

## 中華民國健行登山會旺旺健行登山隊110年第三季活動表

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			
7 月 25 日	白宮山莊步道 永春寮溪步道	290	09:00 捷運新北投站	捷運新北投支線			李遠勝 葉志鵬 焦喜良	甲	旺旺登山隊 0910216223葉
		8	1號出口	新北投站	自理	自由			
永春寮溪流域連接了陽明山與北投平地，沿途有著永春寮步道、中正山親山步道、櫻花大道，山林景緻非常的豐富。永春寮溪經過整治後，溪畔植栽串聯山林環境，展現出山林與砌石工程相呼應的極致藝術；沿溪而上的清疏便道及巡察便道，串連上下游，景觀連成一氣，滿足了愛山者享受山林步道氛圍的景緻。全程約4小時。(請自備簡餐,飲用水)									
8 月 8 日	雞南山步道 文間山步道 九蓮寺步道	184	08:30 捷運劍南路站	捷運文湖線			李遠勝 林炳輝 葉志鵬	甲	旺旺登山隊 0910216223葉 婦女與親子全民健行
		8	1號出口	劍南路站	自理	自由			
位於臺北市自強隧道上方的雞南山，原為山坡聚落，因颱風災害而改建為雞南山自然園區，以木棧、碎石等鋪設的人工步道貫穿其中。沿著一小段自然森林小徑上文間山(海拔184公尺圖根點)，讓人驚嘆台北近郊竟然有如此質樸的山徑。全程約3.5小時。(請自備簡餐,飲用水)									
9 月 5 日	運動 i 臺灣 大活動— 樹林青龍嶺	256 285	08:00 樹林火車站	台鐵電聯區間車			新北市健行登山協會 主辦	甲	旺旺登山隊 0910216223葉
		8	出口	樹林火車站	自理	報名			
新北市健行登山協會主辦「運動 i 臺灣」大活動，健行樹林地區親子步道青龍嶺(256 M)，需報名(免費)：備有毛巾、礦泉水及宣導品附贈。到達青龍嶺後，續行三角埔頂山(羌子寮山285M三等三角點)及三福山(233M)，順遊樹林武器公園。(請自備簡餐,飲用水)									
9 月 12 日	軍功山 萬芳140高地 步道健行活動	105 138	07:30 捷運辛亥站	文湖線捷運			葉志鵬 焦喜良 簡連福	甲	110年 「國民體育日」
		5		捷運辛亥站	自理	自由			
由辛亥路四段21巷中埔山親山步道口起登，軍功山步道這一段山路仍維持原始質樸的泥土路，坡度起伏不大。140高地公園位於台北市文山區萬芳社區，為野外山區開發而成之自然森林公園，因公園最高點為海拔138公尺包子腳山，取其整數並命名為140高地公園。全程約3小時。(請自備簡餐、飲用水)									

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			
9 月 15 日	碧湖步道 圓覺瀑布步道	292	09:00 捷運內湖站	文湖線捷運			葉志鵬 焦喜良 李遠勝	甲	旺旺登山隊 0910216223葉 <b>全國登山日系列活動</b>
		6		捷運內湖站	自理	自由			
碧湖步道是一條從鯉魚山南麓延展下來隱身社區住宅間的自然親山步道，生態豐富。步道底連接了大溝溪溪畔步道、圓覺寺步道，圓覺寺步道因擁有近百年歷史的圓覺寺而得名，步道與大溝溪平行蜿蜒，可在圓覺瀑布駐足戲水，同時享受嘩嘩水聲、呼吸著芬多精。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)									
9 月 19 日	基隆都市之肺 紅淡山健走	210	09:30 三坑車站	臺鐵往基隆區間車(1134或2114車次)			焦喜良 李遠勝 簡連福	甲	旺旺登山隊 0910216223葉 <b>全國登山日系列活動</b>
		8		三坑車站	自理	自由			
紅淡山為台灣小百岳之一，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，有各式各樣的涼亭和小山莊作為休息站。步道最高點可展望到基隆市、基隆港、基隆河、基隆山和基隆嶼等「五基」。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)									
9 月 26 日	基隆雙塔健走	102 133	09:30 太白莊站	基隆火車站南站搭乘客運301、302公車			焦喜良 李遠勝 簡連福	甲	旺旺登山隊 0910216223葉 <b>全國登山日系列活動</b>
		8		太白莊站	自理	自由			
由基隆市政府打造的一條串連基隆燈塔與球子山燈塔的「雙塔步道」，沿途可以欣賞基隆港及山海美景，還可以悠遊暗砲台、白米甕尖、火號山頂等私房秘境與砲台歷史人文古蹟。雙塔步道串聯西岸大歷史場景，為兼具古蹟、燈塔、自然景觀及文化資產資源的登山遊憩路線。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)									
9 月 29 日	碧溪步道 翠山步道	344	08:30 碧溪橋	劍潭捷運站搭乘小18公車			李遠勝 葉志鵬 簡連福	甲	旺旺登山隊 0910216223葉 <b>全國登山日系列活動</b>
		5		碧溪橋	自理	自由			
由碧溪橋為起點，延碧溪產業道路進入臺北小溪頭地區，由木棧道登山步道進入藥用植物園、太陽廣場、石頭屋，走入碧溪步道，終點可銜接翠山步道；翠山步道沿著大崙尾山腰緩緩下行，視野開闊、綠意盎然，路底原為士林分局射擊靶場，其後轉型為具休憩功能之登山步道。此二條步道非常適合民眾休閒健行，全程約3小時。(請自備簡餐、飲用水)									