

中華民國山岳協會所屬隊會 7~8 月份登山活動預定表

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮 導 員
7.1 (日)	陽峰古道	各聯營公車站 捷運站7:00	北投轉230	頂北投站	9:00	10	A	虎子 登山隊
7.1 (日)	二格山~銀河洞	各聯營公車站 捷運站7:00	新店轉綠12 坪林線	柘寮站	9:00	10	A	群英 登山隊
7.1 (日)	北新莊、大屯溪、 竿尾崙、 小觀音山群峰	各聯營公車站 捷運站7:00	捷運淡水07:20 07:40轉875	北新莊站	8:30	11	B	台北市 龍山登山 協會
7.1 (日)	帕米爾公園、白石 湖山、大崙頭山	各聯營公車站 捷運站 7:00	劍潭捷運站 轉小18	聖人橋站	8:00	10	A	永和登山 委員會
7.3 (二)	翠峰瀑布 天母古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.4 (三)	陽明山健行	各聯營公車站 捷運站 7:00	劍潭捷運站 轉260 紅5	陽明山總站	8:30	10	A	木蘭 登山隊
7.5 (四)	國旗嶺圓通寺玉 皇宮清水大尖二 尖山	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運中和新蘆 線或聯營270 241 275 796	捷運南勢角 站一號出口	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.6 (五)	銀行洞越嶺 登山步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：647 650 綠5 綠12	中生橋站	8:30	10	A	良友 登山隊
7.7 (六)	三峽雲森瀑布、 組合山、滿月圓 森林遊樂區	各聯營公車站 捷運站 7:00	永寧捷運站聯 營916終點站轉 807(8:30)	聯營916 終點站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.7 (六)	石牌軍艦岩	各聯營公車站 捷運站 7:30	捷運北投線	石牌站	8:30	8	A	林園 登山隊
7.8 (日)	龍潭山、瑞芳山、 深澳山	台北火車站 7:00	火車宜蘭線	瑞芳站	8:00	12	A	永和登山 委員會

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮導員
7.8 (日)	芝山巖步道	各聯營公車站 捷運站 7:30	聯營：220 310 士林捷運站步行	士林官邸站	8:30	8-10	A	太平山 登山隊
7.8 (日)	南豹子廚山 北豹子廚山連走	各聯營公車站 捷運站 7:00	新店捷運站 923坪林線	坪林站 茶葉博物館	8:00	8	A	山羊 登山隊
7.8 (日)	忠義山連走 小坪頂山	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運淡水線	忠義站	8:30	10	A	長青 登山隊
7.8 (日)	大香山羅氏園區 縱走樟山寺	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運新店線	七張站 1號出口	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.10 (二)	嚮導活動會議	19:00假本會開會 歡迎各隊派員參加						嚮導組
7.10 (二)	紗帽山古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.11 (三)	樹梅坑登山步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運淡水線	竹圍站 1號出口	8:30	10	A	木蘭 登山隊
7.12 (四)	白石湖山 大丘田山	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：222 247 267 521 552	金龍寺站 廣場	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.13 (五)	二子坪連走清天 宮	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：260 紅5 陽明山轉108	二子坪 停車場	9:00	10	A	良友 登山隊
7.14 (六)	二格山 南邦寮山	各聯營公車站 捷運站 7:00	新店捷運站 轉搭綠12	柘寮站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮導員
7.14 (六)	福隆龍門吊橋健行	台北火車站 7:00	火車宜蘭線	福隆站	8:30	15	A	永和登山 委員會
7.15 (日)	絹絲瀑布 擎天崗	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：230 260 紅5	陽明山公車 總站前涼亭	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.15 (日)	坪頂古圳親山步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	劍潭捷運站 轉小19	平等里 派出所站	8:30	10	A	太平山 登山隊
7.15 (日)	大粗坑古道 燦光寮山	台北火車站 7:00	火車宜蘭線 區間車	猴硐站	8:40	12	A	群英 登山隊
7.17 (二)	第二展望亭 北投泡腳	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.18 (三)	樟山寺	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：236 282 295 530	政大站	8:30	10	A	木蘭 登山隊
7.19 (四)	拔子埔山 玉稠湖山	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：260 303 681 紅5 小15 16	岩山里站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.20 (五)	三貂嶺瀑布群	台北火車站 7:00	火車宜蘭線 區間車	三貂嶺站	9:00	10	A	良友 登山隊
7.21 (六)	小格頭獅頭山 鱷魚島 千島湖	各聯營公車站 捷運站7:00	新店捷運站 轉搭綠12	小格頭站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.22 (日)	清水大尖山 中和圓通寺	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：231 245 275 656 657	清化里站	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮導員
7.22 (日)	二子坪下竹子湖	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：260 紅5 陽明山轉108	二子坪站	8:30	8-10	A	太平山 登山隊
7.22 (日)	紅淡山 月眉山 四腳亭砲台	台北火車站 7:00	火車基隆線	三坑路	8:30	10	A	高峯 登山隊
7.22 (日)	北宜公路舊道 碧湖 石碑段 四堵崙 湖底嶺	新店捷運站 7:00	923坪林線 8:00坪林茶博 館	搭載到 北宜53K 山 林關帝廟	8:30	15	A	崇稜、 藍天 登山隊
7.22 (日)	獅公髻尾山	各聯營公車站 捷運站 7:00	新店轉923 坪林線	坪林茶博館	8:30	12	A	永和登山 委員會
7.24 (二)	川湯溫泉 行義路	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.25 (三)	大暖尖	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運板南線	永寧站 2號出口	8:30	10	A	木蘭 登山隊
7.26 (四)	軍艦岩、丹鳳山 照明寺	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運信義 淡水線	唎哩岸站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.27 (五)	烏心石林步道	中華路國軍文藝活動中心 7:30 專車報名：朱雪玉0936522021 27087688						良友 登山隊
7.28 (六)	坪林金瓜寮溪 北勢溪	各聯營公車站 捷運站7:00	新店捷運站轉 聯營923 (7:00 7:30)	坪林國中站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.28 (六)	石門青山瀑布	萬板路口 6:30	專車報名：林家福 0933132112			10	A	林園 登山隊

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮導員
7.28 (六)	大暖尖縱走天上山	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運板南線	頂埔站	9:00	10	A	野虎 登山隊
7.29 (四)	腰走七星山步道 順取黃埔崙	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：230 260 紅5	陽明山公車 總站前涼亭	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
7.29 (四)	碧溪步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	劍潭捷運站 轉小18	碧溪橋站	8:30	8-10	A	太平山 登山隊
7.31 (二)	天玉宮 文化大學	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.1 (三)	劍潭山親山步道 圓山水神社	各聯營公車站 捷運站 7:30	捷運淡水線	劍潭站2號 出口	8:30	10	A	木蘭 登山隊
8.2 (四)	百拉卡步道、頂湖 水尾、竹子湖	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：230 260 紅5	陽明山 公車總站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.3 (五)	忠義山	各聯營公車站 捷運站 7:30	捷運淡水線	關渡站 2號出口	8:30	10	A	良友 登山隊
8.4 (六)	青桐古道 百年古厝 石底煤礦	各聯營公車站 捷運站 7:00	木柵捷運站 轉搭聯營795	二坑口	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.4 (六)	滿月圓 雲森瀑布	專車報名：林明朝 0911826540		熊空站	9:00	16	A	野虎 登山隊
8.5 (日)	崙子山 甘露寺	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：245 27 5	德霖技院站	8:00	10	A	長青 登山隊
8.5 (日)	龜媽坑古道東線- 雪山尾稜-出大里	台北火車站 7:00	自強號 台北7:26 松山7:35	福隆火車站	9:00	10	B	台北市 龍山登山 協會

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮導員
8.7 (二)	水管路 天母古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 22 4 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.8 (三)	中正山產業道路 健行	各聯營公車站 捷運站 7:00	北投轉小 9 石碑轉小 8	湖田區 活動中心	8:40	10	A	木蘭 登山隊
8.9 (四)	絹絲瀑布 擎天崗	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運劍潭站 轉小15 7:20 8:00	絹絲瀑布站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.10 (五)	富陽公園 中埔山 軍功山	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運文湖線 聯營：15 18 72 211	麟光站	8:30	10	A	良友 登山隊
8.11 (六)	石碇 筆架連峰縱走	各聯營公車站 捷運站 7:00	景美或木柵 捷運站 轉聯營 666	石碇站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.12 (日)	忠勇山 大崙尾山	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：222 247 267 521 551 552 藍 27	金龍寺站	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.12 (日)	娘子坑山 鳶山連峰	各聯營公車站 捷運站 7:00	永寧站轉 9103 大溪線	妙法寺站	8:30	12	A	群英 登山隊
8.12 (日)	白鷺鷥山	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運文湖線	大湖公園站 2號出口	8:30	8-10	A	太平山 登山隊
8.12 (日)	白雞行修宮	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運新埔站	白雞站	9:00	8	A	林園 登山隊
8.12 (日)	草嶺古道	台北火車站 7:00	火車宜蘭線	大里站	8:30	12	A	永和登山 委員會
8.14 (二)	無尾巷 天母古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮導員
8.15 (三)	風露嘴 烏塗窟健行	各聯營公車站 捷運站 7:00	新店轉線 12 坪林線	風露嘴站	9:00	10	A	木蘭 登山隊
8.16 (四)	狗殷勤步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運劍潭站下 換乘小 18	碧溪橋站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.17 (五)	獅球嶺砲台 東砲台 北砲台	台北火車站 7:00	火車基隆線	三坑站	8:30	10	A	良友 登山隊
8.18 (六)	瑪礁古道 竹篙山 內寮古道 O 型	各聯營公車站 捷運站 7:00	劍潭捷運站 轉聯營小 19 303	平等里涼亭	8:30	6-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.19 (日)	中元普渡 (劍潭福正宮)	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：218 220 224 260 277 285 310	劍潭站 (土地公祠)	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.19 (日)	崩山大崙 石碇大崙 磨石坑山	各聯營公車站 捷運站 7:00	景美國中轉 聯營 666	皇帝殿 小粗坑站	8:30	16	A	山羊 登山隊
8.19 (日)	狗殷勤步道健行	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：260 紅 5	福音站	8:30	8	A	高峰 登山隊
8.19 (日)	大石壁坑山 五酒桶山	台北火車站 7:00	火車宜蘭線	貢寮站	8:30	12	A	永和登山 委員會
8.21 (二)	翠峰瀑布 天母古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.22 (三)	金色水岸	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運淡水線	竹圍站 2號出口	8:30	10	A	木蘭 登山隊

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮導員
8.23 (四)	劍潭山	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：218 230 260 277 285 310 606	劍潭站 (土地公祠)	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.24 (五)	牛灶坑山 石灰坑山	台北火車站 7:00	火車南下電車	鶯歌站	8:30	10	A	良友 登山隊
8.25 (六)	土庫岳 更寮古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：660 666 795 912 949	土庫站	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.26 (日)	丁蘭谷 破子寮山O型	自行開車	雙溪高中 8:30	林東河 0970134568		10	A	永和登山 委員會
8.26 (日)	擎天崗 瑪礁古道 內雙溪古道O行	各聯營公車站 捷運站 7:00	劍潭捷運站轉 小 15 或陽明山 公車總站轉 108	擎天崗站	8:30	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.26 (日)	雞南山生態步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運文湖線	劍南路站 2號出口	8:30	8-10	A	太平山 登山隊
8.26 (日)	紅河谷 九寮溪步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	新店轉 849 烏來線	成功站	9:00	10	A	虎子 登子隊
8.26 (日)	北投橫嶺古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運淡水線	劍潭轉紅5 陽明山站	9:00	10	A	林園 登山隊
8.26 (日)	二格山系大縱走 (環台北天際線/ 筆架連峰→ 新店小獅山)	各聯營公車站 捷運站 7:00	景美捷運站轉 666 石碇線	石碇站	8:30	20	A/ B	山羊 登山隊
8.26 (日)	紙寮坑古道O形	各聯營公車站 捷運站 7:00	木柵轉 795 平溪線	大溪墘站	8:40	12	A	群英 登山隊

日期	目的地	乘車地點 時間	交通工具路線	下車集合 地點	出發 時間	里 程	附 註	嚮 導 員
8.26 (日)	橫山連走 三方向山 子嶺 竿蓁坑古道	台北火車站 6:20	宜蘭線自強號 8:00 雙溪搭 計程車	虎豹溪 停車場	8:30	15	A	崇稜 藍天 登山隊
8.28 (二)	紗帽山古道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：220 224 267 601 685	天母終點站 右側大榕樹 /下雨頂好	9:00	8	A	台北市 龍山登山 協會
8.29 (三)	中元普渡 水車寮步道	各聯營公車站 捷運站 7:00	聯營：260 紅 5 陽明山轉 108	竹子湖 派山所站	9:00	8	A	木蘭 登山隊
8.30 (四)	基隆山 九份老街	各聯營公車站 捷運站 7:00	捷運忠孝復興 站轉基隆客運 1062	九份老街站	9:00	8-10	A	台北市 龍山登山 協會
8.31 (五)	中元普渡 天溪園生態中心 風櫃口	捷運劍潭站轉小18 (8:10) 聖人橋站下車 只聚餐者請搭市民小1 (10:10) 全成土雞城 (至善路3段336巷76號) 下車			8:40	10	A	良友 登山隊

中華民國山岳協會所屬隊會登山途徑說明

日期／地點	途 徑 說 明
7.1 陽峰古道	陽峰古道分南北兩段，結合竹子湖、玉瀧谷青春嶺、後山公園、頂北投，國家公園內步道指標設施完備，輕鬆健行賞景路線。
7.1 二格山→銀河洞	二格山海拔 678 公尺又名石尖山，立有三等三角點 NO.701，位於山頂通信設施圍牆內，二格山區步道有荒野保護協會認養，徑明易行，生態豐富。由桫寮起程，上登二格山再循稜連走出銀河洞到大崎腳搭車。
7.1 北新莊、大屯溪、 竿尾崙、小觀音山群峰	小觀音山主峰海拔 1070 公尺立有台北市三角點 NO.48，稜上箭竹步道由熱心岳友吉祥先生花了近一年時間一個人帶一隻狗用一把剪刀，整理出五星級自然步道，值得鼓勵感恩哦！由大屯溪古道上登，沿途跨越小溪谷 8~9 次，夏日清涼好路線，登頂小觀音山出戰備道到大屯山鞍部搭車。
7.1 帕米爾公園、白石湖山 大崙頭山	聖人橋→帕米爾公園→白石山→大崙頭山→中央社區。
7.3 天母近郊健行登山— 翠峰瀑布、天母古道	配合台北市政府推廣親山步道活動，為服務更多非假日有閒之岳友，龍山登山協會推出的週二登山活動。以天母附近步道為主，輕鬆路線，登高賞景，暢談南北天地，閒遊一日，歡迎有興趣岳友踴躍參加。
7.4 陽明山健行	陽明山國家公園內人車分道指標及步道系統完善，是大台北市避暑森林浴健行好地方。
7.5 國旗嶺、圓通寺、 玉皇宮、清山大尖、 二尖山	國旗嶺就是牛埔連峰，外南勢角山海拔 172 公尺，立有土地調查局圓根點，圓通寺為中和地區古老名剎之一，環境清幽，清水大尖海拔 274 公尺，立有土地調查局圓根點。二尖山海拔 231 公尺，尾稜內冷水坑山海拔 90 公尺，立有建設廳礦補基點 NO.2008，山區為附近居民早起運動健身場所，徑明易行，輕鬆健行路線。
7.6 銀河洞越嶺登山步道	銀河社區位於北宜公路起點近郊，以樟湖步道與木柵貓空為界。山徑沿湄子寮溪蜿蜒而上至貓空地區。沿途有銀河洞景觀餐廳、德高嶺。地質景觀豐富，保有多樣生態自然及歷史人文特色。

日期／地點	途 徑 說 明
7.7 三峽雲森瀑布、 組合山、 滿月圓森林遊樂區	雲森瀑布是夏季納涼泡茶好路線，連走組合山再下滿月圓森林遊樂區森林浴健行登山夏日避暑優質路線。
7.7 石牌軍艦岩	軍艦岩又名豬哥石海拔 188 公尺，照明寺即昔日之情人廟，位於丹鳳山腰，丹鳳山海拔 117 公尺，立有台北市三角點 NO.13，二山介於石牌、北投區界，山頂巨石有（丹鳳）二字大型刻字，輕鬆健行路線。
7.8 龍潭山、瑞芳山、 深澳山	由瑞芳公園起登，連稜依序縱走龍潭山、秀崎山、瑞芳山、深澳山返回下瑞芳站沿稜景色宜人。
7.8 芝山巖步道	芝山巖文化史蹟公園，人文歷史生態，保存完善是台北最後一個聖地，想認識大自然來此一趟受益良多。
7.8 南豹子廚山、 北豹子廚山連走	坪林區闊瀨國小往雙溪方向 2K，右轉產業道路 1.6K，由豹子廚九號農家邊小徑從屋後上登南豹子廚山 H600M，續登北豹子廚山 H627M，出坪雙公路回原點。共乘安排，隊員請於 7/1 日前向褚隊長 0930-165-073 報名，非隊員請自行前往下車集合地點會合。
7.8 忠義山連走小坪頂山	忠義山海拔 233 公尺立有三等三角點 NO.1102，及位階梯步道上方的北市三角點，NO.12。小坪頂山海拔 386 公尺立有土地調查局圖根點及台北市都計處四等三角點。由忠義站起程經行天宮上登再依次連走，回程可到清天宮或下貴子坑秀山路搭車皆可，輕鬆健行路線。
7.8 大香山羅氏園區 縱走樟山寺	詳情請與龍山登山協會聯絡。 電話請參考 78 頁。
7.10 嚮導活動會議	每逢單月第二星期的星期二晚上召開，歡迎各隊派員參加。也敬請各組幹部及先進岳友蒞臨指導。
7.10 天母近郊健行登山— 紗帽山古道	（說明同 7.3）。
7.11 樹梅坑登山步道	由竹圍站起程經由民生路健行到樹梅坑妙覺寺，再連走忠義山步道出忠義行天宮，輕鬆健行賞景路線。

日期／地點	途 徑 說 明
7.12 白石湖山、大丘田山	白石湖山海拔 458 公尺立有土地調查局圖根點，大丘田山海拔 356 公尺立有土地調查局圖根點。由金龍寺起程上登白石湖山再連走大丘田山下興善宮搭車，輕鬆健行路線。
7.13 二子坪連走清天宮	二子坪是陽明山國家公園最熱門的散步健行勝地，走賞蝶步道再走大屯山步道登頂看風景。國家公園內步道設施指標完善，徑明易行，輕鬆健行路線。
7.14 二格山、南邦寮山	二格山海拔 678 公尺立有三等三角點 NO.701，南邦寮山海拔 592 公尺立有台北市都計處四等三角點 NO.102，由棧寮站起程上登二格山再連走南邦寮山，回程可下草湳大樹或出政大搭車皆可。
7.14 福隆龍門吊橋健行	福隆車站→龍門吊橋→鹽寮公園→澳底漁港，景色優美。
7.15 絹絲瀑布、擎天崗	絹絲瀑布位於魚路古道中途，小巧美麗，可順訪半路上的專賣局基點及小水準點。竹篙山又名水井尾山海拔 830 公尺，原立有土地調查局圖根點位於碉堡旁，現已不知去向？山區步道直驅山頂，順訪擎天崗大草原，輕鬆健行賞景路線。
7.15 坪頂古圳親山步道	古圳共有三條水圳即坪頂古圳、坪頂新圳及登峰圳。坪頂古圳為昔日灌溉及水利，嘉惠於內外雙溪及士林地區，如今仍保留水圳作用。循水源上登擎天崗為昔日出入放牛耕種小徑，加上林蔭茂密涼爽溪水清澈，是健行賞景好路線。
7.15 大粗坑古道、 燦光寮山	燦光寮山海拔 739 公尺立有一等三角點，山頂展望 佳！由侯硐經大粗坑古道到樹梅坪再經草山戰備道登燦光寮山，回程經神社步道出金瓜石搭車，看山又看海的好路線。
7.17 天母新郊健行登山～ 第二展望亭、北投泡腳	(說明同 7.3)。
7.18 樟山寺	樟山寺為木柵貓空地區名剎之一，樟湖步道為近年來大地工程處大力推廣的親山步道之一，步道指標設施完善，徑明易行，結合貓空纜車，壺穴景觀區，為地方帶來遊客人潮，輕鬆健行路線。

日期／地點	途 徑 說 明
7.19 拔子埔山、玉稠湖山	拔子埔山海拔 156 公尺，立有三等三角點 NO.1001，位於私人花園內。玉稠湖山海拔 184 公尺，立有台北市三角點 NO.34，輕鬆健行路線。
7.20 三貂嶺瀑布群	三貂嶺瀑布步道是過去瑞芳、侯硐、三貂嶺、平溪、菁桐等地居民的出入要道，沿途會經過枇杷洞、摩天、合谷和新寮等瀑布，可連走烏塗窟山、獅子嘴奇岩、中坑、幼坑古道或十分瀑布；鄰近三貂嶺和大華兩處火車站，走完步道還能順遊菁桐、平溪、侯硐或瑞芳等風景區，可說是一條兼具登山、賞瀑、觀壺穴、遊礦城、古道尋幽和鐵道懷舊的精華路線。
7.21 小格頭獅頭山、 鱷魚島、千島湖	近年來北宜公路石碇永安里最熱門的水庫風光景觀，每逢假日遊客人來人往好熱鬧！翡翠水庫的層峰山水加上大土剎、神龜島和層次相映的美美茶園，輕鬆半日遊，保證值回票價！
7.22 清水大尖、中和圓通寺	國旗嶺就是牛埔連線，外南勢角山海拔 172 公尺，立有土地調查圖根點。圓通寺為中和地區古老名剎之一，環境清幽。清水大尖海拔 274 公尺，立有土地調查局圖根點。二尖山海拔 231 公尺，尾稜內冷水坑山海拔 90 公尺，立有建設廳礦補基點 NO.2008，山區為附近居民早起運動健身場所，徑明易行，輕鬆健行路線。
7.22 二子坪下竹子湖	二子坪是陽明山國家公園內夏日納涼的好地方，輕鬆健行大屯自然公園及蝴蝶步道，再走下竹子湖看花悠閒半日遊。
7.22 紅淡山、月眉山、 四腳亭砲台	紅淡山海拔 210 公尺，立有三等三角點 NO.1024，基隆地區名山之一，山區為附近居民早起運動場所，徑明易行，山頂展望絕佳，基隆港全景盡入眼中！連走月眉山及四腳亭砲台，回程可下四腳亭搭車。
7.22 北宜公路舊道、 碧湖、山林、石牌段、 四堵崙、湖底嶺	北宜公路舊道為淡蘭古道百年山徑中南線的一段，也稱北宜古道，擬便道，此古道隱藏在四堵山稜線下方，少有山友造訪，早期看到都當做是造林路或保線路而未加以探訪，直至年初新北觀旅局及千里步道的探勘人員比對台灣堡圖花了四、五個工作天才約略串連，如今重新花三天除草修徑，古道風貌重現，令人喜悅，更加碼湖底嶺，新路線新走法，歡迎大家來分享。
7.22 獅公髻尾山	由茶博館起登，經南山寺往平溪東勢格的環山道路及紫東產業道路而去，進入獅公髻尾步道而登頂。

日期／地點	途 徑 說 明
7.24 天母近郊健行登山－ 川湯溫泉、行義路	(說明同 7.3)。
7.25 大暖尖	大暖尖又名媽祖山，海拔 288 公尺立有三等三角點 NO.1081，由永寧站起程經由承天禪寺、朝山步道上登，回程可經由普安堂出龍泉路到媽祖田搭車。
7.26 軍艦岩、丹鳳山、 照明寺	(說明同 7.7)。
7.27 烏心石林步道	烏心石林步道，位於宜蘭冬山中山村，隣近香格里拉休閒農場，步道可連接到梅花湖和三清宮步道，輕鬆健行賞景路線。
7.28 坪林金瓜寮溪、 北勢溪	坪林區公所大力推廣低碳旅遊，金瓜寮溪的溪畔步道、自行車道加上風景優美！茶香滿溢！令人流連忘返，對值得您造訪的桃花源！坪林～金瓜寮～九芎根有免費社區巴士，可順訪九芎根親水公園。
7.28 石門青山瀑布	青山瀑布又稱尖山湖瀑布，是石門老梅地區熱門景觀，可參訪新北市最大區的百年水梯田風光、富貴角燈塔與老梅石槽海邊可連成一氣呵成，輕鬆健行路線。
7.28 大暖尖連走天上山	大暖尖又稱媽祖山，海拔 288 公尺三等三角點 NO.1081，經火燄山，二山皆為天上山支稜延伸，順稜線到善息寺再往天上山，回程下承天禪寺出永寧捷運站解散。
7.29 腰走七星山步道、 順取黃埔崙	陽明山國家公園內人車分道，步道指標設施完善，由公車總站環七星山山腰步道到小油坑、冷水坑再訪黃埔崙，可出山仔后或經新園街再回陽明山公車總站。
7.29 碧溪步道	由碧溪橋起程經碧溪橋步道接大崙尾步道再訪白石吊橋及碧山巖。位於忠勇山腰的碧山巖為內湖名剎古蹟，白石湖吊橋為內湖近年新景點之一，結合白石湖社區營造，健行賞景最好路線。

日期／地點	途徑說明
7.31 天母近郊健行登山－ 天玉宮、文化大學	(說明同 7.3)。
8.1 劍潭山、親山步道、 圓山水神社	劍潭山海拔 153 公尺，原資料立有二等三角點 NO.1064 及三等三角點 NO.657，因日治時代府點改埋共用，現只有二等三角點，由劍潭站起程先訪自來水公司的圓山水神社再由後山上登劍潭山，輕鬆健行賞景路線。
8.2 巴拉卡步道、頂湖、 水尾、竹子湖	陽明山國家公園內人車分道指標完善，由陽明山公車總站經由人車分道步道系統連走經七星山下由巴拉卡公路接頂湖水尾到竹子湖，健行賞花路線。
8.3 忠義山	(說明同 7.8)。
8.4 菁桐古道、百年古厝、 石底煤礦	菁桐古道為昔日汐止(水返腳)～平溪(石底)的越嶺古道之一，由二坑口起程造訪古道和百年石厝，順訪石底煤礦大斜坑、菁桐老街，輕鬆健行路線。
8.4 滿月圓、雲森瀑布	雲森瀑布在三峽滿月圓與熊空山林間，此行程由熊空站出發循山徑至雲森瀑布後陡上組合山卡保鞍部，午餐休息後直行前往滿月圓瀑布，順遊滿月圓森林遊樂區，用餐後專車返北。
8.5 崙子山、甘露寺	崙子山海拔 143 公尺立有建設廳礦補基石 NO.2011 位於德霖技術學院校區後山，可連走出甘露寺。附近山區為民眾晨運的輕鬆健行路線。
8.5 龜媽坑古道東線、 雪山尾稜出大里	龜媽坑位於福隆車站後方龜壽谷坑內，古道為昔日居民出入越嶺保甲路，可分東、西線與中心崙、遠望坑相串連，可順訪中心崙新出土礦務課基石，沿途自然鄉野風光，大湖山頂可遠眺海岸風光及雪山尾稜山景，歡迎相招來參加。
8.7 天母近郊健行登山－ 水管路、天母古道	(說明同 7.3)。
8.8 中正山產業道路健行	中正山海拔 646 公尺又名彌勒山立有土地調查局圖根點及北市三角點 NO.10，山頂原有瞭望台已經由國家公園重新整修，展望絕佳，沿途徑明易行指標明確，輕鬆健行路線。

日期／地點	途 徑 說 明
8.9 絹絲瀑布、擎天崗	(說明同 7.15)。
8.10 富陽公園、中埔山、 軍功山	富陽森林公園位於福州山東麓，林木茂密，是市區難得的森林公園，福州山海拔 101 公尺，是昔日的風水地，經市府整修為登山休閒區。中埔山海拔 139 公尺，立有台北市三角點 NO.79，東峰 143 公尺立有未列名基石軍功山海拔 90 公尺立有台北地測 76 號基點，山區皆為附近居民運動場所，輕鬆健行散步路線。
8.11 石碇 筆架連峰縱走	筆架連峰是北部郊山著名岩場之一與五寮尖、黃帝殿並列齊名，近年經整修後步道已安全許多，由石碇起程上登再依次連走西帽子岩，炙子頭山、筆架山再走二格山，回程下草湳或貓空搭車。
8.12 忠勇山、大崙尾山	內湖金龍寺附近山區經市政府大力整建小溪頭森林計劃，結合大崙頭山大崙尾山之間的森林步道，成為市民休閒健行森林浴好去處，大崙尾山海拔 451 公尺，立有三等三角點 NO.1073；大崙頭山海拔 478 公尺，立有 NO.5 基點，山頂建有瞭望平台展望佳，山區皆為內湖名山步道，指標設施完善，徑明易行，輕鬆健行路線。
8.12 娘子坑山～鳶山連峰	由妙法寺起程上登娘子坑山再依次連走烏塗窟山～五十分山～福德坑山～鳶山大鐘公園下三峽老街，可順參拜祖師廟，此稜線也是大台北天際線之一段，展望佳！
8.12 白鷺鷥山	白鷺鷥山又名十四份埤山海拔 142 公尺立有土地調查局圖根點，位於大湖公園上方，市政府整修親山步道，指標設施完善，輕鬆健行賞景路線。
8.1 2 白雞行修宮	白雞行修宮為三峽地區名剎之一，寺廟宏偉環境清幽，有保甲路登山步道與祖眉（紫微）天后宮相串連，登山健行禮佛賞景輕鬆遊！。
8.12 草嶺古道	由大里啟程走產業道路至古道口循步道上登至頂下貢寮車站。
8.14 天母近郊健行登山— 無尾巷、天母古道	(說明同 7.3)。

日期／地點	途 徑 說 明
8.15 風露嘴～烏塗窟健行	由風露嘴健行北 47-1 出烏塗窟，中途有小粗坑巷亦可通往烏塗窟，半路亦可順登月扇湖山出新北第一寺也通往烏塗窟，亦可走四分子古道出烏塗窟，輕鬆健行路線。
8.16 狗殷勤步道	狗殷勤步道位於平等里水尾與圳仔頭之間，位於公館的水圳，由菁譽溪截水成圳，沿永公路而下，灌溉公館里及莊子頂的田園而下故宮外雙溪沿途圳路田園風光迷人，輕鬆健行路線。
8.17 獅球嶺砲台、東砲台、北砲台	獅球嶺位於高速公路隧道上方，展望佳，看山又看海，基隆港海景及高速公路車流，景色畫入眼中，山頂昔日建有砲台，輕鬆健行賞景路線。
8.18 瑪礁古道、竹篙山 內寮古道 0 型	竹篙山海拔 830 公尺原有圖根點位於碉堡旁，不知何時已遺失，山頂展望佳，由平等里起程走瑪礁古道登竹篙山，回程經內寮古道仍回平等里搭車。
8.19 中元普渡－ 劍潭福正宮	上午走劍潭山步道再到海霸王聚餐。詳洽龍山登山協會。
8.19 崩山大崙、石碇大崙、 磨石坑山	崩山大崙(568M 三等三角點 NO1007)，山頂樹林圍繞無展望，途經華梵大學及阿育王柱四面獅像，可順道參觀，石碇大崙又名南勢坑山(H731M 土地調查局圖根點)、磨石坑山(H525M 圖根點)，均因山頂樹林圍繞無展望。
8.19 狗殷勤步道健行	(說明同 8.16)。
8.19 大石壁坑山、五酒桶山	貢寮－大石壁山北峰－大石壁山－五酒桶山回貢寮。
8.21 天母近郊健行登山－ 翠峰瀑布、天母古道	(說明同 7.3)。
8.22 金色水岸	近幾年來在政府機關努力建設之下，新店溪、淡水河岸的綠地都整建得美侖美奐，令人耳目一新，真是單車騎遊及健行散步的好地方，輕鬆健行賞景路線。

日期／地點	途 徑 說 明
8.23 劍潭山	劍潭山海拔 153 公尺，原資料立有二等三角點 NO.1064 及三等三角點 NO.657，因日治時代府點改埋共用，現只有二等三角點。文間山海拔 184 公尺立有土地調查局圖根點。劍南山海拔 140 公尺有台北市三角點 NO.42，位於劍南路湧泉寺右側小山頭，由劍潭站起程上登，遊賞圓山特景——100 多處的羽球場，上登劍潭山再依次連走文間山，下劍南路順登劍南山至故宮搭車，輕鬆健行路線。
8.24 牛灶坑山、石灰坑山	鶯歌石為鶯歌區地標與三峽鳶山遙遙相對，山頂稜線昔日茅草茂密，近年經熱心人士與鶯歌公所修整步道，徑明易行，龜崙山又名牛灶坑山，海拔 243 公尺，立有土地調查區圖根點，以山腰碧龍宮龜公石而聞名，連走石灰坑山出山佳搭車。
8.25 土庫岳、更寮古道	土庫岳又名望高寮海拔 389 公尺，立有一等三角點及三等三角點 NO.1134，山頂近年來建有觀景涼亭並整建更寮古道，徑明易行，山豬窟尖海拔約 356 公尺，立有台北市都計處四等三角點 NO.109。位於汐止一板橋線 21 號鐵塔北角，由舊莊起程登頂土庫岳後經更寮古道下山，輕鬆健行路線。
8.26 丁蘭谷、破子寮山 0 型	雙溪高中→丁子蘭坑古道→破子寮山。
8.26 擎天崗、瑪礁古道、 內雙溪古道 0 型	內寮古道及瑪礁古道皆為昔日平等里居民出入擎天崗大草原牛埔的保甲越嶺路，山區步道經由熱心義工整理徑明易行，是陽明山區內難得的自然步道，輕鬆健行路線。
8.26 雞南山生態步道	雞南山步道位於文間山下自強隧道邊，為台北市政府整建水土保持，拆除違章建築後整治的登山步道，可與劍南蝶園相串連，輕鬆健行路線。
8.26 紅河谷、九寮溪步道	位於烏來成功站下的加九寮吊橋下方，溪谷岩石奇特又稱為紅河谷，沿溪畔加九寮人行步道直通烏來觀光大橋，此步道由昔日輕便車路所改建，平坦易行，是健行散步賞景的好路線。
8.26 北投橫嶺古道	橫嶺古道即昔日的紗帽山古道，由湖山路可越嶺出紗帽路，位於陽明山國家公園內，徑明易行輕鬆健行路線。

日期／地點	途 徑 說 明
8.26 二格山系大縱走 (環台北天際線／筆架連峰～新店小獅山)	從石碇國小出發，走筆架連峰步道，經西帽子岩、炙子頭山、筆架山、二格山、南邦寮山、四面頭山、鵝角格山、待老坑山、小獅山，最後到達碧潭旁捷運新店站。 ※請於指定時間至集合出發點石碇站，因路途遙遠需準時出發，逾時不候！！（A 組可於中途報備後下山，預定只走等架連峰。）
8.26 紙寮坑古道 0 型	紙寮坑古道為昔日淡蘭古道支線之一，由大溪墘越嶺經光明寺出水源頭到汐止，沿途有三座清朝百年土地公和開墾地界石碑，保留古道風味值得一遊！
8.26 橫山連走三方向山、 厝子嶺、竿蓁坑古道	年初花了二、三個月整修三分二山～三方向山稜線及三方向山北稜，甚至可串連接雪山尾稜到三貂角，如今分段帶大家重遊，由虎豹潭起登再依次連走，沿途參訪百年土地公及越嶺古道，自然山徑穿山越嶺，保證過癮，歡迎相招來參加！
8.28 天母近郊健行登山－ 紗帽山古道	(說明同 7.3)。
8.29 中元普渡－ 水車寮步道	竹子湖為陽明山區內賞花郊遊熱門景點，北市大地工程處整修步道，配合當地景點串連，今年又完成青楓步道，是休閒健行散步好路線。中午到名廚料理會館聚餐。
8.30 基隆山、九份老街	基隆山海拔 588 公尺，立有三等三角點 NO.1109，以山形似雞籠而命名，為濱海東北角金瓜石山區著名地標之一，側面山形又似貴婦橫臥，又稱大肚美人山，山頂展望 佳，山腰有二片大反射板，步道中途展望平台看山又看海！形成環狀步道串連，輕鬆健行路線。
8.31 天溪園生態中心、 風櫃口	天溪生態園位於內雙溪至善路三段 336 巷山區，現為陽明山國家公園管轄，園區內步道指標設施完善，花草樹木生態豐富，輕鬆健行知性之旅。