

新北市體育總會健行登山委員會 114 年第 3 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
7 月 6 日 (日)	陽明大學 軍艦岩 親山步道	189 H 5 KM	捷運 淡水線	上午 8 點 20 分 捷運石牌站 1 號出口	捷運 石牌站	自由 參加	費用 0/人	張進忠 0932-902-525 林溪川 黃俊財 羅水成 張錦秀 劉秀金	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
		軍艦岩是大屯火山系最南端的一個山嶺，雖然僅有海拔 192 公尺，但山頭特殊的雪白巨岩猶如一艘凌駕於綠樹之上的艦艇，登頂後不僅可以遠觀北面的大屯火山群、東望五指山系，並可西眺觀音山、南瞰淡水河與基隆河蜿蜒穿越的台北盆地，360 的景致遼闊宜人。續往丹鳳山，一路平緩好走，至丹鳳山頂景色美好，且石壁上寫著大大的「丹鳳」非常特別，可順拜訪弘法大師日據時代的遺留。								
7 月 13 日 (日)	暖東峽谷 森林公園	200 H 10 KM	鐵路 轉公車	上午 8 點 30 分 基隆火車站 轉搭 603 公車	暖東峽谷 站	自由 參加	費用 0/人	黃俊財 0922-945-757 張進忠 林溪川 朱文彥 陳文森 張錦秀	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
		暖東峽谷步道經過兩年的整修路況完善，導覽指標俱全，行走較大眾化的藍色路線會經過天然溪水瀑布、造型典雅的木棧道、石造拱橋、搶眼的紅色土地公廟、林相完整的筆筒樹、綠竹林及筆直的水泥石柱等，享受蟬鳴鳥叫、涓涓溪水的大自然樂聲。走累了坐在休憩涼亭欣賞峽谷峭壁的鬼斧神工，或於淺灘溪水處戲水泡腳。非常值得親身體驗一番。								
7 月 20 日 (六)	石門水庫 石門山健行 太元步道	551 H 10 KM	鐵路 轉公車	(2143 次) 台鐵板橋站 7:14 分； 台鐵台北站：07:02 分 中壢後站新興路轉乘 5055 桃客 8:10 開車	明治七街口 站	自由 參加	費用 0/人	簡幸喜 0933-205-937 張秋蓮 錢秀麵 謝玉榮 施小美 劉瑜萍	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
		石門水庫、石門山健行、石門觀音像路徑、石門山、太元步道。位於桃園龍潭石門水庫旁的石門山，海拔 551 公尺是知名的小百岳。路段原始綠樹成蔭，漫步在森林中舒心又療癒，山頂視野遼闊無比，還能眺望石門水庫，晴天也能望見台北 101。入口處有不少攤商聚集，回程下山時，在北登山口吃豆花或挑幾攤品嚐當地美食。 請自備防滑登山鞋或雨鞋、雨具、遮陽帽、足夠的飲水、行動糧、鹽糖、相機及個人喜好物品。								
7 月 27 日 (日)	中華健行 小隊聯誼 宜蘭縣冬山鄉 茅埔城古道健行	220 H 5 KM	專車	上午 7 點 30 分 中正紀念堂 5 號出口	宜蘭 三清宮	報名	費用 900 /人	張進忠 0932-902-525 林溪川 0936-228-866	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
		茅埔城古道，長約 1.5 公里，茅埔城是宜蘭冬山鄉西部的一個小聚落，早年先民在這裡開墾，以茅草為建材，所以如此稱之，古道是昔日當地居民上山耕作的山路，留有百年歷史的石砌土地公廟，早期簡易自來水廠，古道多處展望絕佳，設有多座觀景台，視野開闊，景色非常秀麗，是一條相當優質的健行路線。費用：含保險+車資+午餐水酒~報名額滿為止								
8 月 3 日 (日)	坪林金瓜寮溪 蕨類步道 野餐玩水	300 H 6 KM	捷運 新店線	上午 7 點 50 分 捷運新店站 搭 923 公車至坪林國中 轉免費接駁公車 F722、F723	九芎根 親水公園	自由 參加	會用 0/人	張進忠 0932-902-525 黃俊財 林溪川 朱文彥 陳文森 余桂鳳 劉秀金	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
		金瓜寮溪魚蕨步道基本上沿著溪畔修築，步道共有五個出入口通往產業道路，部分出入口還設有洗手間，相當方便。踏入步道，清涼的溪水淙淙，近在咫尺，水面閃閃的銀光，原來是魚兒在水中優游。水面上，有鴨鴨、有螃蟹，原來是小朋友坐在各類造型的游泳圈上，與家人一起歡樂戲水。午後，金色陽光灑落、兩岸的綠蔭、清澈的溪水、光滑的岩石與天真的孩童交織成一幅美麗的圖畫。								
8 月 10 日 (日)	狗殷勤古道	359 H 8 KM	捷運 淡水線	上午 7 點 30 分 捷運劍潭站 3 號出口 搭紅 5 公車	陽明 教養院站	自由 參加	會用 0/人	黃俊財 0922-945-757 張進忠 林溪川 朱文彥 陳文森 張錦秀	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「狗殷勤」，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，需要事先預約報名，暫定 20 名。								

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 林溪川 0936-228-866 歡迎您

8月17日(日)	面天古道	977 H 8 KM	捷運淡水線	上午7:20前 捷運劍潭站1號出口 搭紅5、260公車 於陽明山公車站 轉108	上午9點 二子坪公車站	自由參加	會用0/人	羅水成 0932-015-619 陳振芳 余桂鳳 張錦秀 施小美	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
面天古道，是昔日百六戛與北投地區居民往來的主要聯絡道路，由二子坪公車站啟行，二子坪-面天山-向天山-向天池-下清天宮。由二子坪步道進入，一路平易近人，抵達二子坪休憩區後，轉入山中小徑，與二子坪的熱鬧親切，有天壤之別，林相原始，枝繁茂密，樹形優美，是另一番寧靜的世界，藏身在大屯群峰之中的二子山東峰及西峰，兩峰緊臨相依，循著溪谷而行，可見昔日凱達格蘭族大屯社聚落的古厝遺跡。										
8月24日(日)	猴硐.柴寮古道 烏塗窟坑.中坑古道. 三貂嶺車站環狀健行	200 H 10 KM	台鐵北迴線	上午7點20分 台鐵板橋站 搭4152車次 07:37 板橋火車站、07:50 台北火車站	猴硐車站	自由參加	會用0/人	謝玉榮 0933-205-937 羅水成 劉瑜萍 張秋蓮 錢秀麵	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
活動簡介：穩藏在猴硐附近山區的礦業人文遺蹟，柴寮古道、烏塗窟古道、中坑古道，猴硐礦工文史館長周朝南先生的老家及幼時（跳石流水上學路），體驗礦業滄桑、悠遊古道、古厝小廟、小橋流水，是夏日森林浴最佳健行路線，也是礦村懷舊的人文散步路線。全程約6小時										
8月31日(日)	麗山橋口步道 北興宮步道 南港公園	195 H 6 KM	捷運板南線	上午7點30分 捷運昆陽站1號出口 對面公車站牌 搭小12公車	麗山橋口站	自由參加	會用0/人	黃俊財 0922-945-757 張進忠 林溪川 朱文彥 陳文森	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
麗山橋口親山步道，前段為北興宮步道，後段是古意盎然的麗山橋口步道，曾是先民挑運米茶，往來松山(錫口)和四分子(研究院路四段)之間的捷徑，步道幽靜的氣氛讓人體會自然的美妙。不同於南港山系的其他步道，保留一段泥土小徑，可以感受芬芳泥土香的還舊情懷。然而，下過雨的泥土步徑，可就不好走，泥路滑腳會摔倒咧！										
9月7日(日)	南勢角山 O型下紫竹寺	304 H 5 KM	捷運中和線	上午8點整 捷運南勢角 4號出口	捷運南勢角站	自由參加	會用0/人	張進忠 0932-902-525 林溪川 許建廷 林溪川 吳玉秀	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
烘爐地位於新北市中和區南勢角後方的山區，又名「南勢角山」，標高302公尺，山中有許多寺廟，成為信徒朝聖的旅遊聖地。										
9月14日(日)	全國登山日 圓通寺～清水大尖	272 H 7 KM	聯營公車	上午8點10分 清化里 搭231、245、275、656、657	清化里	自由參加	會用0/人	張進忠 0932-902-525 林溪川 0936-228-866	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
圓通寺所在的山區，位在中和、永和、土城等城市的邊緣，向來是這些地方居民最容易親近的山林，因此有人說這裡是「中永和的後山」。清水大尖山，海拔274公尺，位於新北市土城區，設有土地調查局圖根點，清水之名係取自當地冷水坑古地名，藉由讀音將冷水雅化成清水，又因山頂尖突而得大尖山之名，而有土城富士山的稱號，以山頂極佳展望聞名行程約4小時										
9月21日(日)	國民體育日 軍艦岩親山步道	189 H 5 KM	捷運淡水線	上午8點整 捷運石牌站 1號出口	捷運石牌站	自由參加	會用0/人	張進忠 0932-902-525 林溪川 0936-228-866	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
軍艦岩是大屯火山系最南端的一個山嶺，雖然僅有海拔192公尺，但山頭特殊的雪白巨岩猶如一艘凌駕於綠樹之上的艦艇，登頂後不僅可以遠觀北面的大屯火山群、東望五指山系，並可西眺觀音山、南瞰淡水河與基隆河蜿蜒穿越的台北盆地，360的景致遼闊宜人。續往丹鳳山，一路平緩好走，至丹鳳山頂景色美好，且石壁上寫著大大的「丹鳳」非常特別，可順拜訪弘法大師日據時代的遺留。行程約3.5小時										
9月27日(日)	全國登山日 郵政訓練所連走 法雨寺步道	260 H 5 KM	捷運淡水線	上午8點整 捷運新北投站 1號出口	捷運新北投	自由參加	會用0/人	張進忠 0932-902-525 黃俊財 朱文彥 林溪川	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
郵政訓練所步道為中正山步道的下半段，典型的郊山步道，環境雖稍受人為干擾，但整體生態仍非常豐富。步道雖路程稍遠，但難度低，為適合親子同登的親山步道。沿途可遠眺陽明山山仔后、北投、磺溪山、硫磺谷等地風景。步道始於郵政訓練所親山步道，與法雨寺親山步道形成環狀路線。途經泡腳池，活動後可體驗北投的硫磺溫泉。行程約3小時										
9月28日(日)	世界健行日 貴子坑O型健走	250 H 5 KM	捷運淡水線	早上7點50分 捷運復興崗站	捷運復興崗站	自由參加	會用0/人	張進忠 0932-902-525 林溪川 0936-228-866	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
貴子坑親山步道位在大屯山系的西南尾稜上，這裡以地質景觀聞名。早年曾因過度開採礦石而導致水土失衡，但1970年代末期政府在此設置「貴子坑水土保持教學園區」後，歷經三十年的整治規畫，這片曾經滿目瘡痍，被當地居民形容為「鬼子坑」的小山谷，如今已擁有露營場、水土保持教學園區及親山步道等設施，成了全國知名的戶外地質教室。要想認識地球老爺爺臉上飽含歲月的皺紋，貴子坑親山步道絕對是你不可錯過的山徑。紀念品十水免費送										