 前<br>※贈品：方巾乙條 | <b>集</b> 合時地：07:30 前於中正紀念堂捷運站 5 號出口集合                                    | <b>領</b> 隊：曾煥初<br><b>☎</b> 0910-219046<br><b>嚮</b> 導：嚮導由領隊於出席隊員中選任 | 6KM<br>3H<br>※專車 |

#### 四～六月限定挑戰行程：

四月份/劍龍稜鋸齒稜無耳茶壺山-陡峭岩壁驚險刺激絕無冷場攀爬愛好者的樂園/領隊林文崑

五月份/五寮尖山-北部三大岩場之首，一路攀爬吃到飽/領隊藍朝枝

六月份/南插天山-雪山山脈北段，山勢陡峭終年以拔天之姿聳入雲中，為中級山的挑戰路線/領隊陳雲嬌

※以上具有挑戰性行程，領隊將視天氣狀況公告出發日期及行程安排並於群組中接龍(領隊有權篩選)，敬請期待～

#### 飛鷹 2025 年高山行程～

- 1.雪山東峰+武陵農場賞櫻 2/21-2/22 25 人
- 2.西巒大山 4/12-4/13 21 人
- 3.合歡群峰 4/26-4/27 24 人
- 4.大霸尖山群峰 5/24-5/26 25 人
- 5.玉山主東峰
- 6.玉山後四峰
- 7.南湖大山
- 8.郡大山

- 9.白姑大山
- 10.無明大山+甘諸南峰
- 11.八大秀
- 12.大小劍
- 13.雪山西稜
- 14.小關山+神池
- 15.六順山+七彩湖
- 16.奇萊南峰南華山

感謝：2/9 今年的新春團拜喝春酒活動，感謝 120 位隊友的高度配合，在餐後迅速的清理乾淨，表現出一流的隊伍風範，在此向大家說一聲感謝再感謝，尤其下列幾位：1.陳麗英 2.高銘峻 3.陳春德 4.邱垂鶯等幾位更是犧牲享受賞花、健行樂趣，到會場幫忙佈置，謝謝你們，同時更感謝 1.林銘訓隊友樂捐 2000 元 2.李福秋前隊長樂捐 1000 元 3.吳秀嬌隊友樂捐 1 瓶高粱酒 4.朱發田隊友樂捐 1 瓶高粱酒  
感謝你們的付出謝謝您們！！

隊址：新北市汐止區中興路 183 巷 2 號 1 樓  
隊長：0930-627729  
網址：http://www.fem.com.tw

T E L：2694-0568  
隊籍組：0938-517352  
E-mail：kt30200@gmail.com

手 機：0936-346999  
財務組：0928-490017

F A X：2694-7952  
嚮導組：0918-533165  
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

