

中華民國健行登山會旺旺登山隊110年第四季活動表

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			
10 月 3 日	雞南山步道 文間山 婆婆橋 健行活動	184	08:30 捷運劍南路站 1號出口	捷運文湖線			旺旺登山隊 嚮 導	甲	110年 「世界健行日」
		5		劍南路站	自理	報名(NT500)			
		雞南山原為聚落，因山坡地常發生災害，改建為雞南山自然園區，沿途可以看到水利防洪等設施，兼具生態及休憩功能。循步道往上可接文間山及劍潭山，沿著劍南路而行，圓明寺到遠眺大崙尾山、觀音山、金面山，也是賞夜景的熱門景點。順遊劍南蝶園、古寺，充滿生態與人文的路線，全程約3小時。(請自備飲用水)。							
10 月 6 日	忠義山 貴子坑	233 283	08:30 忠義站	捷運淡水信義線			旺旺登山隊 嚮 導	甲	旺旺登山隊 0910216223葉 全國登山日系列活動
		8		忠義站	自理	自由			
		貴子坑、忠義山步道為台北大縱走第一段的起點。忠義山親山步道位於台北藝術大學的後山，是一條原始幽靜的步道，部分路段坡度較陡頗具挑戰性，須不錯的腳力和體力才能勝任；貴子坑親山步道以地質景觀聞名，早年曾因過度開採礦石而滿目瘡痍，被形容為「鬼子坑」，如今已成為水土保持教學園區及親山步道。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)							
10 月 10 日	軍艦岩 半日健走	188 177	08:30 北投站 2號出口	捷運淡水信義線			旺旺登山隊 嚮 導	甲	總會 李遠勝 主任 (02)27510938 全國登山日系列活動
		8		北投站	自理	自由			
		軍艦岩別名豬哥石，屬大屯火山系是2000多萬年前沉積的古老地層，山頭特殊的雪白巨岩猶如一艘凌駕於綠樹之上的艦艇，登頂後展望360度的景致遼闊宜人。丹鳳山山頂景色美好，其石壁上寫著大大的「丹鳳」非常特別。走訪軍艦岩步道，可順道拜訪弘法大師日據時代的遺留，是一條看起來平凡卻很不平凡的步道。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)							
10 月 13 日	虎山自然步道 半日健走	140	08:30 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 0910216223葉 全國登山日系列活動
		6		後山埤站	自理	自由			
		虎山自然步道有兩個起點，從慈惠堂側階梯往上行經700階梯，可順探110M中坡山，接新棧道步道到視野絕佳的復興園。虎山溪步道的重要景點「四獸廣場」，透過虎、豹、獅、象四獸的概念，打造一個意象廣場。虎山自然步道是一條平易近人、適合親子同遊的環狀路線，行走起來舒適順暢。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			
10 月 17 日	栳寮古道 土庫岳 更寮古道	389	08:30 舊庄二站	公車212、645			汪汪登山隊 嚮 導	甲	總會 李遠勝 主任 (02)27510938 全國登山日系列活動
		8		212、645舊庄二站	自理	自由			
110年前，栳寮古道舊名「腦寮古道」，是為茶商和村民走的茶路，從前是採樟和製樟腦的古道，「栳寮」則是後來取諧音所更改的名稱；更寮古道因為在清朝時期作為更夫巡視用的道路而得名，日據時代轉為茶販運茶往返深坑、南港的交通管道，而今褪去昔日光環，成了大家尋幽踏青的登山路徑。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)									
10 月 20 日	興隆山、仙跡 岩、景美山 連峰健走	118 144	08:30 萬芳社區站 出口	捷運文湖線			汪汪登山隊 嚮 導	甲	汪汪登山隊 0910216223葉
		6		萬芳社區	自理	自由			
由景興路297巷上，經仙跡岩登景美山，下興隆路後，再自家家社區籃球場登興隆山，從東北峰拉繩下捷運萬芳社區站搭車。景美山又名溪子口山，有二等三角點，可眺望台北盆地及觀音山，與公館的蟾蜍山遙遙相對。興隆山有台北市三角點，其東北峰有圖根點。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)									
10 月 24 日	情人湖、大武 崙砲台、大武 崙山步道	231	09:00 基隆客運 總站	基隆客運總站搭乘505公車			汪汪登山隊 嚮 導	甲	汪汪登山隊 0910216223葉
		7		情人湖路口站	自理	自由			
大武崙砲台保存尚完整，被列為國家二級古蹟。沿著山徑行走可登大武崙山頂，山頂視野超優一覽無遺，美不勝收。在大武崙山間，還有一個基隆唯一的高地湖泊情人湖，走在步道上欣賞山光水色好不愜意。公園內的吊橋、大風車和城堡觀景台更為這裡增添幾許風情。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)									
10 月 27 日	土地公嶺步道 拳山古道健走	168	08:30 木柵站 出口	捷運文湖線			汪汪登山隊 嚮 導	甲	汪汪登山隊 0910216223葉 全國登山日系列活動
		7		木柵站	自理	自由			
拳頭山是文山區的舊地名，山形遠看似拳頭而得名。土地公嶺、嶺頭山又名天立後山；土地公嶺古道，又稱「嶺頭古道」，是淡蘭古道南路之一小段。忠正嶺安祿宮是座廟中廟，廟前保留一座土地公舊廟古老的「庇佑宮」。拳山古道現今因城鄉發展、公路開通，古道也已經柔腸寸段，僅餘短短水泥小徑可以感懷了。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			
10 月 31 日	永春寮步道 中正山健走	646	08:30 新北投站 出口	捷運淡水信義線轉新北投線			旺旺登山隊 嚮 導	甲	總會 李遠勝 主任 (02)27510938 全國登山日系列活動
		8		新北投站	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；中正山的山頭獨立，廣角視野稱得上一流，十分特別。尤其抵達山頂觀景樓，視野總讓人驚奇連連，平日不易見到的七星山、紗帽山「近覽」，山際稜線層層分明，難得一見、煞是好看。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)							
11 月 7 日	嶺腳瀑布 嶺腳寮山 望古瀑布	293	09:00 慈航宮站	指南客運木柵站08:00發車795公車			旺旺登山隊 嚮 導	甲	旺旺登山隊 0910216223葉
		8		慈航宮站	自理	自由			
		望古瀑布步道、嶺腳寮山登山步道連接平溪線上望古與嶺腳兩個樸實靜謐的小村落。望古車站景色秀麗並且保留許多採煤礦的遺跡；望古瀑布，宣洩的白瀑與一池的碧綠，真是美極了！嶺腳和望古一樣是個曾經因採煤礦而繁榮一時的小村莊，透過遺留下來的歷史建築可感受到一絲當年的風華。全程約4小時。(請自備簡餐、飲用水)							
11 月 21 日	望遠坑山 草嶺古道	287 375	09:10 貢寮站	臺鐵區間車(4148車次)、自強(272車次)			旺旺登山隊 嚮 導	甲	旺旺登山隊 0910216223葉
		10		貢寮站	自理	自由			
		草嶺古道為清朝時代淡水廳與噶瑪蘭廳之間的官道路段，也是東北角最具代表性的歷史人文山徑，以「雄鎮蠻煙」碣和「虎」字碑古遺址為最。「走」淡蘭古道，「訪」貢寮老街；在貢寮站下車後，不妨走入老街來感受不一樣的慢活步調。草嶺古道秋季時，滿山盛開白色的五節芒花隨風搖曳，埡口之處可遠望龜山島。全程約5小時。(請自備簡餐、飲用水)							
12 月 12 日	牛稠尾山 聖明山	141 87	08:30 大湖公園站 1號出口	捷運文湖線			旺旺登山隊 嚮 導	甲	旺旺登山隊 0910216223葉
		8		大湖公園站	自理	自由			
		內湖近郊的一條環形登山路線，從大湖公園出發，可以連登內湖幾座小山，繞一〇形大圈後，返抵大湖公園。牛稠尾山又名牛稠湖尾山，標高141公尺；青山岩又名聖明山，標高87公尺；康樂山，標高121公尺。走這麼一大圈，約4個小時，領略了很不一樣的內湖郊山風情。(請自備簡餐、飲用水)							