

台北市健行登山協會 115 年 7-9 月份活動表	
---	--

日期	目的地	高度	集合 時間地點	搭車路線			值勤嚮導	組別	備註
編號		里程		下車地點	車資	參加方式			
7月4日	望古瀑布 嶺腳寮山步道	293M	10:00 望古車站	台鐵 4148 4152 車次瑞芳站下車，轉搭平溪線。 或木柵站搭 795 慶和站下車			方惠萍 簡小清 吳惠娟 楊肅萌 林容瑞 朱勝龍 陳美鳳	A	台北市分會 陳 0937-843848
		10K		望古車站	自理	自由			
		望古瀑布是平溪支線上的靜謐祕境。因特有的水平岩層形成簾幕式景觀，瀑底水潭呈現夢幻的寶綠色，環境清幽宜人。續走嶺腳寮山，無特殊展望，嶺腳望古都是昔日因採礦而興盛的小村落。							
7月11日	雙十之旅 內瑪古道 台灣石 山川石	700M	08:45 溪和宮	劍潭站轉公車小 18			楊德誠 王林前 吳麗玉 張芷綺 黃國瑞 潘扶賢 陳盛源	A+	台北市分會 楊 0910-950990
		12K		溪和宮	自理	自由			
		從士林內寮出發，途經內寮古道，瑪礁古道，兩條平行的古道，為魚路古道南支線，從平等里上登擎天崗，沿途林蔭茂密，景色優美。沿途可欣賞天然形成台灣石，山川石，非常奇特。							
7月18日	橫沙笛縱走	2025M	07:00 捷運中正紀念堂站5號出口	九人座小巴			林玉華 吳惠娟	A	台北市分會 鄭 0933-860312
		8.3K		大雪山林道	報名	報名			
		台中大雪山林道一條風景優美，氣候涼爽熱門中級山，此路線平緩舒適的林道為主，林相豐富，綠意自然，適合親近大自然山友健行。途經橫嶺山，沙蓮山，笛吹山，大約 8 公里。簡稱橫沙笛縱走。							
7月26日	內西縱走		08:30	捷運文湖線			陳明堂 簡小清 陳美鳳 陳建勝 方慧萍 張致富 張淵誌	A	台北市分會 陳 0937-525755
		8K		捷運內湖站1號出口	自由	自由			
		內西縱走，從內湖站走到西湖站，途經壁湖山，新坡尾山，竹高山，金面山剪刀石，泰安亭，論劍亭，金面山大岩壁，環山路登山口，西湖站。							
8月2日	北區小隊聯誼 基隆情人湖 海興步道		07:30 捷運中正紀念堂站5號出口	大巴遊覽車			本會全體嚮導	A	台北市分會 洪 0939-296012
		6K		基隆情人湖	報名	報名			

		本會主辦北區小隊聯誼，基隆情人湖步道環繞，再經由海興步道下大武崙海灘。輕鬆愉快，風景壯觀優美海景。							
8月9日	內寮古道 竹篙山	830K	09:00 擎天崗 站	捷運劍潭站轉搭小 15			王林前 吳麗玉 周玉潔 林玉華 吳惠娟 徐玉梅	A	台北市分會 陳 0937-843848
		8K		擎天崗站	自理	自由			
		位於平等哩，是魚路古道南支線之一，步道岩礁坑溪而行，沿途林蔭茂密，溪水淙淙，保留百年土地公廟，番婆厝遺址，是條平緩舒適的步道。							
8月15日	山林健行集 暖暖越嶺百福 三疊山	158M142M	08:30 暖暖火 車站	台鐵 4148，4152 車次			楊德誠 王林前 吳麗玉 張芷綺 黃國瑞 潘扶賢 陳盛源	A+	台北市分會 楊 0910-950990
		15K		暖暖火車 站	自理	自由			
		暖暖越嶺百福，指的是串聯暖暖區與七堵區的越嶺縱走路線，途經暖東峽谷，姜子寮山，百福運動公園。這條路線沿途林相茂密，溪水清澈。可飽覽原始古道風情與基隆河壺穴景觀。							
8月23日	頂湖山 無尾崙步道		08:10 捷運石 牌站	捷運石牌站轉搭 128 公車			陳明堂 簡小清 陳美鳳 陳建勝 方慧萍 張致富 張淵誌	A	台北市分會 陳 0937-525755
		8K		龍鳳谷站	自理	自由			
		位於北投區竹子湖頂湖社區，東昇路起登，穿梭於樹林的土路小徑，原始林相，幽靜自然，進入陽明山國家公園範圍內，又路上無尾崙，可眺望紗帽山。							
8月29日	東勢格越嶺古 道	410M	09:30 平溪國 中	捷運木柵站轉 795 公車			吳麗玉 王林前 朱勝龍 林容瑞 陳美齡 許世燦	A	台北市分會 許 0912-562270
		7K		平溪國中站	自理	自由			
		新北市平溪區一條充滿礦業歷史與幽靜竹林溪谷經典郊山步道，全長 3.5 公里，沿途保留了豐富的人文遺跡與原始的自然風貌。							
9月5日	石碇山羊洞 摸乳巷 (婦女與親子活 動)	410M	08:30 捷運木 柵站	轉搭公車 666			鄭玉瑛 周玉潔 林玉華 吳惠娟 陳美齡 徐玉梅	A	台北市分會 鄭 0933-860312
		6K		烏塗窟站	自理	自由			
		石碇烏塗窟有幾個天然山洞，據說早期有山羊棲息在此，故名山羊洞。有的洞狹窄，有的寬敞，設有石桌椅休息區。附近山系很多，可接外鞍子道，烏塗溪步道，摸乳巷古道。							

9月12日	琳達古道 阿柔洋山 南邦寮古道 南珍妮芙古道 (全國登山日系列活動)	487M	08:30 深坑大樹下	捷運木柵站轉公車 660 666 795 912			楊德誠 王林前 吳麗玉 廖溫娣 黃國瑞 潘扶賢 張芷綺 陳盛源	A+	台北市分會 楊 0910-950990
		13K		捷運大湖公園站	自理	自由			
		早年農民往返深坑與南邦寮，草桶出入木柵的拓墾小徑。在阿柔洋產業道路開通後，古道漸漸荒漠，直到美國人艾琳達發現才逐漸為大家所知。古道上溪流，百年土地公廟，聚落遺址，古樸青苔石階，一條可尋幽訪古的健行消暑路線。							
9月20日	國民體育日 承天寺 桐花公園		08:00 捷運永寧站2號出口	捷運板南線			總會主辦 本會全體嚮導	A	台北市分會 陳 0937-843848
		6K		永寧站	報名	報名			
		國民體育日，由永寧站起登，至承天寺後山繞行到桐花公園完成健行路線。							
9月26日	苗栗仙山 (全國登山日系列活動)	967M	07:30 捷運中正紀念堂站5號出口	大巴遊覽車			陳建勝 周玉潔	A	台北市分會 陳 0937-843848
		1.6K		靈洞宮	報名	報名			
		苗栗仙山海拔 967M，名列台灣小百岳，位於獅潭鄉與南庄鄉交界。自靈洞宮起登，步道來回約 2 小時，是極受歡迎的登山與賞雲海勝地。							
