



# 臺南市體育總會健行登山委員會 113 年 10 月至 12 月活動表

會 址：704 臺南市北區大武街 456 巷 6 弄 13 號 (每週三、五 pm7:30—9:30 電話：(06)2267447)

主任委員：文港岸 行動電話 0916-946920 總幹事：林綉桃 行動電話 0933-297263

日期 月 日	活動名稱	費用	領隊	嚮導	開車 時間	下車處	活 動 簡 介	備 註
10 06	塔塔加-黑森林 步道	650	林綉桃	陳俊雄	06:00 臺南轉運站對面 公車候車亭	新塔中塔橫加	於玉山國家公園西北園區塔塔加遊憩步道的黑森林，位於鹿林山與麟趾山山腰間，人煙較少而幽靜，其步道全長約 2.4 公里。可見楠梓仙溪河谷及玉山山脈，步道上可見被火燒後的白木林，在日治時代為登玉山的主要路徑。近距離在步道就能觀賞花園錦簇；中途在鬱閉的鐵杉林內休憩，是一大享受！輕鬆易行。 (早.午餐請事先自行準備) ※林綉桃 0933-297263、陳俊雄：0937-347031	健行
10 20	113 年全國登山日 水山鐵道	650	文港岸	呂健聖	06:00 臺南轉運站對面 公車候車亭	南信投義縣鄉	早期為北鄒族人之舊獵徑，日治時期改建成運送林木的(水山線)鐵路，至今仍留有許多鐵道遺跡。步道前段鐵道較為平緩，沿途遍植柳杉，景色非常美麗，後段則是陡下的枕木階梯步道，為闊葉原始森林，四季景觀變化多端，植物生態豐富，是極佳的健行休閒步道。(早.午餐請事先自行準備) ※文港岸:0916-946920 呂健聖：0955-671117	健行
10 ~ 11 24 ~ 01	日本東北深度之旅 賞楓行-9 天	本(113)年海外健行本會特委請旅居日本資深導遊安排規劃，前往日本東北秘境深度旅遊。						攬勝
11 02 ~ 03	113 年全國登山 社團大會師	一年一度登山界盛事全國登山社團大會師，今年由屏東縣笠頂興平山友協會承辦，將假大鵬灣青洲濱海遊憩區舉行，本會將由幹部組團前往參與盛會						
11 10	阿冷山	650	陳俊雄	呂健聖	特早 05:00 臺南轉運站對面 公車候車亭	谷關	位於台中市和平區谷關附近，海拔 1,540 公尺，山頂有顆編號 1546 號的二等三角點基石。因與谷關七雄位於同一地區，被山友稱其為谷關第八雄，全程原始步道。 (早.午餐請事先自行準備) ※陳俊雄：0937-347031 呂健聖：0955-671117	登山健行
11 16 ~ 17	113 年中華健行 全國幹部聯誼	本會亦為中華民國健行登山會臺南分會，每年來自全國各分會幹部相聚聯誼，也是幹部充電的好時光，今年由鳳山分會承辦，將前往高雄市大樹區高屏溪舊鐵橋暨鳳山區古蹟巡禮。						
11 24	雙流森林遊樂區 帽子山	650	陳希音	施建甫	06:00 臺南轉運站對面 公車候車亭	屏獅東子縣鄉	園區內有許多高聳入雲的古樹與好走森林步道小徑，是踏青健走的最佳景點，沿著楓港溪，抵達曾被票選為台灣第二美瀑的雙流瀑布，豐富的負離子及清新的空氣，讓遊客感受不一樣的恆春半島風情。帽子山是雙流國家森林遊樂區的最高峰，從山下仰望，因山形狀似帽子而得名。沿途設有指標、涼亭和木棧道等設施，展望絕佳，是一條適合登高望遠的森林浴步道。 (早.午餐請事先自行準備)(門票請自理) ※陳希音：0933-673269 施建甫：0920-310649	健行
12 8	關山嶺山(百岳) (小巴)	1400	呂健聖	王陽山	特早 05:00 公園路臺南市立圖書館 地下停車場	南橫	關山嶺山標高 3,176 公尺，是南橫三星中最容易攀登的山峰，其登山口位於南橫公路上大關山隧道旁。上了稜線可以眺望庫哈諾辛山、關山、向陽大崩壁壯觀的景色。(早.午餐請事先自行準備) ※呂健聖：0955-671117、王陽山 0960-887737	登山健行
12 22	中之關古道 (小巴)	1300	鄭鈴玉	文港岸	06:00 公園路臺南市立圖書館 地下停車場	南天橫池	中之關古道位於桃源區、南橫公路 130K 到 135K 處，由天池一中之關段，全長約 3.5 公里，海拔 1800- 2400 公尺間，沿途林相優美，伴隨著布農族抗日的史詩故事日警駐在所、木炭窯等遺跡古道部份坡度平緩，但若遇崎嶇難行的地方，也都有架設枕木棧道，非常適合健行，困難度低。(早.午餐請事先自行準備) ※鄭鈴玉：0932-705315、文港岸 0916-946920	健行

公告：本會臉書：請輸入「臺南市健行會」即可，歡迎分享活動心得、觀賞相片。

即日起本活動表內活動於該活動接受報名前均可先以電話或 Line 預約，預約後請在該活動開始接受報名時至報名處繳費始完成報名手續。報名後若不能參加請於活動 7 日前(前一周日晚上 10 時前)取消，逾期不退費。8 人座車(小巴)報名後恕無法取消。洽詢電話 0933-297263 林總幹事

注 意 事 項	一·本會活動於公園路臺南轉運站對面公車候車亭處集合，參加者請於出發前15分報到抽座位籤，逾時不候。
	二·報名參加活動人員請詳填個人身分資料，以便辦理旅遊平安險（保額二百萬，含醫療二十萬）。 ※依金管會相關意外險規定：15歲以下只能投保意外殘廢險加醫療險，15歲以上可投保意外身故殘廢險加醫療險，85歲以上投保意外身故殘廢60萬加醫療險。
	三·參加活動請視活動行程攜帶個人裝備： 小背包、水壺、雨具、手電筒、身分證、健保卡、手套、長袖衣物、登山鞋襪、帽子、哨子、個人藥品、指北針、垃圾袋。
	四·行進間請勿超越前導之嚮導，並尊重領隊之指揮，若自行脫隊行動，因此發生意外請自行負責。
	五·本會推動LNT無痕山林活動，並積極維護生態環境，請參加人員只留足跡不留污跡。
	六·有心臟病、高血壓．．．等不適合登山活動之宿疾者，請勿單獨報名參加活動。
	七·取消辦法：報名後如不能參加，一日活動請於活動七日前，二日以上活動於十日前（不含活動日）； 電話向領隊取消，逾期仍須全額繳費（或3日內自尋替代人員）。8人座車報名後恕無法取消。

報名處	喫麵館	臺南市中西區忠義路二段10號	TEL：0937-347031
-----	-----	----------------	-----------------

☆本會徵求志工幹部：

邀你一起成為山林活動服務者(無經驗可)，歡迎身心健康、具服務熱忱朋友，加入我們服務山友的行列。  
意者請填寫簡歷表函寄本會704臺南市北區大武街456巷6弄13號。

☆您的參與是我們的榮幸，您所交付的活動代辦費用，除活動實際支出外，結餘提供10%，用於公益慈善活動。

- 一、100年11月29日提撥新台幣15,000元捐贈台南市南區家扶中心(寒冬送暖活動)
- 二、102年9月29日招待南臺南家扶中心33位扶助家庭國中、小孩童及家長前往墾丁社頂公園旅遊。
- 三、102年11月2日提撥新台幣20,000元捐助中華民國山難救助協會，供協助山難救援經費用。
- 四、105年1月29日提撥新台幣20,000元捐贈台南市南區家扶中心(清寒獎助學金)
- 五、106年8月02日提撥新台幣20,000元捐贈台南市南區家扶中心(清寒獎助學金)
- 六、108年5月21日提撥新台幣20,000元捐贈台南市南區家扶中心(清寒獎助學金)
- 七、108年5月22日提撥新台幣20,000元捐贈台南市北區家扶中心(清寒獎助學金)
- 八、110年8月04日提撥新台幣20,000元捐贈台南市北區家扶中心(清寒獎助學金)
- 九、110年8月05日提撥新台幣20,000元捐贈台南市南區家扶中心(清寒獎助學金)

印刷品

郵差先生、小姐謝謝您！辛勞您了！

臺南市體育總會健行登山委員會  
會址：704臺南市北區大武街456巷6弄13號

電話：文主任委員 0916-946920  
林總幹事 0933-297263

先生  
小姐 收