

中華民國健行登山會

一一二年第一季活動表

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15頁

| 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 | | | |
| 1 月 1 日 1121-3 | 士林 劍潭山 | 153 | 9:00 捷運劍潭站1 號出口 | 淡水線 紅線捷運劍潭站 | | | 張清德 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 8 | | 捷運劍潭站 | 自理 | 自由 | | | |
| 劍潭山；劍潭山小百岳，沿途有多處展望點、視野佳，能眺望市區美景及101！ | | | | | | | | | |
| 1 月 1 日 1121-4 | 北投 中正山 | 646 | 08:30 中正山登山 口 | 淡水捷運線北投站 轉小7公車07:00、07:40 | | | 陳文忠 石福華 負少虹 | 甲 | 崗巒登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 中正山登山口 | 自理 | 自由 | | | |
| 中正山原名彌陀山，也叫十八份山或大竿林山，後來才改成中正山，這是由其串連出來的步道特多，大都呈放射狀，山頭獨立，十分特別。 | | | | | | | | | |
| 1 月 1 日 1121-5 | 紅淡山 佛光洞 | 210 | 08:30 三坑火車站 | 台北車站第四月台搭往基隆區 間車(07:11/ 7:42) | | | 李國存 陳淑慎 陳秋緣 許明慶 蘇德營 李志明 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 8 | | 三坑火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 基隆洞穴秘境~位在紅淡山步道上的「佛光洞」,早期是蝙蝠棲息地,所以也被稱為蝙蝠洞,因洞內空間寬敞,在二戰時期曾被作為防空洞使用,現已不見蝙蝠蹤跡。約4小時步程。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 1 月 2 日 1121-6 | 大溪和平 老街李騰 芳古宅 月眉人工 濕地生態 | | 09:30 大溪新溪尾 站 | 捷運永寧站4號出口轉搭 710(7:20/7:55/8:30) | | | 旺旺登山隊嚮 導組 | 甲 | 旺旺登山隊李 0932372105 天候不佳時宜請先 洽詢 |
| | | 9 | | 大溪新溪尾站 | 自理 | 自由 | | | |
| 大溪區在日據時期稱為"大科坎"，意即大台地的意思。"坎津歸帆"大溪區原為復興區的木材輸出門戶，以大漢溪為河運管道，現在河運已經不再，但當地昔日的渡船頭仍然保存，成為大溪的美景。大溪老街涵蓋和平路、中山路、中央路三條歷史街屋，經月眉通道順訪李騰芳古宅、月眉人工 | | | | | | | | | |

甲、乙組活動表

第2頁共15頁

| 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 | | | |
| 1 月 7 日 1121-7 | 雲嘉六連 峰 | | 1/7 05:00 | 專車 | | | 許家榮 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1200 | 報名 | | | 雲嘉6連峰從雲林樟湖走到嘉義太平，竹林與茶園相伴。經過6座山頭：後棟仔山、大尖山、二尖山、馬鞍山、梨子腳山、太平山，其中包含2座小百岳，有蒐集小百岳的山友千萬不要錯過喔！順訪二尖山休閒茶園。順遊太平老街。 |
| 1 月 7 日 1121-8 | 烏嘴山 (上島山) | | 1/7 06:30 | 專車 | | | 宣敬業 | 乙 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 900 | 報名 | | | 位於苗栗縣泰安鄉，海拔標高1437公尺；與橫龍山、虎山並稱為「水雲三星」。山頂視野良好，可飽覽加里山、哈堪尼山、橫龍山、及虎山之山勢。高度爬升約800公尺。 |
| 1 月 7 日 1121-9 | 屋東縱走 | | 1/7 05:00 | 專車 | | | 梁葉昌 | 乙 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1000 | 報名 | | | 屋我尾山1796m，名列谷關七雄老三。東卯山1690m，名列谷關七雄老五，並名列台灣百名山。屋東縱走一次連登兩座谷關七雄，是訓練腳力的好路線。 |
| 1 月 8 日 1121-10 | 烏嘴尖西 峰、紅淡 山東南峰 、長命山 | 199 9 | 08:30 暖暖火車站 | 台北車站第四月台搭往蘇澳區 間車(07:33) | | | 蕭百宏 洪秀蓮 許明慶 李榮華 林明宗 鍾月鳳 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | | | 暖暖火車站 | 自理 | 自由 | | | 烏嘴尖西峰,H196m,A03基石;紅淡山東南峰,H168m,台北州稅務課;長命山,H150m,省府地政處測量局三等控制點C021。約4小時步程。(請自備簡餐,飲用水) |
| 1 月 8 日 1121-11 | 牡丹新公 園、樟腦 寮古道上 林口 | 2200 6 | 08:30 捷運 泰山貴和站 | 捷運新莊線 | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 (新北市健行安排的 活動) |
| | | | | 捷運泰山貴和 站 | 自理 | 自由 | | | 新莊青年公園又稱牡丹心生態公園，步道依著林口台地東南邊緣的牡丹心山系而上，在「興莊亭」「瞭望台」上都可以展望台北盆地的全景。步道最吸引人的地方還是沿途豐富多樣的自然生態，還有「綠色隧道」、「主題園區」、「香花園」、「蝴蝶平台」及「十八份坑溪的溪流生態」 |
| 1 月 8 日 1121-12 | 三角埔山 縱走 大棟山 | | 08:30 台鐵樹林火 車站 | 台鐵 松山站 07:50、台北站 07:59 | | | 廖忠山 林鳳賢 王振富 | 甲 | 崗貓登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 台鐵樹林火 車站 | 自理 | 自由 | | | 三角埔頂山位於樹林市郊大棟山，位於新北市樹林區與桃園市龜山區交處405公尺，台灣小百岳編號15，有一顆三等三角點及一圖根點。 |

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 | | | |
| 1 月 8 日 1121-13 | 三峽 紫微環山 森林步道 | 550 | 9:00 白雞行修宮 停車場 | 自駕 或公車908/910/916再轉轉 搭778往白雞 | | | 陳玉堤 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 8 | | 白雞行修宮 | 自理 | 自由 | | | |
| <p>大部分是原始的泥土小徑搭配幾小段枕木步道；亦能遙想百年前先民的開墾艱辛。白雞行修宮～保甲路～紫微天后宮～六寮崙山～紫微森林～紫微天后宮～白雞行修宮</p> | | | | | | | | | |
| 1 月 8 日 1121-14 | 丹鳳山 軍艦山 | 216 | 08:30 捷運北投站1 號出口 | 捷運淡水線 | | | 涂重成 吳惠娟 楊肅萌 鄭玉瑛 阮文癸 陳左鵬 | 甲 | 台北市分會 涂0912-600229 |
| | | 8 | | 北投站 | 自理 | 自由 | | | |
| <p>丹鳳，軍艦山都是因為山形像一隻鳳，軍艦而得名，山上有巨石刻著丹鳳兩個大字。峰頂視野良好，可俯瞰整個北投區。山上有弘法大師祠，又名大師山。</p> | | | | | | | | | |
| 1 月 9 日 1121-15 | 攀岩活動 十年終聚餐 | | 攀岩:下午 2:00 聚餐:桃 園新金華園 | 自行驅車 | | | 張以謙 | 甲 | 中華航空健行登山 社 0921827423張 |
| | | | | | 自理 | 自由 | | | |
| <p>室內攀岩活動，一個在國內慢慢盛行的運動，花一下午讓您享受攀岩的魅力!攀岩是一種對抗地心引力的運動，室內攀岩藉由各個設好的岩點，運用雙手及雙腳的力量慢慢往上爬，過程中運用了肌肉的力量，無論是手指、手掌、腳趾都需派上用場，是</p> | | | | | | | | | |
| 1 月 14 日 1121-16 | 流水蓮稜 | | 1/14 06:30 | 專車 | | | 姚建信 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | 900 | 報名 | | | | |
| <p>流水蓮稜為郊山長距離縱走行程，由關西南和國小起登上稜，沿新竹新埔芎林稜線經石頭坑三段崎接犁頭山稜線出竹北蓮華寺，穿越果園農地荒徑古道公路抵十山頭基點:1.下南片山2.十四股山3.南和山4.流民窩山5.水坑磨山6.水坑廣山7.石頭坑山(二等) 8.石頭坑山(三等) 9.吧哩國山10.犁頭山。</p> | | | | | | | | | |
| 1 月 14 日 1121-17 | 十美之旅 劍潭山系 | 153 | 08:30 捷運劍潭站2 號出口 | 捷運淡水線 | | | 楊德誠 王林前 李 潔 黃國瑞 許華鈞 廖溫娣 | 甲 | 台北市分會 楊0910-950990 |
| | | 8 | | 劍潭站 | 自理 | 自由 | | | |
| <p>位於圓山風景區，台北市最近市中心的小山，以前是軍事管制區域保安林地，因此自然林相與生態植物保存相當完整。步道兩旁許多人工栽種植被與經濟植物讓步道充滿綠色魅力。</p> | | | | | | | | | |
| 1 月 14 日 1121-18 | 龍鳳巖步 道、水碓 觀景公園 、五股山 | 190 | 09:00 憲兵學校站 | 捷運新莊站1號出口搭公車637 、638、783 | | | 汪汪登山隊嚮 導組 | 甲 | 汪汪登山隊李 0932372105 天候不佳時宜請先 洽詢 |
| | | 1 | | 憲兵學校站 | 自理 | 自由 | | | |
| <p>五股山在五股水碓觀景公園上方，民航局導航台邊。水碓觀景公園整治良好，有10層平整步道，各層有階梯貫通，觀機平台景觀良好，運動散步好所在。龍鳳巖步道位於憲兵戰鬥訓練場東北側至龍鳳巖，步道平緩，為親子健行路線。全程約3小時步程。(請自備簡餐、飲用水)</p> | | | | | | | | | |

甲、乙組活動表

第4頁共15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 | | | |
| 1 月 15 日 1121-21 | 內溝山 翠湖 金龍湖 | 1137 | 08:30 忠三街口站 土地廟 | 捷運文湖線葫州站轉 搭聯營646 287 630 | | | 陳兆麟 黃麗玉 | 甲 | 崗狍登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | 8 | | 忠三街口站土 地廟 | 自理 | 自由 | | | |
| 內溝山：圖根點乙類，位於內湖區內溝里，故名之。屬五指山系，山低曲徑明，唯北側峭壁懸不宜攀登。翠湖：內溝山東北方坑谷中，即北峰溪上游，湖光山色。 | | | | | | | | | |
| 1 月 15 日 1121-22 | 五指山古 道、雙溪 溝古道、 風櫃嘴步 道 | 6642 | 07:30 劍潭捷運站 1、3號出口 小18公車站 | 劍潭捷運站搭小18公車 | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 (新北市健行登山委 員會同行) |
| | | 12 | | 聖人橋站 | 自理 | 自由 | | | |
| 這次要走台北大縱走的第四段，我們走至善路三段336巷往上，經過天溪園後再往上走進入風櫃嘴步道登山口，穿越馬路，走到萬溪產業道路，雙溪溝古道入口在萬溪產業道路尾端彎道上，古道原始、雙溪清澈清涼，走完0.6KM古道接上五指山古道3公里，下切大崙頭山北面步道，在許願步 | | | | | | | | | |
| 1 月 15 日 1121-23 | 大華瀑布 群 | | 09:30 大華火車站 | 台鐵4152班次:台北7:50開,於瑞 芳站08:50換平溪線 | | | 蕭百宏 張香蘭 董嘉玲 許明慶 宋雪紅 李志明 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 10 | | 大華火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 野人谷瀑布群以新寮瀑布,翠谷瀑布,子母(觀音)瀑布,天雲瀑布,茵夢瀑布,金霞滑瀑,這6個瀑布為主。三貂嶺瀑布群以枇杷洞瀑布,摩天瀑布,合谷瀑布,這3個瀑布為主。約4小時步程。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 1 月 15 日 1121-24 | 新竹 南坪古道 馬胎古道 內灣山 | 392 | 6:50 健保大樓 | 捷運台北車站M8出口100公尺 專車 | | | 陳瓊瑛 朱溪源 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 8 | | | 付費 | 報名 | | | |
| 台北市中正區公園路15-1號 步道整理的很乾淨舒適、坡度緩緩的，整體來講很好走 | | | | | | | | | |
| 1 月 25 日 1121-26 | 樟樹步道 賞魯冰花 、待荖坑 山、飛龍 步道 | 3382 | 08:00 政大校門口 | 聯營公車236 237 282 611 綠 1 小10 棕15 | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 朱文彥 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 10 | | 政大校門口 | 自理 | 自由 | | | |
| 由政大後山飛龍步道往樟山寺；飛龍步道的特色，在於整條步道均有塊石綿延不斷，從遠處望來，像恐龍的脊椎因而得名。因疫情而封閉兩年，走完飛龍步道可以在樟山寺泡茶聊天。順遊明德宮對面登高步道的望遠亭；然後我們走杏花林步道登上待老坑山，走樟湖步道下切樟樹步道。樟 | | | | | | | | | |
| 1 月 27 日 1121-27 | 劍潭山步 道、文間 山、圓明 寺步道、 西湖捷運 | 1147 | 07:30 劍潭捷運站 二號出口 | 捷運淡水北投線 | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 朱文彥 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 12 | | 劍潭捷運站 | 自理 | 自由 | | | |
| 劍潭山：標高153M二等三角點1064號乙類，屬圓山山脈，延稜鳥瞰四方景觀，獨樹一幟。前段休息亭、寺廟林立，山路如蜘蛛網星羅棋佈，後段駐軍遺留崗哨、砲台座處處。先走劍潭山，然後走訪文間山下劍南路，接上圓明寺步道，往德明財經科技大學方向下山。 | | | | | | | | | |

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 | | | |
| 1 月 28 日 1121-29 | 長壽山 成福山、 十八羅漢 尖、石門 內尖山、 | 408M | 08:30長壽山 站 | 捷運永寧站轉公車705往三峽 | | | 吳幸柳張秋月 邱意雯李素精 鄭玉瑛陳美齡 張致富許世嫩 方惠萍 | 甲 | 台北市分會 許0912-562270 |
| | | 11 | | 長壽山站 | 自理 | 自由 | | | |
| 長壽山縱走承天寺，沿途經成福山，十八羅漢山，石門內尖山。高低起伏山稜，攀岩拉繩走起來很有挑戰性。 | | | | | | | | | |
| 1 月 29 日 1121-30 | 基隆市和 平島公園 、天顯宮 | 8 | 09:30 和平島公園 站 | 台北(08:00)1132往基隆區間車 基隆站下轉搭基隆市101、102 | | | 旺旺登山隊嚮 導組 | 甲 | 旺旺登山隊李 0932372105 天候不佳時宜請先 洽詢 |
| | | | | 和平島公園站 | 自理 | 自由 | | | |
| 基隆市和平島公園位於基隆港港口東側，島上奇岩異石林立，海岸奇特的海蝕地形。景觀有萬人堆、千疊敷、豆腐岩等特殊地質景觀，經政府依文化資產保護法指定為自然地景地質公園，是基隆第一處自然地景的地質公園。天顯宮是有名的道教寺廟，也是和平島民眾的信仰中心。 | | | | | | | | | |
| 1 月 29 日 1121-31 | 北投熱海 岩場、軍 艦岩步道 | 164 | 08:00 新北投 捷運站 | 捷運新北投線 | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 朱文彥 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 (新北市健行登山委 員會同行) |
| | | 10 | | 新北投捷運站 | 自理 | 自由 | | | |
| 此條路線我隊109年10月曾排入探勘行程，我們從新北投捷運站開始走，往溫泉路銀光巷底，在善光寺前的轉彎處，上登保安林道，步道不長，處處有奇形巨石，還有無敵山景，可以俯瞰台北市，算是比較少人的秘境，我們不攀爬岩石，步徑清晰，難度不高。最後可以走丹鳳山或是往軍艦 | | | | | | | | | |
| 1 月 29 日 1121-32 | 茅仔嶺 十八份山 五尖山 | 320 | 08:30 四海站 (終點) | 公車 245 656 657 | | | 鄭明輝 陳淑慎 陳榮聖 王維君 李國存 楊淑芬 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 8 | | 四海站(終點) | 自理 | 自由 | | | |
| 五尖山,山頂有圍籬,基石在圍籬內約5公尺的小高地上,又稱南牛埔頭山,或牛埔頭山南峰.省府地政處四等三角點.此山比南勢角山更高,為中和最高峰;此次由天靈宮後方登山口起,途經茅仔嶺,十八份山,觀自在金龍寶塔,五尖山,慈聖宮,下青雲路,約4.5小時路程。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 1 月 29 日 1121-33 | 宜蘭 棲蘭山 賞梅 | 420 | 6:50 健保大樓 | 捷運台北車站M8出口100公尺 專車 | | | 陳宗耀 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 8 | | | 付費 | 報名 | | | |
| 美拍、慢走行程。棲蘭山賞梅、安農溪、落羽松美拍、冬山河生態公園 | | | | | | | | | |
| 2 月 5 日 1121-37 | 大崙尾山 春節團拜 | 6 | 08:30 捷運士林站1 號出口 | 捷運士林站轉搭公車255 | | | 本會全體會員 | 甲 | 台北市分會 陳0937-843848 |
| | | | | 大崙尾山站 | 自理 | 自由 | | | |
| 會員請準備輕食點心，分享山友。舉行會員團拜，互相祝福。 | | | | | | | | | |

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 | | | |
| 2月5日 1121-38 | 鶯歌石 牛灶坑山 | 243 | 08:30 鶯歌火車站 | 台鐵南下電聯車 | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 朱文彥 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 10 | | 鶯歌火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 鶯歌石、牛灶坑山、龜公山：鶯歌石係一塊形如鶯歌鳥的奇岩佇立於鐵路旁，該鎮因此而名，也是地標；牛灶坑山半山腰龜公廟聞名，廟內祀龜甲石，其狀似龜，係數千萬年前化石，廟境清幽林蔭掩日，清爽宜人，訪勝探幽最佳途徑；並可順道遊賞陶鄉老街及博物館。 | | | | | | | | | |
| 2月5日 1121-39 | 銀河洞越 嶺貓空 | 485 | 08:30 中生橋頭站 終點 | 捷運新店站轉搭聯營綠5、647(650)已更為基隆路幹線 | | | 陳文忠 胡國華 呂蔣民 | 甲 | 崗貓登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | 10 | | 中生橋頭站終點 | 自理 | 自由 | | | |
| 銀河洞：一個內凹山壁所形成的山洞，嶺上溪流由山腰斷崖，狀似銀河凌空直下而命名。由新店銀河路沿著楣子寮溪上行，經銀河洞廟旁步道、小徑穿越德高嶺；接樟湖步道至貓空。 | | | | | | | | | |
| 2月5日 1121-40 | 桃園石門 溪洲山 | 578 | 9:30 坪林收費站 | 台鐵/捷運 轉搭公車 | | | 張清德 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 8 | | 坪林收費站 | 自理 | 報名 | | | |
| 溪洲山/578m/三等三角點/編號：6296團拜；吃活魚餐廳 ■台鐵區間快編號2007，南港7:08 松山7:13 臺北7:21 萬華不停 板橋7:31、08:06中壢火車站下車；前站往前，到桃客中壢總站轉乘台灣好行503往石門水庫， | | | | | | | | | |
| 2月5日 1121-41 | 大嶺古道 大石壁坑 山 五酒桶山 | 386 | 09:15 貢寮火車站 | 宜蘭線火車(台北07:24自強或07:33區間車)在貢寮站下車 | | | 李國存 蘇德營 楊淑芬 董嘉玲 李榮華 陳秋緣 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 9 | | 貢寮站 | 自理 | 自由 | | | |
| 大石壁坑山有礦補點,在大嶺農路旁。五酒桶山有圖根點,在大嶺古道龍字碑上方。大嶺古道及登山步道沿途,有貢寮奇人盧國松君,秉持龍馬精神苦心開鑿之彩繪石壁與石塊,令人驚豔。約4小時路程。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 2月11日 1121-42 | 觀音山小 北插、北 橫古道 | 616 | 08:10 三民高中 捷運站 二號出口 | 捷運新蘆線轉搭橘20或北門捷運站搭785公車 | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 朱文彥 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 10 | | 觀音里站 | 自理 | 自由 | | | |
| 觀音山：三等三角點，北部西郊名山，登頂眺望，風光絕佳。北橫古道：系沿觀音五峰淡水河畔山側，從原始的荒涼走進人工的文明，山徑蜿蜒盤折，穿越各步道。參天茂密的廣大森林，巨石壁立，繁花似錦，青蒼瑩潔，一直綿延不絕。可由縫隙中探視淡江山城各景點。此次活動由小北 | | | | | | | | | |
| 2月11日 1121-43 | 北坑駐在 所 | | 2/11 05:00 | 專車 | | | 林錦堂 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1200 | 報名 | | | |
| 春遊司馬限林道，林道寬闊好走，探訪歷史的遺跡，欣賞壯闊的聖稜線雪景雲海以及豐富的自然生態，全程來回約20km/7-8小時。 | | | | | | | | | |

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 | | | |
| 2月11日 1121-44 | 傳奇之旅 萃湖仙岩 | 144 | 08:30 捷運景美站2號出口 | 捷運新店線 | | | 楊德誠 王林前 李潔 黃國瑞 許華鈞 廖溫娣 | 甲 | 台北市分會 楊0910-950990 |
| | | 7 | | 捷運景美站 | 自理 | 自由 | | | |
| 仙跡岩是一座小山，但視野良好，有一等衛星控制點，清楚遠眺台北盆地，沿途濃蔭密佈，可欣賞各種花綻放。景色優美，傳說也耐人尋味。山頂有如腳印足跡，相傳為呂洞賓所留，更添奇幻色彩。 | | | | | | | | | |
| 2月12日 1121-46 | 春酒蘇府 王爺廟 | | 08:30 竹圍捷運站 | 淡水捷運站 紅 26 | | | 吳純峰 郭耿陽 負少虹 | 甲 | 崗貓登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 油車口 | 自理 | 自由 | | | |
| 健行隊友請在捷運站集合,不參加健行的隊友,請搭公車直接前往,春酒 11:00 開始。 | | | | | | | | | |
| 2月12日 1121-47 | 內冷水坑 山 大尖山 圓通寺 | 274 | 08:30 清化里站 | 公車 245 656 657 | | | 鄭明輝 楊淑芬 張香蘭 黃世章 林明宗 鍾月鳳 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 10 | | 清化里站 | 自理 | 自由 | | | |
| 清化里(德霖學院下一站)下車,福興宮就在站牌處,啟登后就一路經內冷水坑山、青龍嶺陡上到大尖山(行程最高點),中午到玉皇宮或圓通寺午餐。約4小時路程。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 2月12日 1121-48 | 五堵獅頭 山 | 174 | 09:00 五堵火車站 | 台北(08:15)4154往蘇澳區間車 或(08:29)1134往基隆區間車 | | | 旺旺登山隊嚮 導組 | 甲 | 旺旺登山隊李 0932372105 天候不佳時宜請先 洽詢 |
| | | 9 | | 五堵火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 五堵獅頭山又稱獅仔頭山或西頭山，位於汐止五堵地區。獅頭山海拔174公尺，山頂展望極佳，擁有幾近360度的環繞視野山，為日據時代用於觀測盟軍動態的要地。從玉泉宮廟後稜線走上來，步道平緩易走，可說是一條老少咸宜的親子步 | | | | | | | | | |
| 2月12日 1121-49 | 樹鶯縱走 | 4405 | 8:00 樹林火車站 後站 | 台鐵 樹林火車站 | | | 黃國能 王美如 福佳嚮導群 | 乙 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 14 | | 樹林火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 樹林火車站後站(中山路集合) 臺鐵1127次區間車:南港7:14 松山7:18 臺北7:26 萬華7:32 板橋7:37 浮洲7:41 樹鶯縱走(樹林大凍山小百岳No.15 -鶯歌鶯歌石山/三角點(192M)) | | | | | | | | | |
| 2月18日 1121-50 | 鵝公髻山 雲霧步道 賞櫻花 | | 2/18 06:00 | 專車 | | | 張瑞雲 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1200 | 報名 | | | |
| 鵝公髻山位於新竹與苗栗交界處，海拔1579m，山頂雖然沒有展望，步道開闊處可以看見矗立在前面的五指山，沿途森林之中，光影點點搖曳，筆直的柳杉，讓人忍不住想伸手觸摸一番； | | | | | | | | | |

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 | | | |
| 2月18日 1121-51 | 李棟山大混山 | 1914 | 集合時間地點另行通知 | 自行驅車 | | | 徐瑞隆 | 甲 | 中華航空健行登山社 0938991292徐 |
| | | 7 | | | 自理 | 自由 | | | |
| 李棟山，泰雅族人稱此地Tapung。昔日是北部泰雅族群往來的交通樞紐，山頂視野良好，可眺望大霸尖山、雪山、南湖大山等壯麗的山景。李棟山至大混山連稜，沿途有駐在所及砲台遺跡，駁坎矗立於森林中，充滿歷史意義，原始茂密的森林、整齊的柳杉林，讓人走來心曠神怡。 | | | | | | | | | |
| 2月19日 1121-54 | 下竹林步道連走狗般勤古道 | 300 | 08:30 天母總站 | 紅 19 616.680.685 224.267.中山幹線 | | | 黃志寬 楊忠意 負少虹 | 甲 | 崗貓登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 天母總站 | 自理 | 自由 | | | |
| 天母水管路是日治時期所開闢的運水路，為引取陽明山湧泉，在此地鋪設水管供給至天母地區，並於沿途設置便道，即俗稱「水管路」。步道可見日本人遺留的三角浦發電廠，讓人倍覺涼爽舒適。 | | | | | | | | | |
| 2月19日 1121-55 | 飛鳳山、觀日坪古道、順遊景點 | 6616 | 07:30 圓山捷運站二號出口 | 大型遊覽車 | | | 黃俊財 陳建材 朱文彥 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 10 | | 飛鳳山第一停車場 | 750 | 報名 | | | |
| 飛鳳山位於新竹芎林鄉，因山勢形似飛鳳伸頸，斂翼飛降，因而得名。「飛鳳探梅」為新竹八景之一，飛鳳山擁有百年寺廟「代勸堂」及「雲谷寺」，與新竹五指山、獅頭山，都是著名的寺廟風景區。有幾條不同的登山路線，可以從山腳下的飛鳳山牌樓附近的第一停車場出發，或從第二 | | | | | | | | | |
| 2月19日 1121-56 | 竹北犁頭山 | 157 | 7:30 捷運中正紀念堂站5號出口 | 大巴遊覽車 | | | 陳明堂 簡小清 | 甲 | 台北市分會 陳0937-525755 |
| | | 12 | | 蓮華寺登山口 | 報名 | 報名 | | | |
| 犁頭山是新埔與竹北的界山，山形似古人犁田的犁頭而得名，因山勢突然斷失陡降，有如將山從中腰斬，又稱斷頭嶺，斬山。 | | | | | | | | | |
| 2月19日 1121-57 | 槓子寮旭丘嶺【新春團拜】 | 172 | 09:00 深美國小站 | 基隆客運201或202在深美國小站下車 | | | 洪秀蓮 陳淑慎 黃世章 蘇德營 張香蘭 鄭明輝 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916-195850 蕭總幹事0932- |
| | | 9 | | 深美國小站 | 自理 | 自由 | | | |
| 由基隆深美新社區走教忠步道，登槓子寮山，下至正濱國小再登旭丘嶺，再往正濱漁港彩色屋、阿根廷造船廠遺址，春遊賞景好所在。槓子寮山有二等三角點一顆，山雖不高，但在小百岳之列。旭丘嶺有礦物課基點一顆。約3小時步程。(中午於988餐廳聚餐呷春酒，請向總幹事報名以便訂桌) | | | | | | | | | |
| 2月19日 1121-58 | 雙溪坪林宜蘭外澳 | 500 | 6:50 庫倫街口 | 臺北捷運淡水信義線 紅線圓山捷運站搭專車 | | | 林瑞榮 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 12 | | 圓山捷運站 | 付費 | 報名 | | | |
| 闊瀨古道->灣潭古道->坪溪古道->石空古道 由闊瀨出發沿著北勢溪谷，經黑龍潭至三水潭，然後接宜蘭坪溪古道-太和山-石空古道-外澳 交通工具：20人座或26人座中巴(1輛或2輛 依報名參加人數而定) | | | | | | | | | |

甲、乙組活動表

第9頁共15頁

| 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 | | | |
| 2 月 25 日 1121-60 | 新石門山 賞櫻 | | 2/25 06:00 | 專車 | | | 姚東君 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 950 | 報名 | | | |
| 新石門山海拔780公尺，位於苗栗縣獅潭鄉，山頂有一座鐵管三腳架；中石水泥柱立於其間。 | | | | | | | | | |
| 2 月 26 日 1121-61 | 十八彎古 道 | 10 | 08:30 二子坪站 | 捷運劍潭站搭紅5到陽明山總站 ，再轉搭108遊園公車 | | | 洪秀蓮 楊淑芬 陳榮聖 王維君 董嘉玲 鄭明輝 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | | | 二子坪站 | 自理 | 自由 | | | |
| 由大屯自然公園走十八彎古道而下，穿越巴拉卡公路到車埕櫻花林，回程經楓樹湖到天元宮搭公車。十八彎古道在清涼林蔭下，楓樹湖為金花石蒜專業區，清新自然，為優質健行路線。約4小時步程。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 2 月 26 日 1121-62 | 台中 白毛山 | 1522 12 | 6:50 健保大樓 | 捷運台北車站M8出口100公尺 專車 | | | 吳淑珍 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | | | | 付費 | 報名 | | | |
| 白毛山，屬於台中谷關七雄之一；號稱七雄景觀之最。 交通工具：20人座或26人座中巴（1輛或2輛 依報名參加人數而定） | | | | | | | | | |
| 2 月 26 日 1121-63 | 三峽白雞 紫微天后 宮 | | 08:50 三峽國小 | 捷運板南線永寧站4號出口 轉乘公車705.706三峽國小轉乘 | | | 黃志寬 張淑玲 胡國華 | 甲 | 崗緞登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 白雞行修宮總 站 | 自理 | 自由 | | | |
| 紫微保甲路的步道兩端入口，都是著名的廟宇，無論白雞行修宮或紫微天后宮而這條步道平緩是一條老少咸宜的步道。 | | | | | | | | | |
| 2 月 28 日 1121-65 | 樹梅坑步 道忠義山 | 230 9 | 09:00 捷運竹圍站 | 捷運淡水線或公車857 | | | 旺旺登山隊嚮 導組 | 甲 | 旺旺登山隊李 0932372105 天候不佳時宜請先 洽詢 |
| | | | | 捷運竹圍站 | 自理 | 自由 | | | |
| 竹圍(小八里坌)地區，往昔的農耕灌溉及飲用水源，係以來發源自面天山一帶的樹梅坑溪為主，梅樹坑溪因流經「樹梅坑」而得名，當地人稱為「大坑溝」。後因人口暴增造成與工廠林立造成環境的污染，經整治後已逐漸恢復生態。樹梅坑登山步道是條有200年歷史以上古道，昔日竹圍通 | | | | | | | | | |
| 3 月 4 日 1121-66 | 興隆山 東北峰 仙跡岩 | 144 9 | 08:30 捷運萬芳社 區站 | 捷運文湖線 | | | 涂重成洪東海 張致富李素精 邱意雯吳惠娟 | 甲 | 台北市分會 涂0912-600229 |
| | | | | 萬芳社區站 | 自理 | 自由 | | | |
| 又名馬明潭山，連結仙跡岩一起漫遊，山淨平坦，風景秀麗，是平易近人的小山。 | | | | | | | | | |

甲、乙組活動表

第 10 頁 共 15 頁

| 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 | | | |
| 3 月 4 日 1121-67 | 【環大台北天際線】 五四縱走 | | 3/4 05:00 | 專車 | | | 姚建信 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1400 | 報名 | | | |
| 大台北知名的挑戰級長程縱走之一，環台北天際線第三段(部分)，亦稱基隆聖稜線。沿途遍覽山海風光，三座小百岳一次囊括，還有機會欣賞芒花春櫻和夕照夜景。全程約20K需時10~11H。 | | | | | | | | | |
| 3 月 4 日 1121-68 | 吳居吾墅 步道、灣 坑頭山、 大里天公 廟 | 616 | 07:20 台北火車站 南三門口 | 台鐵區間車4148蘇澳線(07:35) | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 朱文彥 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 6 | | 大里火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 吾居吾墅步道是吾居吾墅民宿老闆與其友人自行開闢的山徑，是從大里火車站直接通往灣坑頭山的捷徑，從位於台2線路旁的吾居吾墅民宿出發，短短2公里的路程要攀升600公尺，可謂驚險又刺激。除了地勢陡峭之外，吾居吾墅步道的路況也極為原始，雖然陡峭之處均有完善架繩，但溼滑 | | | | | | | | | |
| 3 月 5 日 1121-69 | 獅球嶺步 道縱走 | 155 | 08:30 八堵火車站 | 台北往宜蘭07:35區間車至八堵 站 | | | 蕭百宏 宋雪紅 陳榮聖 王維君 許明慶 黃世章 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 9 | | 八堵火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 由八堵火車站附近保線路登獅球嶺砲台，沿途風光明媚，景色怡人。行程約4小時。(請自備簡餐，公水600 cc) | | | | | | | | | |
| 3 月 5 日 1121-70 | 姆指山 樹梅古道 | | 08:30 象山捷運站 2號出口 | 淡水捷運線 | | | 黃志寬 郭耿陽 張淑玲 | 甲 | 崗緞登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 象山捷運站2號 出口 | 自理 | 自由 | | | |
| 梅古道位於台北市南港區，昔日是南港後山居民翻山越嶺登上姆指山，由於途中經過樹梅林，故取名樹梅古道。 | | | | | | | | | |
| 3 月 5 日 1121-71 | 小觀音山 0型縱走 | | 3/5 05:00 | 專車 | | | 鄭羽迪 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1100 | 報名 | | | |
| 小觀音山是大屯火山群的一群山峰，位於新北市三芝區與台北市北投區交界處，各山峰環繞著小觀音山火山口；火山口直徑1200公尺，深約300公尺，是台灣最大的火山口。 | | | | | | | | | |
| 3 月 5 日 1121-72 | 汐止 如意湖 金明山 | 392 | 6:50 健保大樓 | 捷運台北車站M8出口100公尺 專車 | | | 陳宗耀 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 10 | | | 付費 | 報名 | | | |
| 專車停車點:6:50台北車站健保大樓; 7:30南港捷運站2出口 如意湖·金明山·柯子林山 | | | | | | | | | |

甲、乙組活動表

第 11 頁 共 15 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 | | | |
| 3 月 11 日 1121-73 | 南坪古道 馬胎古道 | 262M、 573M | 07:30 中正紀念堂 站5號出口 | 大巴遊覽車 | | | 鄭玉瑛陳美齡 | 甲 | 台北市分會 陳0937-843848 中高齡山野健行活 動 |
| | | 12 | | 攀龍吊橋 | 報名 | 報名 | | | |
| 位於新竹尖石鄉，昔日泰雅族馬胎部落對外聯絡的古道，古道寬大好走，生態豐富，鳥語花香，沿途設有涼亭可以南坪古道銜接。百年茄冬樹，單索吊橋可看到早年灌溉水圳遺跡。 | | | | | | | | | |
| 3 月 11 日 1121-74 | 南插天山 | | 3/11 05:00 | 專車 | | | 林錦堂 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1300 | 報名 | | | |
| 南插天山位於插天山自然保護區內，與北插天山各據一方。雖不如北插天山知名及熱門，但困難度更上一層，走膩了北插可嘗試挑戰南插，全程來回約9小時，上下約1200公尺。 | | | | | | | | | |
| 3 月 12 日 1121-76 | 北海石門 區老梅綠 石槽 | | 09:00 老梅站 | 捷運淡水站轉乘 862 淡水站-基隆 07:50 08:10轉乘 863 淡水站 | | | 吳純峰 王振富 廖忠山 | 甲 | 崗巒登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 老梅站 | 自理 | 自由 | | | |
| 婦女親子登山健行活動 | | | | | | | | | |
| 3 月 12 日 1121-77 | 下坡山 三合山 | 196 | 08:20 五堵火車站 | 台北往宜蘭(07:34)區間車於五堵站下車 | | | 洪秀蓮 陳淑慎 黃世章 蘇德營 張香蘭 李志明 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 8 | | 五堵火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 由五堵火車站出發，行至天使宮登山口進入，先經保線路登下坡山，退回後續走保線路登三合山，如時間充裕則順登華新山，慈聖宮午餐後出華新一路返回五堵火車站，約4小時步程。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 3 月 12 日 1121-78 | 車坪寮 梅花山 雙溪溝古 道帕米爾 公園 | 640 | 09:30 老爺山莊大 門 | 捷運板南線昆陽站轉搭小3公車 (08:10 09:00) | | | 旺旺登山隊嚮 導組 | 甲 | 旺旺登山隊李 0932372105 天候不佳時宜請先 洽詢 |
| | | 11 | | 老爺山莊站 | 自理 | 自由 | | | |
| 由老爺山莊過車坪寮福德宮岔路，越嶺到五指山再登梅花山，梅花山又名插花山海拔640公尺，雙溪溝是內雙溪的支流，古道沿途山徑景色幽靜，枯葉落灑的泥土路平緩好走，原始質樸。梅花山與雙溪溝古道是「臺北大縱走」規劃的第四段路線。帕米爾公園為紀念國共內戰時，帕米爾齧雪 | | | | | | | | | |
| 3 月 12 日 1121-79 | 筆架連峰 (勇腳級) (初學者 勿試) | 115 | 07:50 新店捷運站 轉綠12 | 新店捷運站轉08:00綠12 | | | 黃俊財 陳建材 朱文彥 陳文森 | 乙 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 (新北市健行登山委 員會同行) |
| | | 585 | | 二格公園(原棧 寮) | 自理 | 自由 | | | |
| 筆架連峰：起自石碇東走向北部有名的岩稜，一連十幾座鋸齒狀岩峰，並列在稜線上，南北兩翼懸崖峭壁，縱走其間，時而鑽林，爬岩，跨上稜刀、上下迴旋，經走西帽子岩，炙子頭山，至筆架山刺激過癮，是體力、耐力的考驗，登高山的試金石。是北部三大岩場之一，最近天氣不穩 | | | | | | | | | |

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 | | | |
| 3月12日 1121-80 | 瑞芳 保羅尖 | 196 | 9:00 南新宮 | 公車：基隆791/瑞芳856 | | | 丁順發 福佳嚮導群 | 乙 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 7 | | 南雅南新宮 | 自理 | 自由 | | | |
| 保羅尖(三角尖峰)，南子吝山 [瑞芳]。需拉繩攀岩；膝蓋不便者；勿跟隨 公車：基隆791/瑞芳856:搭乘大眾運輸可由瑞芳車站搭乘台灣好行-黃金福隆線 (856)，或由基隆車站搭乘基隆客運791路線，於南雅南新宮下車，或於瑞芳火車站搭計程車前往南新宮（車程約15~20分 | | | | | | | | | |
| 3月18日 1121-82 | 【台北大 縱走】 潭湖縱走 | | 3/18 06:30 | 專車 | | | 姚建信 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 1000 | 報名 | | | |
| 台北大縱走第五段，由劍潭經劍潭山(H152M二等三角點No.1064台灣小百岳)、老地方、文間山、忠勇山至碧山巖，沿途展望台北市景。順遊白石湖社區知名景點，後登鯉魚山順大溝溪而下出大湖。全程約13K需時6~7H。 | | | | | | | | | |
| 3月18日 1121-83 | 龍王峽谷 墨硯山 | | 3/18 08:00 | 專車 | | | 許家榮 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | | 900 | 報名 | | | |
| 傳說龍王峽谷裡，藏有遠古的金幣？！險為人知的秘境！？Google Map上找不到、綠野遊蹤App上沒航跡！一路順著龍洞溪溪谷的涓涓細流逆行而上，被左右高聳的石壁一線天圍繞。在這個鮮為人知的秘境裡，仔細觀察地上的石頭與兩側的岩壁，可以發現600萬年前海底所遺留下來的化石， | | | | | | | | | |
| 3月18日 1121-84 | 金山獅頭山、雙嶼、神秘海岸、燭台礮港漁港 | 870 | 07:30 台北火車站 東三門口 國光客運站 | 國光客運金青線 | | | 黃俊財 陳建材 朱文彥 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 14 | | 金山青年活動中心 | 自理 | 自由 | | | |
| 新北金山【獅頭山公園步道】，實際走了之後才發現這步道輕鬆好走，沿途美景相伴，攻頂居然不用半小時，還可以順遊神秘海岸、燭臺雙嶼，海景真的好美好療癒接著還可以順遊金山老街吃金山鴨肉、芋圓王或是到鄰近金山老街的中山溫泉公園享受免費泡腳樂趣~ | | | | | | | | | |
| 3月18日 1121-85 | 大縱走第二段 北山之旅 | 1080M | 07:45 陽明山總站 | 劍潭站轉公車紅5,260總站轉108 | | | 楊德誠王林前 李潔黃國瑞 許華鈞廖溫娣 | 乙 | 台北市分會 楊0910-950990 |
| | | 13 | | 陽明山總站 | 自理 | 自由 | | | |
| 大縱走第二段，由二子坪經面天坪，大屯山西峰，大屯山南峰，登上大屯主峰。經巴拉卡人車分道至竹子湖，最後抵達小油坑。 | | | | | | | | | |
| 3月19日 1121-87 | 長壽山 成福山 十八羅漢岩 | 301 | 08:30 長壽山站 | 捷運永寧站4號出口轉搭公車 275副線/705/706/812/981/藍45/藍 | | | 王維君 宋雪紅 陳榮聖 陳秋緣 李國存 李榮華 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910-342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 11 | | 長壽山站 | 自理 | 自由 | | | |
| 由玉皇宮上登長壽山,再沿稜登成福山及十八羅漢岩,下善息寺搭車。長壽山無基點,臨公路畔,為皇帝山列最西山峰,可遠眺台北盆地西部及蜿蜒的大漢溪及北二高。成福山圖根點乙類,位於成福與媽祖田界稜上.縱走成福山至十八羅漢岩有無數小山峰,行程約4小時,屬健腳路線。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |

甲、乙組活動表

第 13 頁 共 15 頁

| 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 | | | |
| 3 月 19 日 1121-88 | 汐止 大尖山 四分尾山 | | 08:30 汐止火車站 | 台鐵 台北站 07:57、松山站 08:06 汐止火車站 | | | 吳純峰 王振富 廖忠山 | 甲 | 崗狛登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 自理 | 自由 | | | | |
| 大尖山風景區係汐止市公所開闢之登山遊樂區，路線清楚，步道整修完整，到處有石椅、石桌，可休息泡茶，非常舒適。 | | | | | | | | | |
| 3 月 19 日 1121-89 | 新竹 飛鳳山 | 402 | 09:30 飛鳳山入口 牌樓 | 台北轉運站407月台(07:20搭 #1820國光客運一芎林站下車) | | | 陳瑞麟 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 10 | | 芎林站 | 自理 | 自由 | | | |
| 搭車：台北轉運站407月台(07:20搭#1820國光客運一芎林站下車) 第二集合點：自行開車09:30飛鳳山入口牌樓(第一停車場) 修心宮>石壁潭山;三等三角點#100 基石>中坑山;二等三角點#1050基石>飛鳳山>修心宮 | | | | | | | | | |
| 3 月 25 日 1121-90 | 大混李棟 山 | | 3/25 06:00 | 專車 | | | 姚東君 | 甲 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | 1200 | 報名 | | | | |
| 大混山山頂腹地平坦，於樹林之中無展望，觀景台可眺望大霸尖山、島田山、高台山等；李棟山，昔日是北部泰雅族群往來的交通樞紐，日治時期日軍在李棟山區設置隘勇線，於山頂建造兼具砲台功能的李棟古堡，山頂的視野良好，可眺望大霸尖山、雪山、聖稜線、南湖大山等壯麗的山 | | | | | | | | | |
| 3 月 25 日 1121-91 | 那羅山煤 源山 | 1157 | 集合時間地 點另行通知 | 自行驅車 | | | 施清淵 | 甲 | 中華航空健行登山 社 0910246872施 |
| | | 7 | | 自理 | 自由 | | | | |
| 那羅山，位於新竹縣尖石鄉錦屏村的那羅部落，又稱拉洛山，為李棟山、大混山向西延伸，為斷稜的獨立山頭，隔著那羅溪與高台山遙遙相望。林相豐富，竹林、巨木、雜木林交替，山頂有小腹地可休息，樹林中無視野。 | | | | | | | | | |
| 3 月 25 日 1121-92 | 波津加山 | | 3/25 05:00 | 專車 | | | 鄭羽迪 | 乙 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | 1000 | 報名 | | | | |
| 谷關七雄-第四雄「波津加」位於台中和平區，因山徑坡度陡峭，高低落差約1000公尺，被許多登山者以閩南語「坡真崎」形容之，故命名為「波津加」。步道為昔日台電保線道，林徑旁仍能見到倒臥的老舊木製電桿及固定用鋼索。 | | | | | | | | | |
| 3 月 25 日 1121-93 | 【環大台 北天際線 】 三七五縱 走 | | 3/25 05:00 | 專車 | | | 姚建信 | 乙 | 新竹市健行登山會 (03)5242829 |
| | | | | 1100 | 報名 | | | | |
| 大台北經典的長程縱走之一，環台北天際線第五段(部分)，亦稱界寮縱走(部分)。由基隆三界山經開眼尖山、七分寮山、友蚋山、五指山、梅花山、碧山至大崙頭山(H476M No.5 台灣小百岳)轉金面山(經論劍山、剪刀石山)而出。全段走在五指山系稜線上，前段可眺望山海景色，後段則可瞭望陽 | | | | | | | | | |

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 | | | |
| 3 月 26 日 1121-95 | 牛埔山 牛埔尾山 | 164 | 08:00 山佳火車站 | 台鐵南下火車 台北 (07:05 07:28 07:35) | | | 黃俊財 陳建材 陳文森 朱文彥 林文雄 | 甲 | 小蝸牛登山隊 0922-945757黃 |
| | | 8 | | 山佳火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 牛埔尾山：位於新北市樹林區，海拔164公尺，土地調查局圖根點一顆GPS (290315 2764436)，山頂視野超棒，值得一遊，可與大同山、牛埔山、大棟山、石灰坑山連走。 | | | | | | | | | |
| 3 月 26 日 1121-96 | 龍鳳山 瑪稜尖 | 231 | 08:30 七堵火車站 (光明路出口) | 台北車站搭7:27(自強) 7:34(區間) | | | 蕭百宏 宋雪紅 林明宗 鍾月鳳 董嘉玲 李志明 | 甲 | 金字塔登山隊 洪隊長0910342950 鄭副隊長0916195850 蕭總幹事0932782621 |
| | | 9 | | 七堵火車站(光明路出口) | 自理 | 自由 | | | |
| 瑪稜尖又名東勢下股山,海拔231公尺,360°全方位的展望,山頂有2顆基石,二等三角點NO.1055 & 三等三角點NO.655。行程約4小時。(請自備簡餐,飲用水) | | | | | | | | | |
| 3 月 26 日 1121-97 | 風路嘴 健行至 烏塗窟 | | 08:00 新店捷運站 | 轉搭新店客運 線 12 公車 8:15 分 | | | 黃志寬 胡國華 呂蔣民 | 甲 | 崗貓登山隊 隊長黃志寬 0919-233-527 |
| | | | | 風路嘴 | 自理 | 自由 | | | |
| 由北宜公路 47-1鄉道一路健行烏塗窟 | | | | | | | | | |
| 3 月 26 日 1121-98 | 桃園 枕頭山 薑母島 | 844 | 7:30 捷運中正紀 念堂站5號出 口 | 臺北捷運淡水信義線紅線中正 紀念堂站搭專車 | | | 林芯綸 福佳嚮導群 | 甲 | 福佳登山社 0932-256676陳 |
| | | 10 | | | 付費 | 報名 | | | |
| 遺世獨立水岸人家薑母島~復興鄉枕頭山O型來回,若遇水位過高,會有一段搭船。 電視劇命中註定我愛你拍攝之島~位於桃園市復興區三民里台七線上 14-15 公里處左右兩側,為東西往來交通樞紐要道及風景區必經之路。 | | | | | | | | | |
| 3 月 26 日 1121-99 | 土城尖山 連稜 內冷水坑 山青龍嶺 清水大尖 | 274 | 09:00 清化里站 福興宮 | 捷運板南線海山站3號出口至裕 民路轉搭656 | | | 旺旺登山隊嚮 導組 | 甲 | 旺旺登山隊李 0932372105 天候不佳時宜請先 洽詢 |
| | | 6 | | 清化里站 | 自理 | 自由 | | | |
| 土城尖山連稜,係指自青雲路581號福興宮號後方起登→內冷水坑山→青龍嶺→大尖山→二尖山→青雲路665號對面登山口。新北土城區內冷水坑山,海拔102公尺;清水大尖山,海拔274公尺,又稱土城富士山,因山頂尖突而得名,山頂展望極佳;二尖山,海拔230公尺,無基石。全程約3小時 | | | | | | | | | |
| 3 月 26 日 1121-100 | 樹鶯縱走 | | 08:00 樹林火車站 | 台鐵區間車 公車701 702藍38 | | | 陳明堂 簡小清 張積豐 張正賢 方惠萍 羅水成 | 甲 | 台北市分會 陳0937-525755 |
| | | 12 | | 樹林火車站 | 自理 | 自由 | | | |
| 由樹林火車站,大同山步道,青龍嶺,大棟山,光明稜線下鶯歌石。 | | | | | | | | | |

| 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