

新 北 市 體 育 總 會 健 行 登 山 委 員 會 115 年 第 1 季 活 動 表

日期	目的地	高度 里程	搭乘路線	集合：時間、地點	下車 地點	參加 方式	費用	值勤輔導	組 別	備註
1月 4日 (日)	劍潭山步道	153H 6KM	捷運 淡水線	上午8點整 捷運劍潭站3號出口	捷運 劍潭站	自由 參加	\$0	許建廷 余桂鳳 張秋蓮 錢秀鳳 劉芳金	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
劍潭山觀山步道，海拔153公尺，位於台北市士林區圓山風景區，是圓山飯店後山的北麓，也是台北市最接近市中心的小山，沿著優美步道線縱觀前可抵達其他山岳，走起來幾乎是輕鬆自在。										
1月 11日 (日)	約山溪步道 梅指山步道 九五峰	8 KM	捷運 板南線	上午8點整 永春捷運站5號出口	捷運 永春站	自由 參加	\$0	黃俊財 0922-945-757 陳進忠 林溪川 朱文彥 陳文森	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
約山溪步道位於台北市信義區永春高中附近，與「永春戲生生態園地公園」結合，成為約山腳下的新綠地，步道入口像小公園，有涼亭及涼亭可休憩，並可欣賞「約山之景」巨岩石壁的地質景觀，從下仰望雄偉峭壁十分壯觀，是欣賞約山美景的最佳地點。我們越過梅指山、南港山、九五峰，海拔375公尺是南港山最高，可將台北市風光及四周群山盡收眼底。										
1月 17日 (日)	本會第34周年 會慶	無限Length *零距離	捷運 中和新蘆線	下午6點入席 新蘆會館新莊中華路一段138-2號	捷運 新莊站	報名 參加	\$800	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
~~~~ 賓主盡歡之夜 ~~~~										
1月 18日 (日)	軍艦岩步道	192 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	\$0	陳振芳 0935-167-120 余桂鳳 張秋蓮 錢秀鳳 劉芳金	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
北投軍艦岩為大屯山系最南端的一個山嶺，因雪白巨岩形似艦艇，而得名軍艦岩其名。雖然僅海拔192公尺，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度的景致還觀宜人。										
1月 25日 (日)	基隆 鄧球嶺古炮台	115 H 5 KM	火車 基隆區間車	台北搭乘7:45往基隆區間車	三坑車站	自由 參加	\$0	張進忠 0932-902-525 林溪川 許建廷 張錦秀	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
鄧球嶺，有三級古蹟「鄧球嶺古砲台」俯瞰基隆港城，駕歌石山又名釣蝦港山，為基隆地區熱門路線，視野開闊景觀佳。										
2月 1日 (日)	旗山坑古道	559 H 10 KM	北迴 板橋上車07:20 台北上車07:30	雙溪站08:50下車轉781觀光客運	長源柑林國小	自由 參加	\$0	謝玉榮 0933-205-937 洪德輝 張秋蓮 錢秀鳳 余桂鳳	乙	新北市體育總會 健行登山委員會
旗山坑古道，又名柑腳亭平古道、柑寮古道或李平古道，在公路還未開闢前，是新北市雙溪區柑腳亭李平居民採買物資、採探礦、嫁娶迎親的往來道路，也是淡蘭古道中路重要的一段。										
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，本會輔導為義務性服務，活動期間請大家守好輔導帶領，勿逾快以免發生意外。路線分級介紹：甲：輕鬆路線。乙：健關路線。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										
2月 8日 (日)	烏來 內洞森林遊樂區	800M 8KM	新店客運 849公車	8點整 台北車站 青島東路	烏來總站	自由 參加	\$0	黃俊財 0922-945-757 陳進忠 林溪川 朱文彥 陳文森	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
位於新北市烏來內洞國家森林遊樂區海拔約230~800公尺，氣溫涼爽宜人，水資源豐沛，因此孕育出豐富的生態系，是北台灣低海拔生態環境的代表，烏來內洞國家森林遊樂區，此處絕佳的景色，讓在地人暱稱他為「綠谷」，內洞森林遊樂區最著名的內洞瀑布（信賢瀑布），負離子含量是全台之冠，非常推薦在內洞森林步道一邊觀瀑、一邊享受充滿芬多精的森林浴！										
2月 15-21日	春節假期，馬年祝大家國家歡喜團圓、健康如意、馬年行大運！ 新北市體育總會健行登山委員會 主任委員 張進忠、總幹事 林溪川 祝福您									
2月 22日 (日)	飛龍步道 樟樹步道 欣賞魯冰花	306M 8KM	公車 聯營公車 236 237 282 611 綠1小10 綠15	8點整 台北車站 青島東路	烏來總站	自由 參加	\$0	黃俊財 0922-945-757 陳進忠 林溪川 朱文彥 陳文森	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
農曆春節來臨，臺北市政府安排一系列賞花行程，一起前往龍岩山樟樹步道賞魯冰花吧！樟樹步道花海、魯冰花，連年期間陸續綻放嬌豔的金黃色光采，成為春節期間的熱門郊遊及打卡地點。我們從大走後山步道、飛龍步道、樟樹步道，也邀請您走龍岩山，細細品味龍岩山土地四季更迭的美麗，及龍岩特有的茶香與美食。										
3月 1日 (日)	新春團拜 園遊會 暨幹部會議	180M 5K	捷運 中和線	上午8點整 捷運南勢角站1號出口	捷運 南勢角站	自由 參加	費用 另通知	張進忠 0932-902-525 林溪川 許建廷 羅水成	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
園遊會所在的山區，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「中和和的後山」，一簇步道兼具了自然、人文、地質、生活等特色，無怪乎能成為中和及地區最便捷、且最具盛名的一條登山步道。										
3月 8日 (日)	溪山古圳 客官農場 聚餐歡唱	359 H 6 KM	捷運 淡水線	上午8點整 劍潭捷運站1號出口轉搭乘小18或小19	沙崙站	自由 參加	\$0	黃俊財 0922-945-757 陳進忠 林溪川 朱文彥 陳文森	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
溪山百年古圳步道位於士林溪山里的「溝」裡，擁有古圳、老樹、柳田、瀑布、土地公廟等人文及自然風光。從沙崙站起步，先走平菁步一小段，然後走訪溪山百年古圳，步道終點處的旁側另有一條往上的小徑，是條溪徑連至平菁步140號，適逢婦女節，可以前往客官農場聚餐費用均攤，免費歡唱。										
3月 15日 (日)	中高齡健行 南澳朝陽步道	182 H 2.2KM	專車	上午7點30分 大佛寺(捷運新埔站5號出口)	捷運 新埔站	報名 參加	費用 另通知	張進忠 0932-902-525 林溪川	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
朝陽步道位於南澳龜山山丘上，為O型的親近步道，並可欣賞山海景觀。沿路有觀景台，俯瞰南澳漁港、太平洋、龜山觀音山，也有大樹茶鉢林和百年老梅樹等，迎著海風、加上經過南澳車站的火車聲，讓朝陽步道具備高山度假人煙罕至，在下午時分甚至有機會觀聽到來自漁港捕魚漁聲。										
3月 22日 (日)	平溪孝子山 慈母峰、慈恩嶺 平溪老街	450 H 8 KM	台鐵北海岸線 台鐵基隆站4148次車 (07:22分) 4152次車 (07:38分) 到瑞芳站 轉 4714次車	上午8點整 到瑞芳站	台鐵 平溪站	自由 參加	\$0	羅水成 0932-015-619 吳玉秀 黃利雅 劉瑜萍	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
孝子山是台灣新北市平溪區最具代表性的地標之一，因山形似龍騎獨立，宛如中國黃山的峻秀奇峰，故有「台灣小黃山」的美譽。它離海抜僅有360公尺，但以其近乎垂直的掛崖和緊要拉緊繩索的垂直路線而聞名，是北部熱門的攀岩登山景點。新瑞芳 270公尺、孝子山 360公尺、慈母峰 410公尺、慈恩嶺 385公尺。										
3月 29日 (日)	太極嶺 五城山 土城步道 三般半	430H 8K	聯營公車	上午8點30分 245、656、657、275	四海站	自由 參加	\$0	何銘堂 0932-307-048 黃春輝 劉瑜萍 張錦秀	甲	新北市體育總會 健行登山委員會
太極嶺步道位於土城的「冷水坑休閒公園」內，這裡鄰近土城市區，不但有環境幽靜的「山中湖」，太極嶺附近盛產桐花，太極嶺步道近年也成為「土城五月桐花節」的賞桐勝地之一。五城山海拔419公尺，無基點，又稱鐵線峯，山名則與南澳山腳下新店安坑一帶的五城地名有關，它是天上山與文筆山之間的中站點，因山頂有兩座名為「英雄雄溪」的休息亭。										