

中華民國健行登山會

一一三年第四季活動表

本活動表各項活動，係響應教育部體育署推廣全民健行登山活動，並利用戶外教學，增加活動知能與興趣，達成「運動樂活計畫」目標！

會址:台北市朱崙街20號七樓703室 (活動內容如有疑問請向備註所列電話查詢)
 電話:02-2751-0938 傳真:02-2752-4741 銀行匯款:合作金庫台北分行(006) 054-071715-264-1
 網址: <http://www.alpineclub.org.tw> E-mail: ctma@alpineclub.org.tw

甲、乙組活動表

第1頁共11頁

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
10月5日至 1134-1	基隆市紅淡山步道健走	208	09:00 三坑車站	往基隆1132車次區間車(08:00發車)			旺旺登山隊嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先洽詢
		9		三坑車站	自理	自由			
由三坑車站沿曲水街街南榮路134巷，在批發市場邊通道上南榮路，寶明寺山門為紅淡山登山口。紅淡山H208m，為台灣小百岳之一，景緻幽美、自然生態保持良好，有「基隆之肺」、「基隆陽明山」的美名，離市區近而且交通便利，如同基隆市民的後花園，山上的步道四通八達。步程約4.									
10月5日至 1134-2	台北大縱走第一段	840m	09:00 捷運關渡站2號出口	搭捷運淡水信義線(紅線)			柯宜寬 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		13		捷運關渡站	自理	自由			
捷運關渡站2號出口→台北藝術大學→忠義山步道口→貴子坑拓印亭(活動柱)→清天宮→面天坪涼亭→二子坪步道→二子坪遊客服務站 撤退點:清天宮(可搭小6公車到捷運北投站)活動結束後,可在二子坪遊客服務站搭108公車到陽									
10月6日至 1134-3	水土保持教學園區貴子坑溪步道 世界健行	305m	07:30 復興崗捷運站 站外廣場	捷運淡水線			黃俊財 張進忠 朱文彥 林溪川	甲	中華健行登山會
		6		復興崗捷運站	550	報名			
健行路線:復興崗捷運站外廣場集合→落羽松步道→稻香路口→貴子坑溪右側人行步道→秀山橋→覺風佛教學院門口→水保園區門口→生態池右轉→地質木棧道→110平台出口→秀山路內側步道→回秀山橋→→回復復興崗捷運站→大會場(桃源國中)									
10月10日至 1134-4	軍艦岩步道健走	192	09:00 奇岩站1號出口	捷運淡水線			旺旺登山隊嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先洽詢
		5		捷運奇岩站	自理	自由			
由奇岩路201巷底登山口起登,經過一處地殼變動隆升的岩床壺穴特殊地質景觀。照明寺立於1973年,又名照明淨寺,舊名情人廟,原為佛道混合的寺廟,因擺設司馬相如、卓文君的蠟像,引起觀光風潮。軍艦岩山頭雪白巨岩猶如一艘凌駕於綠樹之上的艦艇大屯火山系最南端的一個山嶺,H									

甲、乙組活動表

第2頁共11頁

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
10月10日至 1134-5	魚路古道 (南段)	10m	08:30 擎天崗站	捷運劍潭站轉搭小15			王維君 陳榮聖 黃世章 陳淑慎	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950 鄭副隊長 0916-195850
		8		擎天崗站	自理	自由			
從擎天崗到士林，整段幾乎都走下坡，途中經過瀑布、走訪水圳、越過溪流(請著雨鞋)，沿途綠樹成蔭，相當清爽舒適，途中也有很多中繼站可以搭車撤退，非常優質的路線。往返全程約4小時(請自備簡餐,飲用水)									
10月12日至 1134-7	桶後越嶺 (勇腳型)		07:30 捷運中正紀念堂站5號出口	九人座小巴			周玉潔 林玉華	甲	台北市分會 許0912-562270
		7.6	烏來		報名				
桶後越嶺是一條穿越雪山山脈，從台北直接進入宜蘭的夢幻步道。桶后溪在山間環繞，形成急流，短瀑，平潭，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。									
10月13日至 1134-9	北興宮步道 四分里山	247	09:00 昆陽站 4號出口	捷運板南線			汪汪登山隊 嚮導	甲	汪汪登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先 洽詢
		9		昆陽站	自理	自由			
位於南港公園南方的麗山橋口親山步道，已有百年的歷史，曾是先民挑運米茶、來往松山和四分分子(研究院路四段)間的捷徑。步道前段為北興宮步道，後段是古意盎然的麗山橋口步道。由昆陽站走昆陽路經南港公園，至北興宮步道口，沿著石階步道上登。大嶺鞍部福德宮後左上保線路，稜									
10月13日至 1134-10	隆隆古道 古厝群巡禮	290m	09:15 福隆火車站	台北 272 次自強7:24, 4148次區間7:34			丁清恩 吳麗蘭 楊明鑫 莊金裕	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		8		福隆火車站	自理	自由			
隆嶺古道的後段，石城仔嶺水頭土地公、海拔280公尺，開闊處可望見太平洋，有「隆嶺夕煙」美稱，為蘭陽八景之一。往返全程約4小時(請自備簡餐,飲用水)									
10月13日至 1134-11	曾子寮山 大德山 摩天嶺山 九華山	149m	08:40 基隆火車站	區間1126(台北07:09→基隆07:59)			陳玉堤 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳 全國登山日系列活動
		3.5		基隆火車站	自理	自由			
曾子寮山海拔高度110m，又名飛鳳山，山上有一座醒目的「KEELUNG」地標。摩天嶺山又名三玄台。九華山									
10月19日至 1134-12	竹篙南稜 草園巡禮 竹篙南峰 竹篙山	714 830 771	08:00 捷運劍潭站3	轉搭小15,303			楊德誠 王林前 黃國瑞 張芷綺 吳麗玉 廖溫娣	甲	台北市分會 楊0910-950990
		11		土地公廟站	自理	自由			
竹篙山位於擎天崗南方最高的山頭上，是一座圓錐的火山，由於四周無高山遮擋，居高臨下，視野開闊。有優美的青青草原，秋冬時有滿山的芒花，步道平緩易行。									

甲、乙組活動表

日期 編號	目的地	高度 里程	集合時 間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
				下車地點	車資	參加方式			
10月19日至 1134-13	坪頂古圳 步道		08:00 劍潭捷運站 一號出口	轉搭小18公車			黃俊財 朱文彥	甲	小蝸牛登山隊 0922-945757黃
				小18終點站	自理	自由			
坪頂為士林平等里的舊地名，「坪頂古圳步道」會經過三條水圳：登峰圳、坪頂新圳、坪頂古圳。沿著各條水圳路步行，可體悟三條水圳的魅力，體驗穿越陽光灑落的竹林小徑，遇見清幽潺潺溪流。「坪頂古圳步道」，整段步道相當平緩，即使有階梯也不會太累人。沿途的山澗、溪流、									
10月19日至 1134-14	台北大縱 走第二段	1094m	08:00 捷運劍潭站 1號出口	集合後，搭紅5公車到陽明山公 車總站			柯宜寬 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		12		捷運劍潭站	自理	自由			
二子坪遊客服務站→面天坪涼亭→大屯西峰（活動柱）→大屯南峰（活動柱）→大屯山觀景台（活動柱）→鞍部停車場→巴拉卡公路人車分道→小油坑遊客服務站 活動結束後，可在小油坑遊客服務站搭108公車到陽明山公車總站									
10月19日至 1134-15	柴寮古道 、中坑古 道、 三貂嶺瀑 布群	397m	08:40 侯硐火車站	台北 4148次區間 7:34			鄭明輝 陳素真 吳英德 曾一平	甲	隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
		12		侯硐火車站	自理	自由			
侯硐走到三貂嶺幾乎都走林壑幽美的山林, 潺潺水流, 古厝, 古廟。 又可同遊三層瀑布有合谷瀑布, 摩天瀑布, 枇杷河瀑布. 是夢幻組合的路線. 踩石過溪 請著雨鞋 往返全程約 5小時 (請自備簡餐, 飲用水)									
10月20日至 1134-16	汐止大尖 山 四分尾山	641m	10:00 汐科火車站	區間4162 (台北09:30→汐科0 9:45)			陳玉堤 李利國 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		12		汐科火車站	自理	自由			
汐科火車站→康誥坑溪櫻花步道→康誥坑福德廟→紙寮山（九層屏山）→四分尾山→大尖山→ 汐止火車站									
10月20日至 1134-17	四獸山自 然 步道健走	144 141 149 183	09:00 後山埤站 2號出口	捷運板南線			旺旺登山隊 嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先 洽詢
		8		後山埤站	自理	自由			
四獸山位於台北信義區南港山的西北側，為台北市熱門登山路線之一。山頂H最高象山183m，為 虎山、豹山、獅山及象山四座山的統稱，屬於南港山系。一次連走四獸山聽起來好像很辛苦，其 實H不高、起伏不大、路程也不長所以很輕鬆。沿途可見許多遺址如龍山洞、舊礦坑口、寺廟等，									
10月26日至 1134-19	暖壽山 (大眾休 閒型)	140	09:00 暖暖火車站	搭火車北上4154車次			方惠萍 張芷綺 楊肅萌 鄭玉瑛 吳惠娟 涂重成	甲	台北市分會 涂0912-600229
		8		暖暖火車站	自理	自由			
暖壽山是郊山，非淡蘭古道的路線。有清法戰爭的壕溝遺址，歷史人文遺跡豐富，意義深遠。									

甲、乙組活動表

第4頁共11頁

日期 編號	目的地	高度	集合時 間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
10 月 26 日 至 1134-20	七股山	890m	10:00 冷水坑 遊客服務站	捷運劍潭站 小15公車			李利國 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		5.5		冷水坑遊客服 務站	自理	自由			
七股山海拔高度899m，是台北市士林區最高峰，山頂有三顆基石：北市都計處四等三角點No.145、大正十一年專賣局造林地10號基石、未列名11號基石。七股山不是熱門山岳，建議參加活動的山友穿雨鞋、長袖衣褲，並準備手套。									
10 月 27 日 至 1134-21	青山岩 牛稠尾山 石炭山 (大眾休 閒型)	87 141	09:00 捷運大湖公 園站2號出口	捷運文湖線			陳明堂 簡小清 張致富 張積豐 方惠萍 張淵誌	甲	台北市分會 陳0937-525755
		8		大湖公園站	自理	自由			
由大湖公園站出發，走成功路五段170巷進入，走青山岩，聖明山，東牛稠尾山，牛稠尾山，牛稠尾山西峰，石炭山。									
10 月 27 日 至 1134-22	草嶺古道	330m	09:10 貢寮火車站	台北 272次自強7:24, 4148次區間7:34			鄭明輝 陳淑慎 李國存 許秀華	甲	隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
		8.5		貢寮火車站	自理	自由			
草嶺古道位於新北市貢寮區遠望坑到宜蘭縣頭城鎮大里之間的山區，經二縣分界的山嶺「草嶺」，是臺灣目前僅存前清所遺古道之一。一路會經過古樸的跌死馬橋、仙跡岩及已列國家三級古蹟的「雄鎮蠻煙摩碯」和「虎字碑」等人文遺跡；往返全程約 4小時(請自備簡餐,飲用水)									
10 月 27 日 至 1134-23	圓山水神 社 劍潭山 步道健走	153	09:00 劍潭站 2號出口	捷運淡水線			旺旺登山隊 嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先 洽詢
		6		捷運劍潭站	自理	自由			
圓山水神社在捷運2號出口不遠的臺北自來水陽明營業分處之後，是臺北市定古蹟；由此直上劍潭山，戲稱為「有路不好好走的日式古蹟健行步道」。劍潭山(圓山)，H153m，二等三角點，台灣小百岳之一。士林官邸為蔣故總統官邸，有精緻的庭園造景設計，景色秀麗，是休閒遊憩的絕佳場									
11 月 2 日 至 1134-24	草嶺古道 天公廟祈 福 平安粥		07:00 板橋火車站 剪票口	搭火車4148車次北上往福隆			李敏雄 洪東海 許世燉 楊飛虎 涂重成 陳盛源 鄭玉瑛	甲	台北市分會 李0927-061909
		8.6		福隆火車站	自理	自由			
一年一度草嶺芒花季，一期一會登草嶺賞芒花，到大里天公廟祈福，平安粥。									
11 月 2 日 至 1134-25	台北大縱 走 第三段	1129m	08:00 捷運劍潭站 1號出口	集合後，搭紅5公車到陽明山公 車總站			柯宜寬 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		13		捷運劍潭站	自理	自由			
小油坑遊客服務站→七星山主峰(活動柱-西)→七星山東峰(活動柱-東)→冷水坑遊客服務站→擎天崗遊客服務站→石梯嶺→頂山→風櫃嘴(活動柱-北) 撤退點：冷水坑遊客服務站(可搭108公車到陽明山公車總站)、擎天崗遊客服務站(可搭108公									

甲、乙組活動表

第5頁共11頁

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
11月3日至 1134-27	竹子湖步道	777m	08:30 竹子湖公車站牌	石牌捷運站小8，或北投捷運站小			蘇肇俊 黃世章 劉碧惠 詹思文	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		8		竹子湖公車站牌	自理	自由			
竹子湖→巴拉卡步道→鞍部→山之家遺址→觀音谷→菜公坑第一登山口→二子坪。往返全程約5小時(請自備簡餐,飲用水)									
11月9日至 1134-28	北山系列大縱走第三段	1120 1100 864	07:30 陽明山總站	轉搭108公車全程車			楊德誠 王林前 黃國瑞 張芷綺 吳麗玉 廖溫娣	甲	台北市分會 楊0910-950990
		18		小油坑站	自理	自由			
大縱走第三段, 由小油坑起登, 七星山主峰, 東峰, 冷擎步道, 擎天崗, 頂山, 石梯嶺, 豐櫃口。									
11月9日至 1134-29	明舉山親山步道 康樂山親山步道	128m	08:30 葫洲捷運站二號出口	捷運文湖線			黃俊財 朱文彥	甲	小蝸牛登山隊 0922-945757黃
		6		葫洲捷運站	自理	自由			
這是民國95年時台北市政府推出的20條親山步道, 第12號親山步道, 白鷺鷥山、康樂山、明舉山; 我們小隊走過多次, 親山步道當初設計時有配合著大眾交通, 非常方便。這次選擇走康樂山與明舉山, 是兩條沒有樓梯的泥土步道, 步道上林蔭遮天, 康樂山、明舉山親山步道保有較多的森									
11月10日至 1134-31	林口老公崎步道 新寮步道	243m	08:30 林口高中	台北可搭966, 946, 967, 858, 898			陳榮聖 王維君 李日凱 曾一平	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		8		林口高中	自理	自由			
新林步道又稱老公崎步道主要路徑起伏不大, 是輕鬆好走的路線。新寮休閒步道起點在林口仁愛路一段285巷底 可以遠眺五楊高架車流。新林步道沿路有登山口牌樓、草茵步道。往返全程約4小時(請自備簡餐,飲用水)									
11月10日 1134-32	玉田古道		10:20 鏡湖	往基隆1132 (08:00發車)、1134(08:34)車次區			旺旺登山隊 嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先洽詢
		7		鏡湖站	自理	自由			
新北萬里鏡湖是鄧姓家族的一座私人湖泊, 景如其名湖面如鏡。寧靜小村莊, 人煙稀少, 反而多了一種幽靜的感覺。玉田古道, 曾經是早期野柳與大坪之間, 兩地居民往來的重要舊道, 路線貫通萬里區的山、海兩側, 是昔日走私硫磺和漁產的祕徑, 沿路有多處探採金礦坑遺址及古早厝									
11月16日至 1134-33	台北大縱走第四段	643m	08:00 捷運士林站1號出口	集合後, 共乘計程車到風櫃口			柯宜寬 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		11		捷運士林站1號出口	自理	自由			
風櫃口(活動柱北)→雙溪溝古道→圓覺寺→圓覺瀑布→大溝溪治水→捷運大湖公園站									

甲、乙組活動表

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
11月17日至 1134-35	基隆望幽谷、潮境公園、八斗子輕鬆行	101m	08:45 海科館	台北272自強7:24至瑞芳轉8:23			李國存 洪秀蓮陳素真 吳英德	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		6.5		海科館	自理	自由			
從海科館出發，沿著望幽谷步道，前往望幽谷、瞭望台、80高地、101高地，再下切下來前往鸚鵡螺廣場、復育公園、潮境公園，之後經過平浪橋、望海巷漁港觀景橋，前往八斗子車站搭乘火車返回台北。往返全程約4小時(請自備簡餐,飲用水) 爬山、觀浪、看海、賞景、拍照									
11月23日至 1134-36	隆嶺古道(淡蘭古道北路第三段)	280m	09:15 福隆火車站	自強272(台北07:24→福隆08:46)			林廷穎 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		6		福隆火車站	自理	自由			
福隆火車站→吉次茂七郎紀念碑→內隆林街→石城仔嶺水頭土地公(越嶺點)→舊草嶺隧道南口→石城漁港→石城火車站									
11月23日至 1134-37	貂山古道 燦光寮古道	608m	07:18 板橋火車站 07:30 台北火車站	台鐵區間車4148車次			黃俊財 朱文彥	甲	小蝸牛登山隊 0922-945757黃
		6.5		牡丹車站 08:45	自理	自由			
燦光寮古道，昔日是台北與宜蘭間文書往來的「燦光寮鋪遞古道」，也是軍事用途的「燦光寮汛塘古道」，亦是淡蘭古道其中的一段，百年後古道失去原有的功能，開發成為踏青路線。貂山古道是日本明治時代為運送礦產所建造的輕便台車路，也是牡丹先民來往瑞芳、九份與雙溪工作或									
11月24日至 1134-38	三八縱走		07:30 板橋火車站 剪票口	搭火車北上1132車次往基隆			陳明堂 簡小清 張致富 張積豐 方惠萍 張淵誌 潘扶賢 陳建勝	甲	台北市分會 楊0910-950990
		6		三坑站	自理	自由			
三坑縱走八斗子，途經四腳亭砲台，八斗子漁港。行走於天際線上，可隨時觀山看海。									
11月24日至 1134-39	十八拐圳步道 猴炭水圳 頂湖山	660m	08:30 龍鳳谷站	捷運北投站 轉搭公車230, 小25. 或捷運石牌站 轉搭128, 小36			丁清恩 吳麗蘭 李志明 楊淑芬	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		10		龍鳳谷站	自理	自由			
十八拐圳步道→雷隱橋撤退點→猴炭圳古道→百年楓香→竹子湖撤退點→青楓步道→竹子湖路→登山路→頂湖山→無尾崙→風尾步道撤退點→大同之家完登坐508公車 往返全程約5小時(請自備簡餐,飲用水)									
11月24日至 1134-40	國家生技園區 茅草埔山	140	09:00 極限運動中心路口	捷運板南線			旺旺登山隊 嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先洽詢
		7		南港站2號出口	自理	自由			
由南港極限運動公園旁車道，沿著舊山路經前兵工廠鐵門進生技園區，穿過中央研究院，從人文社會科學館後方福德宮旁登山小徑，登上茅草埔山北峰H90m、茅草埔山H140m。茅草埔山是南港區內的矮山，位於南港軍人公墓北邊，由此下軍人公墓步道至中華科大。約3.5小時步程。(請自備									

甲、乙組活動表

第7頁共11頁

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
11月30日至 1134-41	富揚生態公園 中埔山東峰 中埔山榕		08:00 辛亥捷運站	捷運文湖線			黃俊財 朱文彥	甲	小蝸牛登山隊 0922-945757黃
		8		辛亥捷運站	自理	自由			
中埔山東峰的觀景台展望極佳，不但可眺望整個台北盆地，包括地標101大樓，晴朗時甚至可看到遠方的大屯山區及觀音山，風景優美。進入富陽公園內，馬上有煥然一新的感覺，放眼望去盡是綠意盎然，一旁的小溪流水潺潺，耳畔鳥語蟲鳴不絕，走在舒適的步道上，是一種很放鬆的享受									
11月30日至 1134-42	炮子崙瀑布 猴山岳前峰 猴山岳	678m	08:30 深坑老街榕樹下	912公車（捷運市政府站→深坑）			李深池 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		13		深坑老街榕樹下	自理	自由			
深坑老街→大崎嶺古道→炮子崙瀑布→茶山古道→猴山岳前峰→猴山岳→阿柔洋山→天南宮→二格山（小百岳）→南邦寮山→草湳									
11月30日至 1134-43	汐止大尖山 四分尾山 紙寮山		07:30 板橋火車站剪票口	搭火車北上1132車次			鄭玉瑛 陳美齡 吳惠娟 邱意雯 周玉潔 林玉華	甲	台北市分會 鄭0933-715228
		8		汐止火車站	自理	自由			
由汐止火車站出發，往天秀宮登山口。步道1145階頗考驗腳力。座山頂可欣賞汐止，南港，內湖風景。順走四分尾山，紙寮山回程走回汐止站。									
12月1日至 1134-44	魚寮山 幼坑山 幼坑山東峰	266m	08:45 三貂嶺火車站	台北 4148次區間7:34			鄭明輝 黃世章 劉碧惠 詹思文	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		8		三貂嶺火車站	自理	自由			
幼坑步道全線含魚寮山及幼坑山高低落差僅130公尺，步道主要為土徑、土石徑，過溪及過山澗大部分有古樸小橋，瀑布、田園、竹林、古厝、鐵道、煤礦遺址、廢橋及日據時代「台北州基隆郡」界碑，為一全線里程標示清楚之多元古樸登山步道。往返全程約4小時（請自備簡餐、飲用水）									
12月7日至 1134-45	台北大縱走 第五段	326m	08:00 捷運劍潭站2號出口	捷運淡水信義線（紅線）			柯宜寬 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		12		捷運劍潭站	自理	自由			
捷運劍潭站2號出口→老地方觀景台（活動柱-臺）→文間山（土地調查局圖根點）→鄭成功廟步道→圓明寺步道→金龍產業道路→忠勇山越嶺步道→碧山巖									
12月7日至 1134-46	大湖山 牛稠湖山	129 105	08:30 捷運大湖公園站	捷運文湖線			周玉潔 林玉華 張致富 張芷綺 吳惠娟 潘扶賢	甲	台北市分會 涂0912-600229
		8		大湖公園站	自理	自由			
大湖山位於大湖公園附近，山勢不高，淺山郊山系列，可連走康樂山，青山岩，牛稠尾山。									

甲、乙組活動表

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
12月8日至 1134-48	日月洞 天上山 五城山	430 418	09:10 日月洞站	捷運新店站轉搭台北客運779公車(08:40)			旺旺登山隊 嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先 洽詢
		10		日月洞站	自理	自由			
在日月洞站下車，指標「日月洞廣照禪寺」前行，經過一處砂石場後進入產業道路。經七十二層福德祠續行產道，抵日月洞廣照禪寺入口階梯。日月洞廣照禪寺和土城的承天禪寺一樣，為廣欽老和尚在世時修行的處所。續行日月洞後山石階，經岩石區、望月亭、觀月亭抵天上山H430m，									
12月8日至 1134-49	四八縱 走	215m	08:30 四腳亭火車 站前廳	台北 4148次區間7:34			丁清恩 吳麗蘭 楊淑芬 陳淑慎	甲	隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
		9		四腳亭火車站	自理	自由			
四腳亭火車站→大坑埔山登山口→大坑埔山82m→大坑埔山東135m→(往四腳亭砲台登山步道走)→月眉山砲台→砲陣地→月眉山215m→月眉東峰205m→深澳坑砲台山(四腳亭砲台山)200m→深澳坑路撤退點→觀日坪150m→五坑山154m→總督嶺→八斗子山莊→調和街(完登) 崇慧花園社區站788									
12月8日至 1134-50	迴龍尖山 三角埔頂山 大棟山	405m	08:30 捷運迴龍站 1號出口	搭捷運中和新蘆線(橘線)			朱溪源 陳瓊瑛 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
				捷運迴龍站	自理	自由			
迴龍尖山山頂有「台灣高鐵M01」基石。 三角埔頂山海拔高度285m，又名羌子寮山，山頂展望極佳，滿山遍野的白色芒花是三角埔頂山秋冬時節的限定美景。									
12月14日至 1134-51	河畔伴行 系列 岩山步道	15	08:00 捷運奇岩站2 號出口	捷運淡水線			楊德誠 王林前 吳麗玉 黃國瑞 張芷綺 陳盛源	甲	台北市分會 楊0910-950990
		14		奇岩站	自理	自由			
沿著河畔健行，欣賞河道風光。									
12月15日至 1134-52	屈尺古道		08:00 新店捷運站 站外公車站	轉搭849、綠3公車			黃俊財 張進忠 朱文彥 林溪川	甲	小蝸牛登山隊 0922-945757黃
		6		小粗坑站	自理	自由			
屈尺古道位於新店屈尺地區而得名，昔日泰雅族屈尺的生活區域，公路未開通前，十分曲折，沒有跋山涉水無法到達，日人曾修築屈尺古道，至今僅剩下三段石階路而已，歷史的痕跡。如今可搭乘849 綠3公車到達小粗坑站，在冬天的陽光下，散步於新店與屈尺間的鄉間小路，探訪古道									
12月15日至 1134-53	金山 獅頭山		09:00 台電北展館 站	1. 基隆車站轉搭790/862 公車 2. 台北國光客運1815 7:30			李國存 李志明 陳素真 陳秋緣	甲	隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
		8		台電北展館站	自理	自由			
親山觀海優遊獅頭山下海角樂園. 由二盒場健行至獅頭山為生態旅遊最佳路線. 回程金山老街 全程約4小時(請自備簡餐,飲用水)									

甲、乙組活動表

第9頁共11頁

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
12月21日至 1134-55	台北大縱走第六段	375m	08:00 中華科技大學 登山口	270、藍25公車 205公車 645副公車 北環幹線			柯宜寬 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		11		中華科技大學	自理	自由			
中華科技大學登山口→南港山(九五峰,小百岳)→拇指山→妙高台→挹翠山莊→糶米古道→土地公嶺古道→世界山莊→軍功山→中埔山→富陽生態公園→捷運麟光站									
12月21日至 1134-56	中正山觀景樓 竹子湖青楓步道	695m	08:00 北投捷運站 一號出口	轉搭小9公車			黃俊財 朱文彥	甲	小蝸牛登山隊 0922-945757黃
		8		竹子湖站	自理	自由			
我們從竹子湖站走往中正山,是輕鬆好走的路線,有兩條路線可走,一是走大梯田方向接上青楓步道上產業道路,左轉往第一登山口去中正山;另一條是遊覽這條餐廳區,走馬路左轉產業道路,或走小巷從青菜園出產業道路,左轉往第一登山口去中正山。到達中正山頂的觀景台,山頂觀									
12月22日至 1134-57	軍艦岩 丹鳳山	192 117	07:30 捷運石碑站1 號出口	捷運淡水線			陳明堂 簡小清 張致富 張積豐 張淵誌 潘扶賢 陳建勝	甲	台北市分會 陳0937-525755
		6		捷運石碑站	自理	自由			
軍艦岩勢大屯山系最南端的一個山頭,海拔只有192公尺,山頭特殊雪白巨岩猶如一艘軍艦。登頂後可遠觀北面的大屯山群。順走丹鳳山,平緩好走,景色優美,丹鳳兩字大大刻在石壁上。									
12月22日至 1134-58	畚箕湖山 北峰 排寮尖	350m 291m	09:00 茶葉示範場 站	捷運昆陽站搭小5公車(8:20)			鄭明輝 簡義艷 張香蘭 留秋燕	甲	隊長:洪秀蓮 0910- 342950
		9		茶葉示範場站	自理	自由			
由南港茶製場附近登畚箕湖山(深按頭山)北峰,後下新興坑續登排寮尖,出石碇高中搭車。畚箕湖山(又稱深按頭山)在茶製場後方不遠,屬南港大坑環峰之一點。古道綠蔭清涼。排寮尖臨峰陡峭。全程約4.5小時(請自備簡餐,飲用水)									
12月22日至 1134-59	獅頭山 碧湖山 金面山 剪刀石山	60 61 181 258	09:00 文德站1號 出口	捷運文湖線			旺旺登山隊 嚮導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先 洽詢
		9		文德站	自理	自由			
文德站1號出口旁為郭子儀紀念堂步道口,郭子儀紀念堂旁為獅頭山登山口,獅頭山H60m。陡下內湖路二段登山口。179巷碧湖富堡村停車場登山口,上碧湖山H61m。沿稜線山路西行,經新坡尾山、竹嵩山H125m,及金面山步道泰安亭到金面山H181m。金面山步道,因山上地質含有石英,太									
12月28日至 1134-60	石雕藝美 之旅 炮仔崙猴 山岳古道	328	08:45 深坑公車站 大樹下	公車660,666,679,795,912,949			楊德誠 王林前 吳麗玉 黃國瑞 張芷綺 廖溫娣	甲	台北市分會 楊0910-950990
		10		深坑站	自理	自由			
炮仔崙步道位於木柵深坑交界處,沿途林蔭遮蔽,走來涼爽,茶園風光,開心農場,石屋山徑小路,輕鬆愉快。									

甲、乙組活動表

日期 編號	目的地	高度	集合時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			
12月28日至 1134-61	如意湖 柯子林山	391m	10:00 汐止老爺山莊	小3公車(捷運昆陽站09:20發車→老爺山莊)			李利國 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
				汐止老爺山莊	自理	自由			
柯子林山海拔高度382m，山頂有土地調查局圖根點基石。									
12月28日至 1134-62	紅淡山	210m	08:30 三坑火車站	台鐵基隆線1128車次 板橋07:26台北07:37			黃俊財 朱文彥	甲	小蝸牛登山隊 0922-945757黃
		6		三坑站	自理	自由			
紅淡山有「基隆都市之肺」、「基隆陽明山」的美名，離市區非常近，而且交通便利，適合全家一起散步，就像是基隆市民的後花園。因為深受歡迎，山上的步道不僅四通八達，鋪設的方式也很多樣化，各式各樣的涼亭和小山莊穿插其間，作為旅客飲食、聊天、運動的休息站。沿途的景									
12月29日至 1134-63	夢幻湖 中山樓步 道 黃埔嶺山	614m	08:30 冷水坑站	捷運劍潭站 轉搭小15公車			李國存 洪秀蓮 楊明鑫 莊金裕	甲	隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		6		冷水坑站	自理	自由			
由冷水坑出發走夢幻湖步道. 再往下走中山樓步道, 是緊鄰菁山路樹蔭遮天的木棧道之後接黃埔嶺入竹林, 橫渡苗圃步道 往返全程約4小時 (請自備簡餐,飲用水)									

日期 編號	目的地	高度	集合時 間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
		里程		下車地點	車資	參加方式			

●參加活動注意事項●

- 一、甲組：大眾健行路線 乙組：適健腳岳友登山路線。丙組：艱鉅路線 或入山管制需報名 並繳會員證身份證。丁組：旅遊路線。
- 二、甲乙組活動請穿長袖、長褲、登山鞋、攜手套、雨具、茶水、午餐及戴帽子。丙組路線遵照領隊之規定攜帶裝備集合。
- 三、遵守登山道德，請勿踐踏農作物，經過果園時請勿摘取水果，維護本會之聲譽。
- 四、休息或野餐時，隨時將四週環境整理乾淨，果皮紙屑請順手攜下山。
- 五、吸煙或野炊時，千萬小心火苗，保護山林安全，防止森林火災。
- 六、各項活動出發前，若遇颱風坍方等不可抗力之天然災害，將酌情順延或取消。
- 七、丙組活動行程期間，如遇特殊情况變更計畫所增減之費用，酌情補收或退費。
- 八、丙組活動如遇物價波動或該次活動人數不足四分之三時，視實際開銷酌情補收或取消活動。
- 九、登山活動中，應服從領隊及，嚮導指揮，未經同意不得搭乘便車，或私自脫離隊伍自行活動，如因此發生意外請自行負責。
- 十、丙組活動報名後，如領隊認其不適於參加該活動時，得拒絕其參加，費用如數退還。
- 十一、各項活動報名後絕對準時，逾時不候，並不得要求退費。
- 十二、丙組活動報名後，因故不能參加時，得於出發前五日內徵得同意，始得要求退費。
- 十三、參加丙組活動，務請參加本會會員。
- 十四、非本會所安排之行程及未向本會所報備之隊活動，本會恕不負責。
- 十五、丁組活動歡迎會友參加，加收行政費用50元，予以區別。

●入會申請書：請附回郵信封或逕至本會辦理

本會會址：台北市朱崙街20號體育聯合辦公大樓703室 電話：02-2751-0938 傳真：02-2572-4741
 網址：<http://www.alpineclub.org.tw> E-mail: ctma@alpineclub.org.tw

●辦公時間：週一至週五 上午九時至下午五時，國定例假日不辦公

●會員繳費：銀行匯款帳戶：合作金庫台北分行（代碼006）054-071715-264-1 號，戶名：中華民國健行登山會