

新北市體育總會健行登山委員會 112 年第 2 季活動表

日期	目的地	高度 里程	搭車路線	集合：時間、地點	下車地點	參加 方式	費用	值勤嚮導	組別	備註
4 月 2 日	南勢角山 O 型環線	302 H 8 KM	捷運 中和線	上午 8 點整 捷運南勢角站 4 號出口	捷運 南勢角站	自由 參加	會員:0 會友:0	張進忠 0932-902-525 林溪川 黃淑娥 黃俊財 陳美麗	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
<p>烘爐地又名「南勢角山」，位於新北市中和區南勢角後方的山區，為天上山列延伸最東端的山頭，山頂平坦開闊、視野遼闊，也吸引眾多登山健行的人到此一遊。行經北二高中和路段的開車族，可以看見山頭上巨型的土地公像。在這個位置不但可以俯視台北盆地及大漢、新店二溪，遠眺觀音、大屯火山群及淡水出海口。</p>										
4 月 9 日	富士古道 順遊野柳	750 H 6 KM	專車	上午 7 點 30 分 捷運新埔站 2 號出口 (馥華飯店)	溪底國小	報名	會員:850 會友:900	張進忠 0932-902-525 黃淑娥	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
<p>位於陽明山國家公園後山的富士古道又稱富士坪古道，因附近的大尖山為圓錐狀的火山遺跡，酷似日本的富士山，故以此命名，而大尖山麓的大草原，自然就被稱為富士坪了，日據時期，這一帶由於水草豐美，非常適合放牧，當地人常循著大尖山東南稜上山牧牛，所以也可稱為牛路古道或大尖古道。</p>										
4 月 16 日	五酒桶山	182 H 6 KM	捷運 板南線	上午 7 點 30 分 捷運板橋站 2M 板橋公車站.搭快速公車 952	六福 中山路口	自由 參加	會員:850 會友:900	黃淑娥 0933-214-076 張秋蓮 余桂鳳 陳榮吉 劉秀金 錢秀麵 林溪川	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
<p>桃園蘆竹的五酒桶山步道是由多條路線組合而成，其中以水泥步道為主的右線最平緩易行；左線的土石山徑岔路較多、起伏稍大；建議初訪者從右線上山，原路來回或選擇左線下山；沿途綠樹成蔭，幾無日曬之苦，還有秋冬限定的芒花美景，是一條男女老幼、騎車健行皆宜的休閒步道。</p>										
4 月 23 日	基隆和平島 潮境公園連走 忘憂谷步道	H 12 KM	專車	上午 7 點 30 分 捷運新埔站 2 號出口 (馥華飯店)	和平島 停車場	報名	會員:另訂 會友:另訂	陳明德 0939-093-540 洪嬋婉 張秋蓮 錢秀麵	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
<p>景點簡介：和平島有豐富的地質景觀、自然生態 進入和平島後的開闊視野，有超大戲沙池與溜滑梯，是孩子的歡樂天堂，設備完善，海岸風景好，除了玩水，也可爬上觀景平台吹吹舒服的海風潮境公園海域，每逢假日遊客絡繹不絕，因為整座公園裡的生態豐富，風景秀麗，其潮間帶的豐富生態，更是親子假日遊憩的好去處。</p>										
4 月 30 日	台北市 中山區 漫遊	H 6 KM	捷運 淡水線	上午 8 點 10 分 捷運圓山站 2 號出口	捷運 圓山站	自由 參加	會員:0 會友:0	張進忠 0932-902-525 余桂鳳 黃淑娥 林溪川 錢秀麵 劉秀金 陳榮吉	丁	新北市體育總會 健行登山委員會
<p>活動地點：昨日世界、林家古厝、新生公園賞玫瑰花、近距離賞飛機</p>										
5 月 7 日	東滿步道	1213 H 8 KM	專車	上午 7 點 30 分 捷運新店線 中正紀念堂站 5 號出口	東眼山國家 森林遊樂區	報名	會員:750 會友:750	黃俊財 0922-945-757	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
<p>往來於東眼山與滿月圓兩處國家森林遊樂區之間的健行路徑，自海拔 870 公尺的東眼山林道終點開始，越過北插天山與東眼山間海拔 1130 公尺的鞍部，再直下往海拔 500 公尺的滿月圓瀑布區；主要步道是利用昔日的台車道、木馬道，再與滿月圓往北插天山登山步道連接而成。</p>										

各位山友大家好，任何戶外活動均有一定風險，請自行投保意外險保障自身安全，本會嚮導為義務性服務，活動期間請大家遵守嚮導帶領，勿搶快以免發生意外。 路線分級介紹，甲：輕鬆路線。乙：健腳路線。丙：挑戰路線。丁：旅遊路線。

5月	土城 火焰山步道 一元茶油麵線 桐花步道	373 H	捷運 板南線	上午 8 點整	捷運 永寧站	自由 參加	會員:0	陳志朋 0970-092-889 陳美麗 張秋蓮 錢秀麵	甲	新北市體育總會 健行登山委員會	
14		6 KM		捷運永寧站 2 號出口			會友:0				
日		火焰山又稱「清源山」，位於天上山列西側支稜，海拔 373 公尺，因蘊含油氣，地上可點火而稱「火山」。步道為石板鋪設，整齊好走，沿途樹林蒼鬱，遍植油桐樹及相思林，每到 4~5 月桐花白雪紛飛，接著就換相思樹的黃金雨，滿枝頭黃澄澄的一片，明亮多彩，美不勝收。土城桐花公園園區內有吊橋、立體爬網、木炭窯展示區、表演看台等休閒運動設施，並廣植廣東油桐，是每年四五月「土城桐花節」系列活動的主場地。									
5月	北區小聯盟 淨山健行 桃園龍潭 石門山.太平山	550 H	專車	上午 7 點 30 分	捷運新店線 中正紀念堂站 5 號出口	石門山 登山口 2	報名	會員:700	張進忠 0932-902-525 陳明德 0939-093-540	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
21		6 KM		會友:700							
日		石門山又名小竹坑山，因位處石門水庫西側而得此名，海拔高度 550 公尺，山頂上有一個一等三角點，視野遼闊無比，天氣晴朗時甚至可以看到台北的 101 大樓，為台灣小百岳之一。 太平山，海拔 535 公尺，位於石門山東方，山頂有內政部土地測量局四等控制點及通信鐵塔，山頂展望亦佳。									
5月	觀音山 硬漢嶺	616 H	捷運 蘆洲線	上午 7 點 30 分	捷運蘆洲站 2 號出口 橋 20 公車	觀音山 遊客中心	自由 參加	會員:0	黃淑娥 0933-214-076 張秋蓮 張進忠 錢秀麵 林溪川 陳美麗 余桂鳳	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
28		6 KM		會友:0							
日		昔稱「觀音古道」，隨著陡峭蜿蜒石階拾級而上，看著路旁「硬漢路」的石碑，為昔日憲兵學校受訓的路線，中途的「雙亭」有著「弱者俱樂部」的石碑，若經不起考驗就休息一下再出發。硬漢嶺上視野極佳，擁有開闊的視野，欣賞淡水河口、關渡大橋、台北盆地、遠眺大屯群山，有「壘嶺吐霧」特殊景觀，曾名列清代淡北八景之一。									
6月	環竹子湖 步道群	700 H	大都會 客運	上午 8 點 40 分	陽明山公車站 紅 5、109、111、128、260、 681 搭 108 遊園車	鞍部	自由 參加	會員:0	陳志朋 0970-092-889 余桂鳳 張進忠	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
4		7 KM		會友:0							
日		竹子湖過去曾栽植大片箭竹及孟宗竹，風起時竹子隨風起舞有如湖面波浪，因而得名。竹子湖海芋季是陽明山國家公園一年一度的盛事，每年約在 3~4 月舉辦，包含各種表演節目欣賞、海芋農田體驗、田園景觀寫生、海芋花展、攝影比賽等。 2023 年陽明山繡球花季將在 5/22-6/20 開跑啦！									
6月	天上山	430 H	捷運 板南線	上午 7 點 30 分	捷運永寧站 2 號出口 搭接駁車	南天母廣場	自由 參加	會員:0	黃淑娥 0933-214-076 張秋蓮 余桂鳳 錢秀麵 林溪川 陳美麗 陳榮吉	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
11		6 KM		會友:0							
日		天上山，又名內坡山、皇帝山，位於新北市土城區與三峽區交界處，山頂有顆三等三角點(1099 號)。天上山海拔高度雖不高，但為天上山系最高峰，視野極佳，可俯瞰土城市區、亦可遠眺台北盆地西半部及更遠的大屯山、觀音山一帶。2003、2006 年均被選為台灣小百岳之一。									
6月	運動 i 台灣 健行活動 新店和美山	153 H	捷運 新店線	上午 8 點 10 分	捷運新店站	捷運 新店站	自由 參加	會員:0	張進忠 0932-902-525 陳明德 0939-093-540	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
18		5 KM		會友:0							
日		和美山又名碧潭山、大笨山，位於新店碧潭附近，海拔高度雖只有 153 公尺，展望卻是極好，可俯瞰碧潭的水光蕩漾，晴朗之時甚至可以將台北盆地盡收眼底。和美山的生態也豐富的另人驚訝，除原生植物、鳥類、蝶類、蛙類及昆蟲種類豐富外，每到四月更是滿山遍野螢火閃閃、盛況迷人，這樣的條件在都會區時屬難得可貴。									
6月	苗栗火焰山	596 H	專車	上午 7 點 30 分	捷運新店線 中正紀念堂站 5 號出口	台 13 線 火炎山 登山口	報名	會員:800	黃俊財 0922-945-757	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
25		7 KM		會友:800							
日		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。這座入口很隱密的山擋在苑裡和三義之間，早年曾是平埔族人與客家人往返頻繁的拓墾及商業道路。除了良好的展望之外，火炎山上還保有目前台灣最完整的馬尾松原生林，並且藏有多種瀕臨絕種的保育類野生動物。									