

中華民國健行登山會

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 10 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			
7月5日至 1143-1	打鐵寮古道越嶺百吉		08:00 桃園火車站後站出口	轉搭桃園客運502台灣好行經小烏來			李敏雄 洪東海 許世燦 陳建勝 潘扶賢 涂重成	甲	台北市分會 李0927-061909
		10		三層站打鐵寮步道口	自理	自由			
打鐵寮古道，原名更興古道，連接大溪三層地區與角板山，古時候兩地的物資常藉這條古道運送。古道沿溪畔修築，就地取材，遇山鑿石築成石板階梯，鵝卵石鋪成步道。涂經三座古橋各具特色，小巧雅致。									
7月6日至 1143-2	金劍縱走		08:30 捷運西湖站出口1	捷運文湖線			陳憶雯 張淑玲 楊志意 熊燦輝	甲	崗狍登山隊
				捷運西湖站	自理	自由			
金劍縱走是指從內湖的金面山走至劍潭的劍潭山,本行程從西湖站出發,走大岩壁至論劍山-剪刀石山-文間山-劍潭山,全程約9.5公里,總爬升約500公尺,步道沿途綠樹成蔭景色優美,除了有許多休息涼亭與觀景台,									
7月6日至 1143-3	猴硐復興坑夢幻瀑布出三貂嶺		08:45 猴硐火車站	北車 區間4148 7:34			鄭明輝 李志明 陳素真 曾一平	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		10		猴硐火車站	自理	自由			
炎熱的夏天找一條清涼的古道瀑布路線來走走。猴硐天華山慈惠堂前方小隧道通往復興坑, 出工陸續探訪夢幻寺, 夢幻瀑布(龍鳳瀑布) 出三貂嶺 約4 小時									
7月12日至 1143-4	水圳集09半嶺水圳		08:30 陽明山總站	劍潭站轉公車紅5,260			楊德誠 王林前 吳麗玉 張芷綺 黃國瑞 廖溫娣	甲	台北市分會 楊0910-950990
		8		陽明山總站	自理	自由			
半嶺水圳步道沿著松溪而行，跟天母水管路平行。圍繞紗帽山外圍，行走圳道一邊是山壁，一邊是溪谷，聽著水聲，欣賞磺溪支流美景，至平台欣賞文大瀑布，聲勢浩大。順訪水管橋美利拱型橋墩。									

甲、乙組活動表

第2頁共10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			
7月13日至 1143-5	橫嶺古道		08:30 陽明山公車 總站涼亭	劍潭站轉搭 紅5/260公車			陳憶雯 張淑玲 楊志意 熊燦輝	甲	崗巒登山隊
				陽明山公車總 站	自理	自由			
		橫嶺古道位於湖山路與紅檀之間，昔日是頂半嶺至陽明公園兩地居民，運送物資及通常的路徑，現屬於陽明山國家公園範圍。							
7月13日至 1143-6	八勢古道	567	08:30 捷運 紅樹林站	捷運淡水線(紅線)			丁清恩 吳麗蘭 簡義艷 張香蘭	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
	小坪頂東 峰	9		捷運 紅樹林站	自理	自由			
小坪頂		八勢古道是八勢里上稜線的一條山路,之後可往三空泉或小坪頂, "三空泉" 位於淡水區樹興里,地名的由來,是因為山腳間冒出三處湧泉而得名. 約4.5 小時							
7月13日至 1143-7	竹林古道	128m	09:00 國泰新村公 車站	216公車、223公車往關渡、602 公車			陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群 汪旺登山隊	甲	與汪旺登山隊 聯誼 福佳登山社 0932-256676陳
	水磨坑古 道	6		國泰新村公車 站	自理	自由			
永春寮溪 步道		循中和街錫安巷竹林古道入口進入，復興山北峰海拔高度128m，竹林古道及水磨坑古道是一條泥 土山路，柔軟好走。路底 往上300巷與百年茄苳老樹相遇，接永春寮溪步道；永春寮溪步道位於永春寮溪流左側，沿途有綠							
7月19日至 1143-8	狗殷勤步 道	359	08:30 故宮博物院 至善源	捷運士林站轉公車255,815,304			林玉華 陳美齡 周玉潔 吳惠娟 邱意雯 徐玉梅	甲	台北市分會 涂0912-600229
		8		故宮博物院	自理	自由			
		又名尾崙水圳步道，古道分三段，由高而低依序是竹林步道，尾崙古圳步道，永公路40巷至故宮後 山。炎炎夏日走狗殷勤步道，是很涼爽的選擇，防曬又涼快。							
7月20日至 1143-9	燕溪古道	320	08:30 至善國中站	士林捷運站轉1號出口轉乘 公車 255, 小18, 小19			陳榮聖 王維君 皇世章 張香蘭	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
	仙座台山 巨石陣	8		至善國中站	自理	自由			
		燕溪古道為昔日外雙溪通往大崙尾的一條山區小路.全程古樸的石階和土徑為主，路跡清楚、巨石 林立、竹影婆娑、林蔭處處，是有原始感的自然古道 約 3.5小時							
7月20日至 1143-10	台北大縱 走 第六段 後半段	168m	09:30 捷運麟光站	搭捷運文湖線（棕線）到麟光 站下車			林廷穎 陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		4.5		捷運麟光站	自理	自由			
		活動路線：捷運麟光站→福州山公園→中埔山（北市三角點79號）、中埔山東峰（無名基石）→ 軍功山（北市地測76號基石）→土地公嶺古道、天立後山（北市三角點84號）→糴米古道 活動結 束後，可在瑞雲街口公車站搭藍5公車到捷運市政府站。							

甲、乙組活動表

第3頁共10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			
7月20日至 1143-11	魚路古道		08:30 擎天崗遊客中心	劍潭捷運站 轉搭聯營			吳純峰 林鳳賢 廖忠山 王振富	甲	崗貊登山隊
				擎天崗遊客中心	自理	自由			
魚路古道（金包里大路）北段,連接擎天崗,經八煙、天籟、可到金山的一條古道.[金包里]就是[金山]的舊名,魚路古道則經歷清治、日治、到民國不同時期統治者整修,功能從商業、軍事、演變至今日休閒娛樂,是一條極為美麗、整修完善、輕鬆好走的步道。									
7月26日至 1143-12	佳鶯縱走	374m	07:45 鳳鳴火車站	區間1121（台北07：04→板橋07：14			E董 李深池 陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		13.6		鳳鳴火車站	自理	自由			
活動路線： 鳳鳴火車站→山仔頂山→福源山→圳頭山→鶯歌百年大榕樹（午餐地點）→運氣好會遇到豆花伯出攤→望湖山→石灰坑山									
7月27日至 1143-13	40砲陣地		08:30 陽明山公車總站涼亭	劍潭站轉搭 紅5/260公車			陳憶雯 張淑玲 楊忠意 熊燦輝	甲	崗貊登山隊
				陽明山公車總站	自理	自由			
四〇砲陣地，陽明山前空軍防空砲兵部隊-駐守陣地組之一；現為除役M1-40mm高射砲展示園區，是戒嚴時期保護草山行館的軍事重地，經大地處整修後，以3D立體彩繪展現過往官兵戍衛情境，讓許多退伍袍澤懷舊憶往。									
8月2日至 1143-15	鳳佳縱走 鳳鳴站縱走至山佳站	540	08:30 鳳鳴火車站	台鐵區間車1129車次南下			鄭玉瑛 陳美齡 吳惠娟 張芷綺 周玉潔 林玉華	甲	台北市分會 鄭0933-860312
		13		鳳鳴火車站	自理	自由			
從鳳鳴站縱走至山佳站，大約13公里，經宏德新村，銘傳大學到中湖古道，福源山再到鶯歌1號大榕樹，登旺湖山，石灰坑山，中坑山後抵達山佳火車站。									
8月3日至 1143-17	燕溪古道		08:30 劍南橋站	捷運士林站轉搭公車: 小18/小19/255			陳憶雯 張淑玲 楊忠意 熊燦輝	甲	崗貊登山隊
				劍南橋站	自理	自由			
燕溪古道原是昔日外雙溪通往大崙尾的一條山中小徑，後來有一段成為台電保線路，全程以古樸的石階和土徑為主，沿途路跡清楚、巨石林立、竹影婆娑、林蔭處處，是都市中人工化較少的自然步道。									
8月3日至 1143-18	大路嶺古道(瑪鍊山)	170 234 194	09:00 武聖街口站牌	國光客運1815往金山，武聖街口下車.(1)台北車站東三門.			蘇肇俊 蔡崇榮 詹斯文 劉碧惠	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		8		武聖街口站牌	自理	自由			
武聖街→豬寮遺址→瑪鍊埤→大路嶺古道→瑪鍊山東峰(170m)→瑪鍊山(234m)瑪鍊山東北峰(194m)>大武崙澳越嶺古道→百年土地公→萬中瀑布→萬里國中→萬里區公所.(返程與去程交通相同)約4.5小時									

甲、乙組活動表

第4頁共10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			
8月10日至 1143-19	內湖三尖 鯉魚山 圓覺寺 忠勇山	222	08:30 大湖公園站1號出口	捷運文湖線			周玉潔 張致富 楊肅萌 陳盛源 徐玉梅 邱意雯	甲	台北市分會 陳0937-843848
		大湖公園站		自理	自由				
大湖公園站出發，鯉魚山，碧山巖，圓覺寺，同心池，白石湖吊橋，忠勇山步道，都是不高的郊山，走起來輕鬆愉快，放慢腳步，欣賞沿途風景。									
8月10日至 1143-20	文筆山（ 五城山）		08:30 造鎮站	頂溪捷運站轉624 七張捷運站轉綠15			胡國華 呂蔣民 黃志寬 石福華	甲	崗狍登山隊
		造鎮站		自理	自由				
文筆山步道，為天上山系的稜線步道其中一段，位於新北市中和、新店、土城三區交界上，沿線綠樹林蔭，有多處休憩涼亭，視野遼闊，俯視台北盆地及大漢、新店二溪，遠眺101大樓、觀音山、大屯火山群及淡水出海口。									
8月10日至 1143-21	磺溪溫泉 步道 龍鳳谷 草山觀瀑 吊橋	558	08:30 行義路二站	石牌捷運站轉搭公車508,小8, 小36			丁清恩 吳麗蘭 陳淑慎 黃世章	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		行義路二站		自理	自由				
磺溪溫泉步道位於北投行義路溫泉觀光遊憩區，是一條以「溫泉」為主題的步道、陽明山草山觀瀑吊橋在114年完工、在十八份水圳步道、猴坎古道新增三處觀景平台、置身山林呼吸負離子芬多精、順遊龍鳳谷、大屯瀑布~ 建議穿防滑鞋或雨鞋 約4小時									
8月14日至 1143-22	大龜縱走	303m	09:40 龜山火車站	區間4148（板橋07：20→台北07：34→松山07：41→龜山09：00）			E董 李深池 陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		龜山火車站		自理	自由				
活動路線：龜山火車站→梗枋山→觀日台→橋板湖山→合興保線路→大板根→羅東林區租地控制點012→大溪火車站									
8月17日至 1143-23	銀河洞		08:30 中生橋頭站	捷運新店站轉搭 綠5、647.基隆路幹線(650)			黃志寬 石福華 胡國華 呂蔣民	甲	崗狍登山隊
		中生橋頭站		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。									
8月17日至 1143-24	九芎古道 越嶺百吉		08:30 大溪公車站	轉搭桃客5097			李敏雄 洪東海 許世燾 涂重成 張淵誌 陳盛源	甲	台北市分會 李0927-061909
		竹篙厝		自理	自由				
九芎古道在日據時代即是大溪進入角板山的重要捷徑，居民用來運送農產品，後來百吉隧道通車後，古道功能消失，現今成為登山健行的好去處。山徑原始樸直，涼爽舒適，可眺望石門水庫，頭寮大埤湖等美景。									

甲、乙組活動表

第 5 頁 共 10 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			
8月17日至 1143-25	雲海山 風露嘴山	560 550 688	09:00 小格頭站	捷運新店站轉乘綠12 07:15, 08:15			鄭明輝 張香蘭 曾一平 李志明	乙	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
	粗坑崙山	10		小格頭站	自理	自由			
北宜公路上於石碇區境內蜿蜒於稜線旁，這裡介於二格山系與伏獅山系之間，為景美溪與北勢溪之間的分水嶺。這裡有三座位於北宜公路旁的小山頭，分別為風露嘴山、雲海山、與粗坑崙山。約5小時									
8月23日至 1143-26	古意之旅 二番四道		07:30 捷運劍潭站	捷運淡水線轉搭小15			楊德誠 王林前 吳麗玉 黃國瑞 張芷綺 陳盛源	乙	台北市分會 楊0910-950990
		12		擎天崗站	自理	自由			
從擎天崗出發，沿著內雙溪上游健走，一路上林蔭蔽日，起伏不大，流水潺潺，途中多次越溪，還有古圳，石厝，簞簞，紅樟湖茶寮遺址。豐富多樣的人文和自然景觀。很適合在炎炎夏日漫步消暑。									
8月24日至 1143-27	三貂嶺生態友善隧道		08:50 牡丹火車站	北車4148次區間車7：34			丁清恩 吳麗蘭 許秀華 李日凱	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		7		牡丹火車站	自理	自由			
瑞芳站至雙溪站共有9座舊隧道，故衍生「一錢鑽九孔」台語俗諺，其中4座舊隧道已闢有自行車道。將歷經30年荒廢的舊時宜蘭線鐵路隧道重新「打開」後的三貂嶺生態友善隧道總長3.19公里，設計師利用水池設計讓洞口從黑到亮，與三貂嶺翠綠山色相印成讓人驚艷的鏡面反射倒影值得到此									
8月24日至 1143-28	瑪礁古道 內雙溪古道		07:40 捷運劍潭站	捷運淡水線轉搭小18			陳明堂 簡小清 張致富 陳建勝 張淵誌 方惠萍 潘扶賢	甲	台北市分會 陳0937-525755
		6		坪頂古圳站	自理	自由			
瑪礁古道位在平等里，為漁路南道支線之一。沿瑪礁山稜線而得名，過清風亭後，吉為瑪礁古道入口，途經新圳頭山又稱瑪礁山。可直上擎天崗大草園。									
8月31日至 1143-31	七堵尋奇	192m	09:20 中埔站 701瑪陵公車)	區間1132（台北08：00→七堵08：37）			丁順發 林麗峯 陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		4		中埔站 （701瑪陵公車	自理	自由			
活動路線：中埔山東峰（峭壁雄風）→中埔山→港口山→石象山→石獅山 途中有需要拉繩陡上、陡下的路段，所以務必自備手套。									
8月31日至 1143-32	十八分水圳至竹子湖		08:30 頂北投站	捷運北投站轉搭公車: 230/小25			陳兆麟 賁少虹 郭耿陽 李建慶	甲	崗貊登山隊
		頂北投站		自理	自由				
「十八份圳步道」，是水圳旁的小路,位於台北市北投區泉源里(舊名「十八份」)，是當時為維護水圳所修築的道路，步道兩旁遍植櫻花樹，是賞櫻的絕佳步道。伴著水圳而行，流水潺潺，十分悅耳清心，									

甲、乙組活動表

第 6 頁 共 10 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			
8月31日至 1143-33	基隆一日雙塔燈塔、球子山燈塔		09:00 太白莊	北車 1126區間7:09/1128區間7:40 隆火車站(南站)			丁清恩 吳麗蘭 許秀華 李日凱	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		4		太白莊	自理	自由			
一日雙塔新亮點，看山、看海、看老鷹，360度無邊際視野，可俯瞰基隆港碼頭、基隆嶼、和平島，深度感受基隆海港人文風情，不可錯過的優質路線。約3.5小時									
9月6日至 1143-34	雙坑縱走	386m	08:30 捷運竹圍站1號出口	捷運淡水信義線（紅線）			E董 陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		13		捷運竹圍站1號出口	自理	自由			
「雙坑」指的是樹梅坑、貴子坑。活動路線：竹圍海底隧道→竹林慈玄宮→樹梅坑溪畔步道→稻香山（北市都計劃處四等三角點NO.128）→小坪頂山（土地調查局圖根點）→貴子坑親山步道→貴子坑山西峰（北市地測精幹點市273基石）→貴子坑水土保持園區→貴子坑山（北市都市計劃處									
9月7日至 1143-35	龍船岩	293	08:30 捷運大湖公園站1號出口	捷運文湖線			方惠萍 張芷綺 林玉華 周玉潔 邱意雯 張致富	甲	台北市分會 陳0937-843848
		8		捷運大湖公園站	自理	自由			
位於內湖區，由龍船岩，開眼山組合而成。開眼支線末端，矗立著一塊大白石，外形像一艘龍舟，當地人稱為石船，又稱龍船石。可眺望大崙頭山，大崙尾山，開眼山，展望良好。									
9月7日至 1143-36	象山步道 (松德院區)		08:30 捷運象山站出口2	捷運淡水線			陳兆麟 貧少虹 郭耿陽 李建慶	甲	崗廂登山隊
				捷運象山站	自理	自由			
位於台北市信義區的象山,與附近的虎、豹、獅山並稱四獸山,因為外型似象頭而得此名.山頂雖僅有183公尺,但可清楚俯瞰台北盆地及台北地標101大樓，擁有極佳的視野,是許多攝影愛好者拍攝夜景與跨年煙火的最佳地點。									
9月7日至 1143-37	白鷺鷥山 康樂山、明舉山	143 128 101	08:30 捷運黃石公廟站	捷運文湖線 或公車617, 284,紅2, 內湖幹線(287)			洪秀蓮 陳秋緣 劉碧惠 詹斯文	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
		7		捷運黃石公廟站					
白鷺鷥山、康樂山、明舉山這三座山在大湖公園與老樹的簇擁下，形成三段串連的親山步道。親民好走一次飽覽湖光山色、層巒疊翠與山林生態，成為內湖區居民運動、踏青的最佳去處。約4小時									
9月11日至 1143-38	南港五小福0型縱走						E董 李深池 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
					自理	自由			
集合時間、地點等活動細節會在活動前一週公佈。									

甲、乙組活動表

第 7 頁 共 10 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			
9月13日至 1143-39	全國登山日系列活動 福卯古道南線	17 307 9	09:15 福隆火車站	北車 272 自強號 07：24 4148 區間車 07：34 福隆火車站			王維君 陳榮聖 李日凱 張香蘭	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
福卯古道(又稱隆隆古道)是昔日福隆通往卯澳的重要道路。古道分為東西兩段，從越嶺點至卯澳的東段荒廢許久，終於在登山隊及卯澳社區發展協會共同努力之下，讓古道得以重現，由卯澳端進入的東段，又稱「卯澳古道」。約5小時 回程: 馬岡發車 13：25 & 14：25									
9月13日至 1143-40	台北大縱走第二段(挑戰勇腳型)	12	07:45 陽明山總站	轉公車108 小油坑站			楊德誠 王林前 吳麗玉 黃國瑞 張芷綺 廖溫娣	乙	台北市分會 陳0910-950990
大縱走第二段，由二子坪經面天坪，登上大屯群峰，南峰，西峰，主峰，經巴拉卡公路接上水尾巴拉卡步道，通過幽靜林間到達小油坑。									
9月14日至 1143-41	台北大縱走第五段 (全國登山日活動)	326m 12	09:20 捷運劍潭站2號出口	捷運淡水信義線(紅線) 捷運劍潭站2號出口			林廷穎 陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
活動路線：捷運劍潭站2號出口→老地方觀景台(活動柱-臺)→文間山(土地調查局圖根點)→鄭成功廟步道→圓明寺步道→金龍產業道路→忠勇山越嶺步道→碧山巖 活動結束後，可在碧山巖搭小2公車到捷運內湖站。									
9月14日至 1143-42	全國登山日系列活動 東勢格越嶺步道	214 370 8	08:50 平溪國中站	捷運木柵站轉乘 795公車(7:10, 7:40) 平溪國中站			鄭明輝 楊淑芬 簡義艷 許秀華	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910-342950
東勢格越嶺步道早期是平溪庄與東勢格兩地村民往來的山徑，後來平溪發展礦業後，眾多礦工也經由這條路往返於礦區之間。沿溪而行，平坦好走，有水可玩，有梯田綠草如茵，是夏季健行的好去處。約4小時									
9月14日至 1143-43	文山公園連走仙跡岩(全國登山日活動)		08:30 捷運萬隆站出口2	捷運新店線 捷運萬隆站			陳兆麟 貧少虹 郭耿陽 李建慶	甲	崗貆登山隊
文山森林公園佔地11公頃，藉由總長1.5公里的森林步道串聯景美運動公園、福興公園，並且結合生態檢核機制，盡可能保持了原本動植物的生長環境。仙跡岩又名景美山，因位於景美溪與新店溪之合流口附近，當地人稱為溪子口山。山頂有巨石，相傳石上足跡為仙人所留，因之為名。									
9月14日至 1143-44	動物園山健走(全國登山日)	3	09:00 市立動物園門口	捷運文湖線 動物園站			旺旺登山隊 嚮 導	甲	旺旺登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先 洽詢
臺北市立動物園，1914年創立於圓山地區，舊稱「圓山動物園」，1986年時因圓山原址無法擴建，而遷至木柵區(今文山區)，因此成為臺灣民眾現在所熟悉的「木柵動物園」。佔地面積有165公頃，已開發使用區域近百公頃，是全臺最大的動物園。園內包含8個戶外展示區、7個室內展示館，20									

甲、乙組活動表

第 8 頁 共 10 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			
9月20日至 1143-45	猴埕古道健走 (全國登山日)		09:00 圳內站	捷運淡水線石碑站 東華街公車站轉搭小8或小8區			汪汪登山隊 嚮導	甲	汪汪登山隊 0937114408焦 天候不佳時宜請先 洽詢
		5		圳內站	自理	自由			
猴埕古道位於臺北市北投山區，曾是頂北投庄通往竹子湖的重要山徑，古道從竹子湖延伸至北投東昇路的圳內公車站牌附近，沿著猴埕水圳而行的路線，被稱為「猴埕古圳步道」或「猴埕水圳古道」。「草山觀瀑吊橋」橫跨於磺溪之上，連結著猴埕古道及十八份圳步道，並增設活動平台									
9月20日至 1143-46	全國登山日系列活動 相思林步道		08:30 故宮博物院站	捷運士林站 轉公車255, 304, 小18,小19			李國存 洪秀蓮 留秋燕 黃世章	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
		6		故宮博物院站	自理	自由			
走入茂盛的森林步道 沿途豐富的植物生態 相思林蔭間空氣清新,享受森林浴, 心曠神怡。約3.5小時									
9月20日至 1143-47	枕頭山 薑母島 溪口吊橋 (全國登山日活動)	631m	07:10 公園路 健保大樓	專車			陳玉堤 李利國 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		8		公園路健保大樓	收費 收費	報名			
桃園市復興區的枕頭山是昔日的古戰場，山頂曾有砲台陣地，現今山頂有三等三角點No.4185基石及雨量觀測站，砲台遺跡 已不復見。薑母島位於石門水庫阿姆坪對岸，是偶像劇《命中注定我愛你》的拍攝地點，在薑母島遊艇碼頭可搭船遊湖（石門水庫）。溪口吊橋位於石門水庫上游，跨									
9月21日至 1143-49	鶯歌縱走		08:30 鶯歌火車站	台鐵時刻表: 臺北07:26 臺北07:48			黃志寬 石福華 胡國華 呂蔣民	甲	崗巒登山隊
				鶯歌火車站	自理	自由			
新北市鶯歌石縱走至桃園虎頭山,全程超過15公里,經歷十餘座山頭,是一條挑戰與美景兼具的路線。									
9月21日至 1143-50	軍艦岩步道		08:00 捷運石碑站 出口	捷運淡水線			新北市分會承辦	甲	114年國民體育日 全民親子登山活動
				捷運石碑站	自理	自由			
114年國民體育日全民親子登山活動									
9月27日至 1143-51	全國登山日系列活動 富陽公園 順走糶米	99 168	08:30 捷運麟光站	捷運文湖線			蘇肇俊 蔡崇榮 曾一平 留秋燕	甲	金字塔登山隊 隊長: 洪秀蓮 0910- 342950
		5		捷運麟光站	自理	自由			
富陽公園→福州山（99m）→中埔山東峰（137m→軍功山(105m)→忠正嶺→石軍嚴→土地公嶺山(168m)→天立後山(168m)糶米古廟→紫雲街→德興礦坑→糶米公園→吳興街→返 約 4小時									

甲、乙組活動表

第 9 頁 共 10 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			
9月27日至 1143-52	土庫岳更寮古道 (全國登山日活動)	389m	09:30 深坑土庫公車站	666公車、795台灣好行木柵平溪線			李深池 陳玉堤 陳永順 福佳嚮導群	甲	福佳登山社 0932-256676陳
		6		深坑土庫公車站	自理	自由			
活動路線：土庫公車站→土庫岳登山步道→土庫岳(台灣小百岳，一等三角點、三等三角點1134號)→更寮古道→舊莊街二段 活動結束後，可在舊莊公車站搭212公車。									
9月27日至 1143-53	北城8-2關埕步道 (大眾休閒型) (全國登山日活動)		07:45 捷運關渡站1號出口	捷運淡水線			楊德誠 王林前 吳麗玉 黃國瑞 張芷綺 廖溫娣	乙	台北市分會 楊0910-950990
		15		捷運關渡站	自理	自由			
由關渡站起登，沿著河岸健行，欣賞兩岸風光，經洲美地區，社子，到達大稻埕碼頭。									
9月28日至 1143-54	世界健行日-全球淨山健行		08:00 捷運忠義站	捷運淡水線			中華健行總會	甲	中華健行總會
				捷運忠義站	自理	自由			
捷運忠義站→一心路→台北藝術大學校區→關渡拓印亭→楓丹白露步道登山口→忠義山拓印亭→忠義山步道→行天宮停車場→桃源國中(大會儀式) 全程約5公里，約2.5小時可走完全程									
9月28日至 1143-55	忠義山步道 楓丹白露步道 (世界健行日活動)		08:00 捷運忠義站	捷運淡水線			本會全體嚮導	甲	台北市分會 陳0937-525755
				捷運忠義站	自理	自由			

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