

# 中華民國健行登山會福佳登山隊 110 年第四季活動表

日期 編號	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	車資	值勤嚮導	組別	備註
10 月 17 日 (日)	獅頭山.大崙頭 碧溪步道 台北小溪頭	475 m	捷運淡水線	上午 7 點 30 分 捷運劍潭站 1 號出口 轉小 18 公車	碧溪橋	自由 參加	會員\$ 0	李利國.林秀蘭.陳玉堤 張清德.曹賜卿.陳瑞麟 福佳嚮導群	甲	福佳登山隊 0932-256-676 全國登山日系列活動
		10 k					會友\$ 0			
從中社路底進入，全程 1145 公尺，可通大崙頭尾山步道，沿線新植杜英，青剛櫟等 5 種喬木約 200 株，在舊警察靶場開闢觀景平台，可眺望有『台北小溪頭』之稱的郊山綠意，翠山街內的翠山公園，還有一個私房景點獅頭山。										
10 月 24 日 (日)	澳花瀑布 南澳秘境	m	專車	上午 6 點 45 分 捷運中正紀念堂站 5 號出口	澳花國小	報名	會員\$	陳玉堤 曹賜卿 李利國..	丁	福佳登山隊 0932-256-676 全國登山日系列活動
		12 k					會友\$			
澳花國小百年樟樹公→澳花瀑布→(3D 彩繪隧道) 祝大魚物產文創館→蘇澳冷泉公園泡腳→蘇澳。										
10 月 31 日 (日)	草嶺古道	m	台鐵北迴線	上午 7 點 20 分 台北火車站 搭 4148 次區間車 (07:35)	大里火車站	自由 參加	會員\$ 0	陳玉堤 曹賜卿 福佳嚮導群	甲	福佳登山隊 0932-256-676 全國登山日系列活動
		12 k					會友\$ 0			
深秋微涼的草嶺古道芒花海隨風飄曳飛騰似海。 行程：貢寮→遠望坑→虎字碑→大里天公廟。										
11 月 7 日 (日)	觀音山	616 m	捷運新蘆線	上午 8 點整 捷運蘆洲站 轉搭 橋 20 公車	鴻興土雞城	自由 參加	會員\$ 0	陳瓊瑛 朱溪源 福佳嚮導群	甲	福佳登山隊 0932-256-676
		10 k					會友\$ 0			
行程：潮音洞→光明山→占山→北橫古道→旺寮→硬漢嶺→楓櫃斗湖步道→林梢步道。										
11 月 14 日 (日)	姜子寮 秘境○型	724 m	台鐵北迴線	上午 9 點整 汐止火車站對面公車站 搭 F905	汐止 福興宮	自由 參加	會員\$ 0	李利國 福佳嚮導群	甲	福佳登山隊 0932-256-676
		12 k					會友\$ 0			
福興宮位於汐止姜子寮路 61 巷十字路。行程：福興宮→姜子寮絕壁→頂湖尾古道→姜子寮山腰古道→姜子寮山→姜子寮古道→天峰谷→攔沙壩登山口→福興宮。 行程說明:姜子寮絕壁步道全長約 1130 公尺前面 830 公尺是產業道路,後段的 300 公尺是山路,是一條大眾化的步道。姜子寮古道經過頂湖尾古厝群,昔為汐平古道的一段。姜子寮山位於基隆、汐止、平溪交界處,是基隆市第一高峰,標高 729 公尺。姜子寮山頂有 360 度展望,尤其平溪方向諸山盡在腳下。全程慢走,健腳者請自行組隊。中等難度,約 7 小時完成(含休息、拍照、賞景)。參加的山友請全程戴口罩,行進或休息時請保持防疫距離。										
11 月 21 日 (日)	新店 和美山	153 m	捷運新店線	上午 8 點 30 分 捷運新店站	捷運新店站	自由 參加	會員\$ 0	陳瑞麟 福佳嚮導群	甲	福佳登山隊 0932-256-676
		8 k					會友\$ 0			
行程：捷運新店站→陽光公園→和美山→碧潭風景區→捷運新店站。										

11 月 28 日 (日)	三角埔頂山 賞芒	285 m	捷運迴龍線	上午 8 點 30 分 捷運迴龍站 2 號出口	捷運迴龍站	自由 參加	會員\$ 0	陳瓊瑛 朱溪源	甲	福佳登山隊 0932-256-676
		8 k					會友\$ 0			
<p>在新北樹林與桃園龜山的兩處交界，有一處名為三角埔頂山的賞芒秘境，平常到訪的人煙不多，放眼望去，只有看到滿山遍野的芒草奔騰，如潮似浪，隨風擺盪，隨手一拍都像畫一般充滿無盡詩意。</p>										
12 月 5 日 (日)	柯子林山 金明山 如意湖	382、 392 m	捷運板南線	上午 8 點整 捷運昆陽站 4 號出口 轉搭小 8 公車	老爺山莊	自由 參加	會員\$ 0	丁順發 福佳嚮導群	A	福佳登山隊 0932-256-676
		10 k					會友\$ 0			
<p>柯子林山，立有一顆土地調查局圖根點，但四周被樹林圍繞，展望欠佳。如意湖舊稱「勸湖」，傳說「勸」(khng)的閩南語發音與「放東西」的「放」相似，意指這座湖被放置在山林裡，要爬山走近才看得到它，故名「khng 湖」。多年前汐止的如意古道健行隊首次發現這座湖，從此命名為「如意湖」。因距離新山夢湖並不遠，所以又稱為「小夢湖」。行程：柯子林山→金明山→如意湖</p>										
12 月 12 日 (日)	山鼻山 五酒桶山	182、 170 m	捷運 桃園機場線	上午 9 點整 捷運山鼻站	捷運山鼻站	自由 參加	會員\$ 0	彭維杰 福佳嚮導群	A	福佳登山隊 0932-256-676
		8 k					會友\$ 0			
<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。 山鼻山也位於蘆竹區在五酒桶山旁，海拔 182 公尺，從五酒桶山公園(卡拉 OK 集中處)只要 8 分鐘就能登頂，就像似平地突起的山丘，周圍可做 360 度展望，視野極佳，可以看見台灣海峽、桃園中正機場飛機起降，難得的觀景地點。山頂還有一顆台北縣政府 95 年 2 月設立的基石。</p>										
12 月 19 日 (日)	淡水小旅行	m	捷運淡水線	上午 8 點 20 分 捷運紅樹林站	捷運 紅樹林站	自由 參加	會員\$ 0	林秀蘭 陳玉堤 張清德. 曹賜卿.陳瑞麟 福佳嚮導群	A	福佳登山隊 0932-256-676
		8 k					會友\$ 0			
<p>行程：淡水河紅樹林自然保護區→林務局小白宮→紅毛城→淡江中學→真理大學→和平公園→一滴水紀念館→忠烈祠→滬尾砲台→雲門劇場→滬尾砲台公園→漁人碼頭賞夕陽</p>										
12 月 26 日 (日)	尖棟山	153 m	捷運迴龍線	上午 8 點整 捷運丹鳳站 1 號出口 轉乘公車, 637,638,801,880,883	泰山巖站	自由 參加	會員\$ 0	張清德 福佳嚮導群	C	福佳登山隊 0932-256-676
		8 k					會友\$ 0			
<p>登尖棟山走 R 型,參觀明志書院,上義學坑步道,瓊仔湖土地公廟,地母廟上尖棟山經北極殿下辭修公園回地母廟 走運動公園下應化公園賞花解散 泰山巖站下車，往前紅綠燈左邊，明志派出所旁牌樓下集合，中餐自備，飲用水水源充足，廁所方便</p>										
		m				自由 參加	會員\$		A	
		k					會友\$			
						自由 參加				
		k					會友\$			