

新北市體育總會健行登山委員會 112 年第 4 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	團隊
10月1日 (日)	全國登山日 公司田溪 沙崙遊憩區 漁人碼頭	H 7 KM	捷運 淡水線	上午 8 點 30 分 捷運紅樹林站 1 號出口	捷運 紅樹林站	自由 參加	自理	黃淑娥 0933-214-076 張秋蓮 陳榮吉 余桂鳳	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
淡水公司田溪俗稱北投溪,因流經公司田而得名,過去又稱林仔溪,又被稱為淡水母親河。公司田溪一帶舊名「大庄」,沿途盡是淡水開發史的遺跡,可說是漢人在北台灣最早的開墾地,最早可追溯至荷據時期的東印度公司的公司田、豬母石、蟾蜍堀、豬哥石與中法戰爭古戰場。公司田溪發源自大屯山,溪長約 15 公里,為淡水區第一大溪流,流經港仔坪注入臺灣海峽。在五千年前已經有人類活動的蹤跡,發現有大坌坑文化的繩紋陶和石器。										
10月7日(六) (112)年度(第三次) 委員幹部會議 集合時間:下午四點整 集合地點:上海銀鳳樓餐廳 地址:新北市板橋區中山路一段 2 號 3 樓 電話: 02-2955 3336										
10月8日 (日)	全國登山日 南勢角山 烘爐地 老地方 紫竹寺	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	自理	張進忠 0932-902-525 林溪川 劉秀金 張錦秀	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
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。										
10月14日 (六)	全國登山日 狗股勤步道 客官農場歡唱	359 H 8 KM	捷運 淡水線	上午 8 點整 捷運劍潭站 3 號出口 1、3 號出口 轉搭紅 5 公車	陽明 教養院	自由 參加	自理	黃俊財 0922-945-757 陳建材 朱文彥 陳文森	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
位於陽明山平等里地區,有一村落舊地名「狗股勤」,而此地古道通往公館里一條水圳古道,我們由陽明教養院站下車,往裡面社區走,經過指福宮不久,社區大門斜對面的步道上登,步道口有一支單向指示牌,整條水圳古道,沿著山壁走,泥土的小徑,蜿蜒平坦,沿途路潺潺流水聲,及悅耳蟲鳴鳥叫,宛如置身在桃花源,出口處「客官農場」在望。若要參與聚餐歡唱,請事先預約報名,預訂桌為人數。										
10月15日 (日)	全國登山日 救千宮步道 樟樹步道	300 H 6 KM	台北市 聯營公車	上午 8 點 10 分 政大門口 66、236、237、282、530、611、676、933	政大一	自由 參加	自理	張進忠 0932-902-525 林溪川 余桂鳳 陳榮吉	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
救千宮步道,由老泉街 45 巷北二高涵洞下往上,經榕樹嶺福德宮、救千宮至樟山寺,全長大約 2 公里,其間經由小徑、登高階梯、山澗疏水等多樣地形。樟樹步道前身為貓空地區四通八達的保甲路線之一,近年來搖身一變成為當地最具特色也最熱門的登山步道。										
10月22日 (日)	全國登山日 文間山 圓明寺步道	184 H 7 KM	捷運 文湖線	上午 8 點整 捷運大直站 1 號出口	捷運 大直站	自由 參加	自理	陳志朋 0970-092-889 羅水成 張錦秀	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
文間山,土地調查局圖根點,為五指山西伸支稜,位於大直與雙溪之間,山頂為平坦休息區,可瀏覽外雙溪一帶的風光。圓明寺步道位於外雙溪劍南路,又稱「大崙尾山步道圓明寺支線」,由圓明寺旁的水泥階梯起登,經九蓮寺、鄭成功廟步道叉路後,沿途是平緩好走的石板路,步道兩旁綠樹遮蔭,環境清幽舒適,走來舒適宜人。										
10月29-30 (六、日)	112 年度 幹部 移地訓練	H KM	專車	上午 7 點 30 分 捷運新埔站 5 號出口	嘉義	報名	會用 二人.4300 四人.4100	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
活動簡介:竹崎觀音瀑布~太興山莊入住~晚餐~卡拉 OK-會本部提供水洒~小菜。29 日早上 7 點早餐~搭接駁車往泰興阿葉溪飛瀑步道~瑞豐竹坑溪步道-瑞興橋~百年大磨石~全程約 4 小時~回山莊午餐~回程~圓潭生態園區~視路況~晚餐~回溫暖的家(委員優惠 300 元)										
10月31日 (二)	全國登山日 鳶山彩壁 ○型步道	321 H 7 KM	新北 板橋公車站	上午 8 點整 (經國道 3 號) 板橋公車站 705、萬坪公園 910	三峽老街 (復興路)	自由 參加	自理	黃淑娥 0933-214-076 張秋蓮 陳榮吉 余桂鳳 錢秀麵 林溪川 劉秀金	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
鳶山彩壁位於新北市三峽區,擁有大片裸露的彩色岩壁,彩色條紋有如上帝在此不小心打翻調色盤般夢幻,與屏東的哈尤溪彩壁齊名。老街方向上山長春園下山。										

11月5日 (日)	紅樹林步道 渡船頭 八里左岸	0 H 7 KM	捷運 淡水線	上午 8 點 50 分 捷運紅樹林站	捷運 紅樹林站	自由 參加	自理	張進忠 0932-902-525 余桂鳳 陳榮吉 林溪川	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
紅樹林生態步道入口就在捷運紅樹林站旁，站在步道上，一眼望去可以看到位於全球最北界、最大片的純水筆仔林。再仔細瞧瞧身邊，招潮蟹就在腳下肆意「橫行」。從八里渡船頭到十三行博物館之間，目前規劃有完善的自行車道，並設置休閒設施以供遊憩，沿路賞玩左岸各個景點。										
11月11-12日 (六、日)	中華健行 幹部聯誼	H 8 KM	專車	上午 7 點 30 分 捷運新埔站 5 號出口	鹿港 天后宮	報名	會用 3000	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
活動簡介：鹿港天后宮、龍山寺、和興青創基地、鹿港老街、鹿港郊行博物館(鶴樓別墅)										
11月19日 (日)	暖四縱走	220 H 10 KM	台鐵 北迴線	台北火車站 搭 7 點 34 分 4148 次台鐵區間車	暖暖 火車站	自由 參加	自理	黃俊財 0922-945-757 陳建材 朱文彥 陳文森	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
路線行程： 暖暖車站→清法戰爭壕溝遺址→暖壽山→暖東苗圃→頂寮山→砲台紀念碑→碇內砲台→粗坑口步道→粗坑口煤窯場遺址→四腳亭。 雖然稱為暖四縱走，縱走兩個字聽起來好厲害，其實就是暖暖車站走到四腳亭車站啦！										
11月26日 (日)	陽明山 大屯瀑布 青春嶺 竹林步道 竹子湖	600 H 8 KM	捷運 淡水線	上午 8 點整 捷運劍潭站 3 號出口 搭紅 5	陽明山 公車站	自由 參加	自理	黃淑娥 0933-214-076 張秋蓮 余桂鳳 錢秀麵 陳榮吉 羅水成 謝玉榮	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
大屯瀑布約有三層樓，是大小不一、層次分明的瀑布群，絹絲般的流水終年不竭，順著古意的階梯拾級而上，登上瀑布前的水管橋，仰望瀑布、俯看溪流，幽靜雅致有如仙境，續往上行青春嶺步道至玉瀧谷，亦有古董級的水管、隘門、續水井，沿途綠蔭茂密，涼爽怡人。										
12月3日 (日)	紗帽山 天母古道	643 H 7 KM	台北市 聯營公車	上午 8 點 30 分 陽明山公車站 108、109、111、128、260、681、紅 5	陽明山 公車站	自由 參加	自理	張進忠 0932-902-525 林溪川 張秋蓮 錢秀麵	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
位於陽明山國家公園西南端的紗帽山是七星山的寄生火山，當七星山噴發時，火山頸受到熔岩流堵塞，熔岩流油側邊裂隙噴發形成。因外形酷似古代官員的烏紗帽而得名。 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」。										
12月10日 (日)	淡水沙崙 漁人碼頭 海岸線巡禮	H 8 KM	捷運 淡水線	上午 8 點 50 分 捷運紅樹林站 轉輕軌	輕軌 沙崙站	自由 參加	自理	林溪川 0936-228-866 黃淑娥 余桂鳳 陳明德	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
淡水漁人碼頭是新北市府開發的休閒漁港，擁有美輪美奐的浮動碼頭及寬廣的港區公園，另外並有跨越港區專供行人觀景的船形景觀大橋。於碼頭上還設有 330 多公尺的木棧道，倚靠圍欄迎風欣賞著淡水河口的景致，傍晚時分的漁人碼頭更是欣賞夕照的最佳去處之一。										
12月17日 (日)	嶺腳寮山步道 嶺腳石窟瀑布 望古瀑布 O 型環遊	250 H 7 KM	台鐵 北迴線	上午 8 點 35 分 瑞芳火車站 台北火車站 07:30; 4148 次列車 轉搭支線 09:04; 4714 瑞芳往菁桐	望古站	自由 參加	自理	陳志朋 0970-092-889 羅水成 張錦秀 陳榮吉	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
行程簡介：望古車站→嶺腳寮山→蔡家洋樓→嶺腳車站→嶺腳石窟瀑布→農北平 001→山腰土路→望古瀑布→觀音→慶和站。 嶺腳寮山登山步道、望古瀑布步道連接平溪線上兩個樸實靜謐的小村落，望古與嶺腳。望古車站被譽為祕境車站，遊客不多、居民也不多，但是景色秀麗，並且保留許多採煤礦的遺跡，一下車就讓人感覺很自在。回程搭 795 至捷運木柵站。										
12月24日 (日)	坪林大尾山 環 O 型	636 H 8 KM	捷運 新店線	上午 7:50 捷運新店站 搭新店客運 923 公車	坪林站	自由 參加	自理	黃淑娥 0933-214-076 張秋蓮 余桂鳳 錢秀麵 陳榮吉 羅水成 謝玉榮	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
大尾山登山步道，位於坪林茶業博物館旁坪林石雕公園後方山徑，經過觀景平台後即為大尾山登山口，鵝卵石及枕木步道交錯蜿蜒，即進入林木蒼鬱，蟲鳴鳥叫、自然怡人，走到高處視野遼闊，眺望北宜高速公路優美曲線，車輛在公路上馳騁，有如火柴盒小汽車般有趣。										

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。主任委員 張進忠 0932-902-525、總幹事 陳明德 0939-093-540 歡迎您