

中華民國山岳協會所屬隊會9~10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
9.1 (日)	南天宮 紅淡山 寶明寺	各聯營公車 捷運站7:00	台鐵基隆線 區間車1328次 台北7:45	三坑站	8:30	4-5	A	台北市 龍山登山 協會
9.1 (日)	絹絲瀑布	各聯營公車 捷運站7:00	7:30於劍潭捷運站轉乘公車 小15·於青山小鎮站下車			8-10	A	歡 樂 登山隊
9.1 (日)	金字碑古道	各聯營公車 捷運站7:00	花東線火車 台北火車站 07:34發車	牡 丹 火車站	9:00	10	A	野 虎 登山隊
9.1 (日)	坪頂古圳 親山步道	各聯營公車 捷運站7:00	8:00於捷運劍潭站1號出口集合 轉公車小18至坪頂古圳站下車			8	A	美 鹿 登山隊
9.1 (日)	粽串尖 連走 獅仔頭山	各聯營公車 捷運站7:00	新店總站搭乘 台北客運 779公車	安新站 保儀宮	8:30	12	A	山 羊 登山隊
9.1 (日)	翠 湖 (哈哈聯誼)	報名請洽：總幹事 江士榮 0932-151654 費用400元/人·8/20前截止。 交通工具：聯營 287、630 公車。 集合時間地點：8:15前於「南寮街忠三街口」 公車站。				6	A	飛 鷹 登山隊
9.1 (日)	土庫岳	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：212, 276, 306	南港舊莊 公車總站	8:00	11	A	永和登山 委員會
9.3 (二)	天玉宮 文化大學	各聯營公車 捷運站7:00	聯營:220, 224 267,601,685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
9.4 (三)	絹絲瀑布 擎天崗	各聯營公車 捷運站7:00	捷運劍潭站 轉 公車小15	絹絲瀑布 站	8:30	10	A	木 蘭 登山隊
9.5 (四)	~瑞芳三尖~ 龍潭山 秀崎山 瑞芳山	台鐵第四月台區間車 萬華7:26 台北7:34 松山7:41		瑞 芳 火車站	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
9.6 (五)	大尖山 二尖山 內冷水坑山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：231,245 275,656,657	清化里	8:30	8-1 0	A	良 友 登山隊
9.7 (六)	蘆 竹— 羊稠坑步道 五酒桶山	各聯營公車 捷運站7:00	捷運板橋站 2號出口 轉 952公車	南崁國小 站	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
9.7 (六)	大崙頭山 大崙尾山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：255, 棕13, 小18 小19	故宮站	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
9.7~8 (六-日)	阿里山二日遊	專車報名：隊長 游宗憲 0939-726-828 集合時間地點：6:45 於長安西路、承德路口集合上車						歡樂 登山隊
9.7 (六)	擎天崗 內寮古道	7:30 捷運新埔站集合，搭乘捷運到劍潭站， 再轉乘小15公車，於終點站擎天崗站下車			8-1 0	A	林園 登山隊	
9.7 (六)	淡水賞日落 再 夜遊淡水城鎮	16:00於淡水捷運站出口搭乘紅26公車， 16:30 於「淡水漁人碼頭站」集合，17:00整隊出發			5	A	飛鷹 登山隊	
9.8 (日)	貴子坑上清天宮	各聯營公車 捷運站7:00	聯營:216, 218 223, 266	秀山里站 或貴子坑 園區站	8:30	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
9.8 (日)	大崙尾山	各聯營公車 捷運站7:00	士林國中搭乘 255；或捷運大 直站搭乘棕13	中央社區 大崙尾 登山口	9:00	8-1 0	A	太平山 登山隊
9.8 (日)	狗殷勤步道	各聯營公車 捷運站7:00	8:00於捷運劍潭站1號出口集合 轉公車紅5至福音站下車		8	A	美鹿 登山隊	
9.8 (日)	丁火巧山 八斗山	06:50台北火車站東三門集合，轉07:00國光 客運1815，於萬里橋頭站下車，08:00出發			12	A	群英 登山隊	
9.8 (日)	柯子林 如意湖 新山夢湖	各聯營公車 捷運站7:00	8:00於捷運 昆陽站集合， 轉乘小3公車	老爺山莊 站	9:00	10	A	虎子 登山隊
9.8 (日)	鹿堀坪山 大尖山O型路線	各聯營公車 捷運站7:00	自備交通工具	大坪國小 站	8:30	15	A	山羊 登山隊
9.8 (日)	關渡親山步道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 淡水信義線	捷運 關渡站	8:30	8	A	高峰 登山隊
9.8 (日)	中華健行 (國民體育日)	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 淡水信義線	復興崗站 出口	8:00	8	A	飛鷹 登山隊
9.8 (日)	阿里磅瀑布	各聯營公車 捷運站7:00	自行開車	金山 朝天宮	8:30	12	A	永和登山 委員會
9.10 (二)	活動會議	晚上19:00影片欣賞及登山分享 19:30正式開會						嚮導組
9.10 (二)	半嶺步道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營:220, 224 267, 601 616, 680 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
9.11 (三)	陽明山健行	各聯營公車 捷運站7:00	捷運劍潭站 轉260、紅5	陽明山 總站	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	
			至陽明山總站						
9.12 (四)	陽明山 半嶺古圳 橫嶺古道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營:220, 224 267, 601, 616, 680, 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.13 (五)	貴子坑山 連走 清天宮	各聯營公車 捷運站7:00	聯營:218,223 承德幹線	貴子坑 水土保持 園區	8:30	8-1 0	A	良友 登山隊	
9. 13~15 (五-日)	佳陽山 大劍山 小劍山 (百岳行程)	報名請洽: 隊長 王高雄 0911-299690 出發時間與費用另定 詳情請上本隊網站查詢 <a href="http://tbmp.com.tw/">http://tbmp.com.tw/</a>						台北 百岳挺進 登山隊	
9.14 (六)	瑪礁古道 竹篙山 內寮古道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運劍潭站轉 公車小19, 303	平等里站	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.15 (日)	觀音山	各聯營公車 捷運站7:00	捷運蘆洲站 轉785, 橘20	凌雲寺	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.15 (日)	二子坪下清天宮	7:30於劍潭捷運站搭紅5公車於陽明山公車總 站轉108遊園公車·於終點站二子坪站下車				8-10	A	歡樂 登山隊	
9.15 (日)	三峽鳶尾山 福德坑山 彩虹岩壁 鳶山 光復紀念鐘	7:40前於頂埔捷運站4號出口轉乘705·706; 或於板橋車站(文化路)搭乘910公車·至 「三峽老街」站下車·8:20集合·8:30出發				10	A	飛鷹 登山隊	
9.15 (日)	麒麟山	7:30於捷運新店站搭乘台北 客運779公車於安坑站下車		建安路口	8:30	8	A	長青 登山隊	
9.17 (二)	水管路 天母古道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營:220, 224 267, 601, 616, 680, 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.18 (三)	茶香環狀步道 壺穴步道	捷運文湖線至動物園站轉乘 貓空纜車或公車小10、棕15		貓空 纜車站	8:30	10	A	木蘭 登山隊	
9.19 (四)	宜蘭月眉坑 林美石磐步道	於市府轉運站搭乘首都客運 6:50, 7:20 或於科技大樓站搭乘葛瑪蘭 6:50, 7:20 至礁溪轉運站·再轉乘公車到五峰旗 風景定區下車·於五峰旗停車場集合				9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
9.20 (五)	關渡親山步道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 淡水信義線	捷運 淡水站 2號出口	8:30	8-1 0	A	良友 登山隊	
9.21 (六)	燦光寮古道 牡丹山 金字碑	各聯營公車 捷運站7:00	台鐵區間車 4148次台北	牡丹 火車站	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山	

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 協會	
			7:34松山7:41					協會	
9.21 (六)	內雙溪古道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運劍潭站 轉 小15公車	冷水坑站	8:00	12	A	永和登山 委員會	
9.22 (日)	陽明山橫嶺、 陽峰古道O型	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：260 紅5	陽明山 公車總站	8:30	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.22 (日)	樟樹步道	捷運市政府站轉乘棕18於 動物園站轉乘公車棕15		貓空 纜車站	9:00	8	A	太平山 登山隊	
9.22 (日)	大格門古道	7:30景美捷運站轉(往烏塗窟線) 666公車 在烏塗窟站下車集合				8-10	A	歡樂 登山隊	
9.22 (日)	南勢角山連走 清水大尖山	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 中和新蘆線	南勢角 捷運站 4號出口	8:30	12	A	飛鷹 登山隊	
9.22 (日)	魚路古道北段	各聯營公車 捷運站7:00	8:00於捷運劍潭站1號出口集合 轉乘公車小15至擎天崗站下車			8	A	美鹿 登山隊	
9.22 (日)	濱海黃金 八五稜	各聯營公車 捷運站7:00	自行開車	南雅奇石 停車場	8:30	12	A	永和登山 委員會	
9.24 (二)	陽峰古道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：220, 224 267, 601, 616, 680, 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.25 (三)	仙跡岩	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 松山新店線	景美站 1號出口	8:30	8	A	木蘭 登山隊	
9.26 (四)	中和南山 烘爐地	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 中和新蘆線	捷運 南勢角站 1號出口	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.27 (五)	飛鳳山 (小百岳)	專車報名：朱雪玉 0936-522021、27087688 集合地點：中華路國軍文藝活動中心 7:30							良友 登山隊
9.28~ 29 (六-日)	白毛山 谷關七雄老六	報名請洽：隊長 王高雄 0911-299690 出發時間與費用另定 詳情請上本隊網站查詢 <a href="http://tbmp.com.tw/">http://tbmp.com.tw/</a>							台北 百岳挺進 登山隊
9.29 (日)	鶯歌石 牛灶坑山 碧龍宮O型	各聯營公車 捷運站7:00	火車南下 松山7:31台北 7:40萬華7:44	鶯歌火車 站(前站)	8:30	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會	
9.29 (日)	內溝溪生態步道	聯營：287(區),281,內湖幹線 (原287)；或於捷運大湖公園 站轉乘上列公車		南寮(忠三 街口)站	9:00	8-1 0	A	太平山 登山隊	
9.29	七股山 竹篙山	聯營：230,260,紅5,小15		冷水坑站	8:30	15	A	山 羊	

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
(日)	連走鵝尾山	陽明山公車總站轉108						登山隊
9.29 (日)	獅子頭山	共乘報名: 隊長 游宗憲 0939-726-828 集合時間地點: 7:30 於民權西路捷運站				8-10	A	歡樂 登山隊
9.29 (日)	三貂大崙 三貂嶺山 金字碑古道 後凹古道	各聯營公車 捷運站7:00	台北火車站 搭乘4148車次 7:35區間車	猴硐站	8:35	10	A	群英 登山隊
9.29 (日)	軍艦岩	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 淡水信義線	捷運 唎哩岸站	8:30	8	A	美鹿 登山隊
9.29 (日)	台北大縱走 陽明山西段	各聯營公車 捷運站7:00	北投捷運站 轉乘小6公車	清天宮	8:00	10 16	A B	飛鷹 登山隊
9.29 (日)	淡蘭古道百年山 系: 龜媽坑古道, 中心崙, 大湖山, 桶盤窟尖連走草 嶺古道陸軍路	6:15台北火車站搭乘宜蘭線火車, 於福隆火車站下車集合、整隊後 於8:00出發			8:00	15	A	藍天 登山隊
9.29 (日)	木柵越嶺101	各聯營公車 捷運站7:00	捷運文湖線	捷運 木柵站	8:30	12	A	永和登山 委員會
9.29~ 30 (日-一)	特富野 鹿林山	專車報名: 隊長 林家福 0933-132112 9/29 06:30於萬板路口集合上車 費用另定				10	A	林園 登山隊
10.1 (二)	橫嶺古道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營: 220, 224 267, 601, 616, 680, 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.2 (三)	大崙頭森林步道 樹屋(樹之亭)	達人女中(國立台灣戲曲學院)搭公車小 2·或捷運內湖站(走到內湖路→碧湖國 小)轉乘公車小2·於恆光禪寺站下車 (小2乘車時間 6:30 7:00 7:30 8:00)			8:30	10	A	木蘭 登山隊
10.3 (四)	石碇 烏塗窟O型	景美或木柵捷運站轉666公 車或捷運市府站3號出口轉 912公車至石碇高中站轉666		石碇站	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.4 (五)	圳後山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營: 236,253 536,606,611 或捷運文湖線	萬芳醫院 捷運站	8:30	8-1 0	A	良友 登山隊
10.5 (六)	更寮古道 土庫岳	各聯營公車 捷運站7:00	聯營: 212, 276,306,645	舊莊總站	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.6	全國登山日	(詳見活動簡章)						

日期 (日)	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
10.6 (日)	九蓮寺 大崙尾山 中央社區	各聯營公車 捷運站7:00	士林捷運站轉 往故宮 紅30 255,304 小18,小19	故宮站	8:30	8-9	A	台北市 龍山登山 協會
10.6 (日)	鼻頭角稜谷步道	各聯營公車 捷運站7:00	自行開車	鼻頭角站	8:30	12	A	永和登山 委員會
10.8 (二)	天母山步道 天母古道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營: 220, 224 267, 601, 616, 680, 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.9 (三)	三峽河濱步道	捷運板南線至頂埔站4號 出口轉乘公車705·706·812 至三峽站		三峽祖師 廟前廣場	9:00	10	A	木 蘭 登山隊
10.10 (四)	番仔溝 連走 田心仔綠地	各聯營公車 捷運站7:00	捷 運 淡水信義線	北投站	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.10 ~10.1 6 (四-三)	南湖大山 北一段 (百岳行程)	報名請洽：隊長 王高雄 0911-299690 出發時間與費用另定 詳情請上本隊網站查詢 <a href="http://tbmp.com.tw/">http://tbmp.com.tw/</a>						台 北 百岳挺進 登山隊
10.11 (五)	紗帽山 天母古道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：260 紅5	陽明山 公車總站	8:40	8-1 0	A	良 友 登山隊
10.12 (六)	南港山 九五峰 象山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：205,207 620,藍25	中華科技 大學	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.12 (六)	娘子坑山縱走 三峽鳶山	各聯營公車 捷運站7:00	東吳大學校區 站搭乘往大溪 9103桃園客運	妙法寺站	9:40	15	A	虎 子 登山隊
10.13 (日)	虎山森林步道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：257, 263 286,藍10 信義幹線	福德國小 站	8:30	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.13 (日)	大屯自然公園	捷運劍潭站轉搭公車紅5 於終點站轉乘108遊園公車		二子坪站	9:00	8-1 0	A	太平山 登山隊
10.13 (日)	貓空圓山尖	7:30於萬芳社區捷運轉小10公車 於貓空站下車集合				8-10	A	歡 樂 登山隊
10.13 (日)	薯榔尖 石筍尖	各聯營公車 捷運站7:00	7:00 於木柵 捷運站轉乘 795公車	一坑口站	8:20	10	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
10.13 (日)	象山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：299公車	永春高中 站	8:30	8-1 0	A	長青 登山隊
10.13 (日)	八勢古道 三空泉古道 貴子坑步道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運 淡水信義線	紅樹林 捷運站 1號出口	8:20	8	A	飛鷹 登山隊
10.15 (二)	翠峰瀑布 天母古道	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：220, 224 267, 601, 616 680, 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.16 (三)	十八拐圳	捷運石牌站小8 (7:20 8:00) 或捷運北投站 小9 (7:45) 小26 (7:30)		泉源國小 宿舍站	8:30	10	A	木蘭 登山隊
10.17 (四)	楓樹湖步道	捷運淡水站轉公車875 往北新莊 7:20 7:40 8:05		觀光果園 站	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.18 (五)	康樂山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：247,284 620, 紅2	黃石公廟	8:30	8-1 0	A	良友 登山隊
10.19~20 (六~日)	全國登山大會師		(詳見活動簡章)					
10.19 (六)	菁桐古道 石底步道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運木柵站 轉795公車	二坑口站	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.20 (日)	博嘉山	各聯營公車 捷運站7:00	捷運文湖線	捷運麟光 站	8:30	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.20 (日)	新福本坑步道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運文湖線	捷運 內湖站 1號出口	9:00	8-1 0	A	太平山 登山隊
10.20 (日)	松羅湖	專車報名：隊長 游宗憲 0939-726-828 集合時間地點：4:30 於長安西路、承德路口集合上車						歡樂 登山隊
10.22 (二)	軍艦岩 丹鳳山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：220, 224 267, 601, 616, 680, 685	天母站右 側大榕樹/ 下雨全聯	9:00	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.23 (三)	橫嶺古道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運劍潭站 轉乘公車 260、紅5	陽明山 公車總站	8:30	10	A	木蘭 登山隊
10.24 (四)	山仔頂健行	捷運淡水站轉公車875 往北新莊 7:20 7:40 8:05		山仔頂站	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.25 (五)	三星龍泉步道 礁溪不老步道	專車報名：朱雪玉 0936-522021、27087688 集合地點：中華路國軍文藝活動中心 7:30						良友 登山隊
10.26 (六)	七星山 主峰、東峰	各聯營公車 捷運站7:00	陽明山總站轉 108遊園公車	小油坑站	9:00	8-1 0	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
10.26 (六)	不動瀑布 小坪頂山	各聯營公車 捷運站7:00	捷 運 淡水信義線	復興崗站	8:30	10	A	永和登山 委員會
10.26 (六)	汐止內溝山	各聯營公車 捷運站7:00	於昆陽捷運站 轉公車 藍36,817	金龍國小 站	9:00	10	A	野 虎 登山隊
10.26 ~ 10.27 (六-日)	雲嶺之丘 及 來吉密境旅遊	專車報名請洽：領隊 林美麗 0930-137648 限42人(費用：2人房：4500元/人·4人房：4100元/ 人) (含大巴車資、小巴接送、2早餐、2午晚餐、 旅遊險) 集合時間地點： (1)6:30於南港展覽館捷運站2號出口上車(請準時) (2)6:50於圓山捷運站1號出口承德路3段249號 「中華電訊」前上車						飛 鷹 登山隊
10.27 (日)	溪南尖O型	聯營：275(副),705,706,779,812 於橫溪站下車前走沿138巷前行 50公尺到廟口集合			8:30	8-1 0	A	台北市 龍山登山 協會
10.27 (日)	大屯瀑布	各聯營公車 捷運站7:00	捷運劍潭站轉 公車 紅5,260	陽明山 公車總站	9:00	8-1 0	A	太平山 登山隊
10.27 (日)	淡蘭古道百年山系： 料角坑~後寮仔~大樟 嶺保甲路古道 串連再 登 東柑腳山溪邊寮山	6:15台北火車站宜蘭線· 於雙溪火車站下車·7:45轉搭 計程車至虎豹潭集合· 整隊後出發			8:00	15	A	藍 天 登山隊
10.27 (日)	天母水管路 紗帽山	各聯營公車 捷運站7:00	聯營：220,224 267,601	天母圓環 派出所	8:30	10	A	山 羊 登山隊
10.27 (日)	四分子古道 月扇湖山大峭壁	7:30景美捷運站2號出口 轉乘(7:30)公車666		烏塗窟站	8:40	10	A	群 英 登山隊
10.27 (日)	菜公坑山	捷運劍潭站轉紅5,260 於 陽明山總站轉遊園公車108		二子坪站	8:30	8	A	高 峰 登山隊
10.27 (日)	鼻頭角秘徑	共乘報名：隊長 游宗憲 0939-726-828 集合時間地點：7:30 於民權西路捷運站				8-10	A	歡 樂 登山隊
10.27 (日)	三峽成福山 十八羅漢岩 石門內尖山 善息寺	各聯營公車 捷運站7:00	捷運板南線	捷 運 頂埔站 2號出口	8:20	14	A	飛 鷹 登山隊
10.27 (日)	人人健行	交通工具：捷運公館站轉乘208,254,311 公車·在「福和橋站」下車後沿著林森 路往福和運動公園(河堤方向)走·再進入 福和橋防洪橫移門到會場			8:00	10	A	永和登山 委員會
10.30 (三)	坪林觀魚步道	各聯營公車 捷運站7:00	捷運松山新店 線轉公車923	坪林國中 站	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
			7:00 7:30					
10.31 (四)	河邊濕地 島頭步道	各聯營公車 捷運站7:00	捷 運 淡水信義線	石牌站 2號出口	9:00	6-1 0	A	台北市 龍山登山 協會

## 中華民國山岳協會所屬隊會9~10份登山途徑說明

日期 / 地點	途 徑 說 明
9.1 南天宮 紅淡山 寶明寺	紅淡山海拔 210 公尺立有三等三角點 1024 號基石乙顆，名列於小百岳之一，位於基隆市仁愛區，因山區生長許多『紅淡比樹』而得名，山頂視野良好，可眺望基隆港全景及基隆嶼。山頂步道四通八達，有許多的寺廟與涼亭。
9.1 絹絲瀑布	往絹絲瀑布的步道屬於魚路古道南段的一段，平坦易行，林蔭蒼鬱，行走其間，怡然舒適，一走進絹絲步道，步道旁樸實的水圳及竹林就讓人感受到這條古道濃郁的人文歷史跡痕。早年金包里(金山)的漁民捕獲的魚貨就是經走金包里大道(魚路古道)翻山越嶺至擎天崗，再走絹絲步道至山仔后，再下山到士林去販售。水圳竹林也默默訴說著先民在此農墾、胼手胝足建立家園的過往史事。
9.1 金字碑古道	牡丹火車站往金字碑古道尾端接 102 縣道，經三貂嶺山→奉獻示禁碑→金字碑，順沿石階步道下至侯硐國小休息後，續行至侯硐火車站解散。
9.1 坪頂古圳 親山步道	「坪頂」為昔日士林平等里的舊地名，位於平等里有兩條古圳，一為「坪頂古圳」(建於 1835 年)、另一為「坪頂新圳」(建於 1849 年)，皆為百年以上的古圳，有著灌溉、飲水、運水等功能。坪頂古圳親山步道，可從小 18 公車終點站起程，走古圳步道至擎天崗搭車；也可回到起點車站搭車。
9.1 粽串尖連走 獅仔頭山	粽串尖 H278M，立有青潭水源與內政部地政基石，獅仔頭山 H857M，為台灣百大名山，是大台北地區具有一等三角點的南盟主；此行程由三峽建安路北 104 產道 3K 處起登，經粽串尖縱走至獅仔頭山後下防番古碑，沿竹崙溪支流源頭下行接產道後，抵建安北 104 道 3K 停車處。
9.1 翠湖 (哈哈聯誼)	一年一次哈哈聯誼，今年由我隊(飛鷹隊)承辦；由公車終點站起程→內溝山步道→內溝山→翠湖→金龍湖→汐止康寧街，午間於「海味宴會廣場」聯誼聚餐。未參加登山者請 11:30 前自行到餐廳。餐廳地址:新北市汐止區康寧街 700 號(電話

日期 / 地點	途 徑 說 明
	02-26951140)
9.1 土庫岳	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 各一，山頂近年建有觀景涼亭並整建更寮古道，徑明易行。此行程由舊莊上土庫岳基點出深坑土庫公車站解散。
9.3 天玉宮 文化大學	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，龍山登山協會所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。
9.4 絹絲瀑布 擎天崗	絹絲瀑布屬於陽明山國家公園魚路古道南段，位於頭湖溪上游，高約 20 公尺，水量不大，有如細長的絹布掛於山壁，十分秀麗。步道從菁山小鎮起程，平緩寬廣、清涼舒適。往前可抵擎天崗大草原，坐臥於草原上，仰賞大屯山系及藍天白雲，十分愜意。
9.5 瑞芳三尖 (龍潭山 秀崎山 瑞芳山)	龍潭山，秀崎山及瑞芳山，有『瑞芳三尖』之稱。龍潭山海拔 199 公尺，控制點 KL04 水泥基石；瑞芳山海拔 187 公尺立有土地調查局圖根點基石；兩座山的視野展望極佳，可眺望基隆嶼及海岸區地景色；秀崎山海拔 195 公尺省政府地政處測量局四等控制點。
9.6 大尖山 二尖山 內冷水坑山	清水大尖山海拔 276 公尺立有土地調查局圖根點基石，二尖山海拔 231 公尺；山區皆為附近居民早起運動場所，指標設施完善，輕鬆健行路線。
9.6 蘆竹羊稠坑步道 五酒桶山	羊稠坑步道與五酒桶山步道皆位於桃園市蘆竹區。羊稠坑步道總長約 3.3 公里；五酒桶山步道全長約 4 公里。兩步道皆平緩易行，可觀賞高鐵隧道、機場風景及遠處的台灣海峽。
9.7 大崙頭山 大崙尾山	大崙頭山海拔 475 公尺，為內湖區最高的山；大崙尾山海拔 451 公尺，立有三等三角點 NO.1073。業經台北市政府大力整建小溪頭森林、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；山區皆為內湖名山步道，指標設施完善，山徑明確易行，輕鬆健行好路線。
9.7~9.8 阿里山二日遊	阿里山國家風景區是臺灣知名的旅遊景點之一，其中最為有名的莫過於阿里山森林遊樂區。此外，阿里山的「日出、雲海、晚霞、森林、鐵路」合稱為阿里山五奇，是相當熱門的旅遊景點，而阿里山中繼站奮起湖老街古早味便當及高大雄偉的神

日期 / 地點	途 徑 說 明
	木，更是您前往阿里山旅遊不可錯過的重點之一。
9.7 擎天崗 內寮古道	擎天崗海拔約 770 公尺，昔日為先民往來金山與士林間的重要據點，而今日擎天崗大草原是大眾休閒散步著名的景點之一。由擎天崗集合後起程，可走環型步道或登頂竹篙山再走內寮古道出平等里搭車返家。
9.7 淡水賞日落 再夜遊淡水城	今年中秋前夜遊改安排淡水賞夕陽，再夜遊淡水城鎮。行程：漁人碼頭賞夕陽→淡水河岸→紅毛城→真理大學→淡水老街→淡水文化園區(殼牌倉庫)
9.8 貴子坑上清天宮	經台北市政府大力規劃整建後的貴子坑水土保持教學園區。貴子坑親山步道及環山步道，是頗受當地居民及登山愛好者喜歡的登山健行及運動場所。沿著清幽的親山步道、水圳路，至小坪頂山，出清天宮搭車。
9.8 大崙尾山	(說明同 9.7)
9.8 狗殷勤步道	狗殷勤步道位於平等里水尾與圳仔頭之間，位於公館里的水圳，由菁礮溪截水成圳，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。沿途水圳路風光迷人，輕鬆健行路線。
9.8 丁火巧山 八斗山	丁巧火山位於新北市萬里區，又名「中幅子山」海拔 472 公尺有二等三角點#1063 及三等三角點#1112 基石各一，是璜嘴山向東延伸的最末端。八斗山海拔 360 公尺未列名 13 號基石。兩山雖不高但都位於海邊，視野奇佳，海岸風光一覽無餘。
9.8 柯子林山 如意湖 新山夢湖	老爺山莊站往慈聖佛堂→汐萬路三段(約 8.9 公里處，設有路線導覽圖)。柯子林山海拔 392 公尺，陡峭土石路部份的路段設有繩索護欄，為導覽圖上標示【392 峰】，登頂後回岔路處，轉往如意湖路徑，山中小湖清澈寧靜是一處相當隱密的私房景點，原路出汐萬路三段，前往新山夢湖午休後，折返烘內公車站牌解散。
9.8 鹿堀坪山 大尖山 O 型路線	由鹿堀坪登山口起登，經越嶺古道到大尖山 H837M 後，再 O 型繞回；續登鹿堀坪山 H645M，經鹿堀坪古道回鹿堀坪登山口。
9.8 關渡親山步道	「關渡親山步道」前段為台北藝術大學與北台灣科技學院間的柏油路面，可往「北投行天宮」，再搭車解散；或走忠義山親山步道，登頂忠義山後，再回「北投行天宮」搭車皆可。大眾輕鬆健行路線。

日期 / 地點	途 徑 說 明
9.8 中華健行 (國民體育日)	體育署修法訂定九月九日為「國民體育日」。為增進國民參與運動，規劃於各地各縣市體育會及鄉鎮市區體育會舉辦全民各項體育推廣活動。今年選定九月八日於貴子坑親山步道舉行，由復興崗捷運站出發，經貴子坑溪畔步道進入親山步道，會場設在貴子坑露營場。歡迎各界自由參加。
9.8 阿里磅瀑布	阿里磅瀑布位於新北市石門區阿里磅溪上游，號稱陽明山第一大瀑布，瀑布高約三、四十公尺。冬季盛水時期，水量豐沛，溪水自瀑頂傾瀉而下，氣勢磅礴。而夏季常為枯水期，水量少只有涓涓細流，因此又稱「滴水崁」。
9.10 活 動 會 議	每逢單月第二星期的晚上召開，歡迎各隊派員參加，也敬請各組幹部及先進岳友蒞臨指導。
9.10 半嶺步道	(說明同 9.3)
9.11 陽明山健行	陽明山國家公園內有許多得天獨厚的林蔭步道可以作為登山健行活動。(1)大屯山系步道 (2)七星山系步道 (3)擎天崗山系步道 (4)人車分道系統步道。可依個人體力選擇適合的步道登山健行於陽明山國家公園內。步道系統指標完善，徑明易行，是大台北市避暑森林浴健行好地方。
9.12 陽明山半嶺古圳 橫嶺古道	(說明同 9.3)
9.13 貴子坑山連走 清天宮	(說明同 9.8)
9.13~15 佳陽山 大劍山 小劍山(百岳行程)	百岳三座。大劍山海拔 3594 公尺立有三等三角點編號 6610 基石；佳陽山海拔 3314 公尺，小劍山海拔 3253 公尺，皆無基石。百岳行程，限定名額，要上網申請及抽籤，請於 108.8.5.前報名。詳情請上本隊網站查看。
9.14 瑪礁古道 竹篙山	竹篙山海拔 830 公尺原立於礮堡旁的圖根點基石，已不知去向。瑪礁古道，因沿瑪礁稜線而名之；內寮古道又名為礁坑古道，以平等里內寮為起點，沿礁坑溪經番婆厝遺址、竹篙山至

日期 / 地點	途 徑 說 明
內寮古道	擎天崗草原；兩古道皆為魚路古道南支線之一。古道路徑清幽，林相遮蔭良好，古道旁的土地公更見證了古道的歷史。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。
9.15 觀音山	觀音山海拔 612 公尺立有規量隊 NO.7 基石；觀音山風景區內有六條步道；以觀音山步道的硬漢嶺最為大眾所熟悉，登上硬漢嶺可遠眺台北 101、圓山飯店、關渡大橋、淡水河口、及大部份台北地標，視野奇佳。
9.15 二子坪下清天宮	從二子坪遊客中心前往二子坪步道，走不到一小時就可以抵達二子坪親水公園，中央有一個人工濕地，湖中有青蛙蝌蚪，兩旁的林樹呈現不同生態，偶有藍鵲在樹梢，在林蔭間三兩成群或席地而坐的野餐家族越來越多，這裡算是在台北市山區頗有人氣的避暑聖地。
9.15 三峽鳶尾山 福德坑山 彩虹岩壁 鳶山 光復紀念鐘	鳶尾山海拔 157 公尺，福德坑山海拔 321 公尺，是一座極迷人的山峰，山頂處有嶙峋巨石崩起，站在鳶山頂上，展望遼闊，遠近數十里，城鎮屋宇，田疇沃野，盡入眼廉，展望佳，景緻美，台北地區少有可以比擬的景點。光復紀念鐘為紀念台灣光復 40 週年所鑄的銅鐘，平台三面有展望，可飽覽三峽風光。
9.15 麒麟山	麒麟山位於新北市三峽區的安坑，海拔 405 公尺無基石。登山口位於當地保安宮右側鐵門，步道呈原始風貌。來回約 2~3 小時行程，歡迎大家一起來登山。
9.17 水管路 天母古道	(說明同 9.3)
9.18 茶香環狀步道 壺穴步道	貓空茶香環狀步道係由：「健康步道、茶展中心步道、壺穴步道、小天宮步道」四條步道所合成。沿途有 V 型繩索橋，壺穴，小瀑，茶園風光。環狀步道走一圈大約 2~3 小時左右，再前往貓空茶坊品嚐茶香，享受悠閒的休閒時光。
9.19 宜蘭月眉坑 林美石磐步道	月眉坑步道從得子口溪與五峰旗瀑布合流處旁之停車場出發，沿著得子口溪旁的步道往上游走，步道平緩易行，林木蒼鬱茂盛。可先到月眉坑瀑布觀賞瀑布景色後，再轉往林美石盤步道走一圈。林美石盤步道為一低海拔亞熱帶溪谷步道，全程指標設施完善，步道寬敞易行，沿途可欣賞溪流瀑布、峽谷地

日期 / 地點	途 徑 說 明
	形，生態豐富，適合親子同行的步道。
9.20 關渡親山步道	(說明同 9.8)
9.21 燦光寮古道 牡丹山 金字碑	位於雙溪與九份之間的燦光寮古道路徑原始自然，沿途可見歷史痕跡；金字碑為淡蘭古道北線重要古蹟之一，大粗坑及小粗坑古道為昔日侯硐～九份～金瓜石的越嶺保甲路，二古道都有古厝聚落及分班，新北市政府都建有完善步道及指標，輕鬆賞景健行路線。
9.21 內雙溪古道	「內雙溪古道」是昔日平等里居民出入擎天崗大草原牛埔的越嶺路，為陽明山區內少見的自然步道之一。由冷水坑遊客中心出發，經擎天崗大草原，清風亭，下至聖人瀑布公車站搭車返家。
9.22 陽明山橫嶺 陽峰古道 ○ 型	橫嶺古道即昔日的紗帽山古道，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，○ 型走輕鬆健行賞景路線。
9.22 樟樹步道	「樟樹步道」為樟樹樟湖步道的一段，樟樹樟湖步道為一橢圓環狀步道，業經台北市政府大地工程處大力整理後的親山步道之一，沿途有牛車、茶園、埤塘、菜園、涼亭...等景點，適合各年齡層休憩、散步、賞景、共遊。步道指標設施完善，沿途風景優美，可遠眺台北 101 大樓，輕鬆健行路線。
9.22 大格門古道	是水底寮越嶺烏塗窟路線，全程六公里，路程約一百分鐘的越嶺古道，只因時光變遷，已成山路與鄉道共存的情形，在大格門有兩顆基石，左邊是礦物課第兩百四十號基石，右邊是景美溪上游水源點，沿途柳樹林和茶園林相優美，是一條輕鬆路線，也是正牌的淡蘭古道，卻被遺忘與忽視，古道蒙上水泥，古橋寂寥於山林，被人遺忘的淡蘭古道舊跡重現於世。
9.22 南勢角山 連走 清水大尖山	南勢角山又名烘爐山海拔 302 公尺，山腰(烘爐地)福德宮香火鼎盛，為中和地區熱門郊山；由南勢角起程出土城德霖技術學院搭車。
9.22 魚路古道北段	魚路古道又稱為金包里大路，從八煙的「綠峰山莊」古道口至金包里城門間稱為北段；金包里城門至菁山小鎮間稱為南段。據記載昔日金山居民由金山挑著漁貨、茶葉等物品翻山越嶺到

日期 / 地點	途 徑 說 明
	<p>士林販賣而得名。這條古道蘊藏著豐富的人文史跡，如石板橋、土地公廟、打石場、山豬豐厝地及許願橋等，在在都是昔日先民奮鬥的史蹟，走在這條古道上，可以想像當年先民那段艱辛奮鬥的歲月。</p>
<p>9.22 濱海黃金 8.5 稜</p>	<p>由南雅奇石停車場起程至老鷹岩登山口起登，經老鷹岩、樹根山頭、270 峰，登上南雅山(海拔 270 公尺無基石)，再往苦苓嶺、石梯坑古道回停車場。沿途視野奇佳，可遠眺一望無際的浩瀚大海景色，觀賞海岸的奇石景緻。</p>
<p>9.24 陽峰古道</p>	<p>(說明同 9.3)</p>
<p>9.25 仙跡岩</p>	<p>仙跡岩就是景美山又名溪子口山，海拔 144 公尺立有二等三角點 NO.1043 及衛星制控制點基石。山區為附近居民運動場所，加上主婦聯盟設計規劃生態解說指引，使山區景觀生色許多，徑明易行，輕鬆健行路線</p>
<p>9.26 中和南山烘爐地</p>	<p>中和南山烘爐地位於中和南勢角山區，供奉福德正神，在其稜線上的南勢角山(烘爐地山)海拔 302 公尺，小百岳之一，二等三角點 NO.654 基石。南勢角山為天上山系延伸最東端的山頭，山頂視野遼闊，可遠眺觀音山、大屯山群峰，沿途步道良好，適合大眾健行路線。</p>
<p>9.27 飛鳳山(小百岳)</p>	<p>「飛鳳山」位於新竹縣芎林鄉海拔 423 公尺，省府地政處測量局三等控制點#S151，因為山勢有如飛鳳之姿而得名。山區遍植花草樹木，綠樹成蔭，四季花開不同；早年「飛鳳探梅」列為新竹縣八景之一；山區有代勸堂、雲谷寺百年古寺；可順登石壁潭山，中坑山，及石壁潭生態步道。</p>
<p>9.28~9.29 白毛山 (谷關七雄老六)</p>	<p>白毛山海拔 1522 公尺立有三等三角點#6408，及山字森林三角點基石各一。位於台中市大甲溪南岸，山雖不高，但卻有難得的展望；林相優美，但山徑陡峭，登頂前的崩壁瘦稜是白毛山的地標；山頂設有護欄可盡情觀賞周圍的風景。</p>
<p>9.29 鶯歌石 牛灶坑山 碧龍宮 O 型</p>	<p>鶯歌石為鶯歌鎮地標與三峽鳶山遙遙相對，沿途步道指標清楚，徑明易行。牛灶坑山，海拔 243 公尺立有土地調查局圖根點；碧龍宮以『龜公石』而聞名，建築雄偉，為遵循台灣傳統寺廟形式建築設計的廟宇，可眺望三峽鳶山一帶景色。</p>

日期 / 地點	途 徑 說 明
9.29 內溝溪生態步道	內溝溪位於東湖、汐止交界，康樂街尾端，沿途建有整治過的溪畔步道，並有內溝生態園區教室值得參訪，輕鬆健行散步好路線。
9.29 七股山 竹篙山 連走鵝尾山	七股山 H899M 立有三顆基點呈三角型排列，有台北市都計處四等三角點 NO.145 號及專賣局 NO.10 及未列名 NO.11 基石，山區多茅草；竹篙山又名水井尾山 H830M，原有土地調查局圖根點於碉堡旁，現已不知去向；鵝尾山 H510M 立有土地調查局圖根點，另 523 峰立有未列名 NO.1 基石，由冷水坑攀登七股山，原路回再往擎天崗登竹篙山連走鵝尾山，回程下平等里搭車。
9.29 獅子頭山	獅子頭山位於新店區山區的礦窟溪源頭，海拔 857 公尺是新店區的最高峰，台灣小百岳之列，其北側峰頂有一等三角點，因山形狀似蹲伏的獅子而得名。山頂擁有多處很棒的展望點，起登的獅子頭山登山口即可以觀看 101 大樓及遠方的大屯山，佇立觀獅坪往土城及林口方向遠眺則有文筆山，登上三角點後視野更加遼闊，台北盆地、都市建築及遠處山峰盡收眼底。
9.29 三貂大崙 三貂嶺山 金字塔古道 後凹古道	三貂大崙海拔 525 公尺立有三等三角點 NO.1076 基點；三貂嶺山海拔 550 公尺未列名基點；金字塔古道為淡蘭古道之一段，後凹古道為猴硯橋到金字塔間的一條古道，在沒有三貂嶺隧道前，由猴硯翻越三貂嶺山前往牡丹的古道。行程一氣呵成，絕對值回票價。
9.29 軍艦岩	軍艦岩海拔 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。
9.29 台北大縱走 陽明山西段	由清天宮登山口→向天池→向天山→面天山→出二子坪(10公里)；16 公里於面天山後續走→大屯西峰→大屯南峰→大屯主峰→鞍部登山口→二子坪搭車
9.29 淡蘭古道百年山 系：龜媽坑古道,中 心崙,大湖山,桶盤	草嶺古道陸軍路是被遺忘的一段古道，它與現今古道幾乎平行，路幅寬近二公尺，平緩好走，中途可見稀有 板石橋及號稱遠望大飯店的粉館遺址，兩古道在「雄鎮蠻煙」碑會合，可避開石階步道。此由福隆走龜媽坑古道，再走雪山尾稜出草嶺



日期 / 地點	途 徑 說 明
窟尖連走草嶺古道 陸軍路	古道，再走陸軍路，再經遠望坑親水公園由虎子山街回福隆。走過陸軍路體會當時馬車拖炮的場景，穿越時空之旅。
9.29 木柵越嶺 101	由木柵捷運站起程，經糶米古道越嶺南港山稜線登山步道，出台北 101/捷運世貿站解散。
9.29~30 特富野 鹿林山	特富野為嘉義縣阿里山鄉的原住民部落，有名的特富野古道從特富野部落到自忠出口，全程約 6.3 公里，為早期北鄒族人的舊獵徑，日據時期為伐木鐵道。沿途柳杉、闊葉原始林木，蒼勁挺拔，林相優美。鹿林山海拔 2845 公尺立有「鹿林山」石碑一座，無基點；時間允許可安排鹿林前山→鹿林山→麟趾山小縱走，欣賞高山景緻及順訪中央大學天文台。
10.1 橫嶺古道	(說明同 9.3)
10.2 大崙頭森林步道 樹屋(樹之亭)	(說明同 9.7)
10.3 石碇烏塗窟 O 型	石碇烏塗窟步道於石碇沿著烏塗溪左岸而行，沿途樹林夾道，近年護魚有成水清見魚；沿途各岔路登山口可往「山羊洞、溪邊寮山、筆架連峰」等登山步道；過了溪邊寮橋後很快就到步道另一端出口-烏塗窟「聚福宮」。可在此折返石碇，或搭乘 666 公車返家。
10.4 圳後山	圳後山海拔 77 公尺立有土地調查局圖根點基石，基石就在步道旁。由捷運萬芳醫院站起程至登山口起登，循著登山步道可先登景美山(又名溪子口山，海拔 144 公尺)，再循步道前往圳後山，到捷運景美站搭車解散。沿途步道設施完善、指標清楚，輕鬆健行路線。
10.5 更寮古道 土庫岳	更寮古道親山步道是早年南港通往深坑和石碇的五條古道中，保存最完整，而且仍在使用的古道。這條古道不僅是往山豬窟與土庫岳必經的便道，也是探訪古厝遺跡的百年老路。現今古道沿途已鋪上花崗石步階，然而狹窄的路況，仍在在顯現古老粗獷的原始味，部份未鋪設的碎石路段，點綴著日日春小白花，更顯小徑純樸古意未減。

日期 / 地點	途 徑 說 明
10.6 全國登山日	(詳見活動簡章)
10.6 九蓮寺 大崙尾山 中央社區	於故宮公車站集合，連走婆婆橋步道、九蓮寺步道、大崙尾山步道登頂大崙尾山，出中央社區搭車返家。大崙尾山海拔 451 公尺，立有三等三角點 NO.1073。大崙頭山、大崙尾山之間的森林步道，是市民休閒健行森林浴好去處，山區皆為內湖名山步道，指標設施完善，山徑明確易行。
10.6 鼻頭角稜谷步道	鼻頭角步道位於台灣東北角海岸岬角特殊地形，可細分為濱海步道、稜谷步道、及燈塔步道。稜谷步道稜線起伏，兩旁有青翠的草原，更可以觀賞到青山碧海，海天一色的美景；隨處可俯瞰海蝕平台及海階地形，看山又看海的健行步道。
10.8 天母山步道 天母古道	(說明同 9.3)
10.9 三峽河濱步道	新北市政府在三峽大同橋到三峽拱橋兩岸，闢建有完善的河濱步道，綠樹夾道成蔭，楊柳輕垂，走來輕鬆愉快；同時也可參觀「清水祖師廟、興隆宮媽祖廟、三峽老街」等景點，健行又懷古之行。
10.10 番仔溝連走 田心仔綠地	番仔溝為水磨坑溪支流的水圳之一，田心仔綠地是關渡平原的一部份，由北投啟程健行番仔溝溪畔步道和田心仔，欣賞關渡平原的田野風光，輕鬆健行路線。
10.10~16 南湖大山 北一段 (百岳行程)	北一段(南湖中央尖)百岳八座，為高山縱走大豐收的行程，內含南湖大山，中央尖山...等八座百岳；其中南湖大山為五嶽之三(北嶽)，中央尖山為三尖之首。全程群巒疊起，箭竹草原風景優美，好天氣時藍天白雲相伴，景色迷人。此行程為健腳級路線，參加者需具備有高山縱走經驗，身體健康，無高山症者。需事先申請入園、入山許可證手續，請事先報名，經核准後方可成行。
10.11 紗帽山 天母古道	紗帽山為一座獨立的山頭，海拔 643 公尺立有三等三角點編號 1021 號基石。由陽明山公車總站起程，沿著林蔭、幽靜的

日期 / 地點	途 徑 說 明
	<p>紗帽山古道，緩步登上山頂，觀景平台上景緻奇佳，可眺望七星山等各個山巒。續走天母古道，到天母圓環搭車。</p>
<p>10.12 南港山 九五峰 象山</p>	<p>南港山海拔 375 公尺，立有三等三角點 NO.695，為北市東區屏障，展望絕佳！象山海拔 183 公尺，立有台北市三角點 NO.86 及建設廳礦補基點 NO.2107。南港山區的步道指標設施完善，步道相互串連四通八達，任君選擇變化，輕鬆健行路線。</p>
<p>10.12 娘子坑山縱走 三峽鳶山</p>	<p>妙法寺旁登山口起步，緩坡至娘子坑山，沿稜線縱走，經烏塗窟山，五十分山，福德坑山，下至鳶山大鐘經慈惠堂、三峽老街解散。</p>
<p>10.13 虎山森林步道</p>	<p>虎山是台北市東區南港山、九五峰、到四獸山步道之一。市府大地工程處已將新虎山步道與原親山步道互相串連，讓登山步道有更多的選擇。</p>
<p>10.13 大屯自然公園</p>	<p>大屯自然公園位於大屯山與菜公坑山之間的開闊地，海拔約 800 公尺，有暖溫帶闊葉林，孕育著豐富的動物資源，其中以蝴蝶和鳥類最具特色。二子坪為大屯山與二子山之間的火山凹地，全區均植有杜鵑、山櫻、小葉赤楠、烏皮九芎，以及多種蝴蝶食草、蜜源植物，還有數十種水生植物，適合賞蝶、賞鳥、登山、健行、賞景、觀察植物等活動。</p>
<p>10.13 猫空圓山尖</p>	<p>貓空的地形因地質岩層的結構性軟硬度不均，溪流湍急攜帶砂石侵蝕後，即成圓形或橢圓形洞穴，遠看溪床凹凸不平形成皺摺狀，形成坑坑洞洞的「穴壺」，當地人(多為閩南後裔)稱其為「皺孔」，音同「貓空」，這就是貓空地名與地形的由來。</p>
<p>10.13 薯榔尖 石筍尖</p>	<p>薯榔尖海拔 622 公尺立有野牛 4 號基石，為平溪三尖(薯榔尖，峰頭尖，石筍尖)之首；石筍尖海拔 520 公尺，以山型像似竹筍而得名，山頂岩石有個凹槽又稱皇帝椅。兩山山頂視野皆佳，可一覽平溪一帶景色。</p>
<p>10.13 象山</p>	<p>象山海拔 183 公尺，立有台北市三角點 NO.86 及建設廳礦補基點 NO.2107。南港山區的步道指標設施完善，步道相互串連四通八達，任君選擇變化，輕鬆健行路線。</p>
<p>10.13</p>	<p>八勢古道、三空泉步道為近來熱門之休閒步道，景色清優，有</p>

日期 / 地點	途 徑 說 明
八勢古道 三空泉古道 貴子坑步道	八勢老村莊，三空泉休閒農場，及貴子坑水保示範區，大都會裡清靜的好去處。
10.15 翠峰瀑布 天母古道	(說明同 9.3)
10.16 十八拐圳	十八拐圳古道(十八拐圳步道)就是東昇步道，又名「頂圳步道」，位於台北市北投區泉源里(舊名「十八份」)，昔日居民為引大坑溪(今名「南磺溪」)溪水灌溉農田，自行集資開鑿了二條水圳，分別為「十八份圳」、「十八拐圳」，都具有百年歷史。漫步於平緩的水圳步道，遠眺群山翠巒，聽流水川流不息，更為活動增色不少。
10.17 楓樹湖步道	楓樹湖為介於三芝鄉車程與山子頂之間，為大屯山系西北山麓的山居聚落。楓樹湖步道即為楓樹湖通往面天山的古道，落差約五、六百公尺。楓樹湖金花石蒜復育園區近年以賞櫻及木蓮花而聞名，新北市政府亦整建周邊登山步道方便山友健行賞景。
10.18 康樂山	康樂山位於台北市內湖區，海拔 128 公尺立有北市都計四等三角點第 114 號基點；步道起點位在成功路五段黃石公廟對面，登山口立有「康樂山親山步道」石碑，步道林蔭遮天，途中有一處可以觀賞大湖公園的極佳的展望點，也是當地居民經常聚會、運動、健身的步道。
10.19~10.20 全國登山大會師	(詳見活動簡章)
10.19 菁桐古道 石底步道	菁桐古道為昔日石底~水返腳越嶺古道的一段，由菁桐起程先訪車站老街，再走步道上經魔神仔洞、肉板峠到盤石嶺，回程可連走石底古道回平溪老街。
10.20 博嘉山	博嘉山海拔 112 公尺北市府地測 19 號基石，山頭平緩。由麟光捷運站起程，可順遊福州山公園、中埔山、中埔山東峰、軍功山。
10.20	新福本坑步道就是碧湖步道，碧湖步道原是碧山路通往葉氏祖祠的越嶺保甲路，台北市政府花了二千二百萬整

日期 / 地點	途 徑 說 明
新福本坑步道	修步道，提供市民休閒健行的路線，可順訪大溝溪新整治的親水公園串連圓覺寺步道，輕鬆健行賞景好路線。
10.20 松羅湖	松羅湖位於宜蘭縣大同鄉南勢溪的上游，雪山山脈北段，海拔約一千三百公尺。平常湖面總有一層薄紗般的雲霧籠罩著，如同一位害羞的少女，如夢似幻，始終無法讓人看清全貌。由於氣氛清純、飄渺迷濛，常有野生鳥類及動物棲息湖邊，有如世外桃源美有若仙境，因此被稱為「十七歲少女之湖」。
10.22 軍艦岩 丹鳳山	軍艦岩海拔 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.13，二山介於石碑北投區界，山頂巨石有（丹鳳）二字大型刻字。由天母圓環起程至軍艦岩、丹鳳山。
10.23 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。
10.24 山仔頂健行	山仔頂古道，由天元宮附近進入，為往昔居民出入的道路。沿途步行於樹林中，景觀自然，也留有聚落遺跡，每到秋天九月至十月時也可看到金花石蒜。沿著山勢往東可抵達向天池、向天山、面天山，越嶺到清天宮。此行程搭公車至山仔頂站下車集合。步道起點在山仔頂 26 號之 10『元覺妙院』前，走在古樸的石砌階梯步道緩緩而上，沿途大都為陡上泥土山徑，在抵達越嶺十字鞍部下向天池休息、賞景後，至清天宮搭車賦歸。
10.25 三星龍泉步道 礁溪不老步道	三星龍泉步道是一條老少咸宜的步道，位於宜蘭縣三星鄉茶山地區，沿途可觀賞：龍泉瀑布、觀景平台(可俯瞰蘭陽平原)、龍泉寺，茶園風光...等景點。礁溪不老步道就是「畚箕湖不老步道」位於宜蘭縣二結鄉忠恕會館(一貫道)後方，為碎石道、土徑、枕木組成的步道，步道不長，其中以一大片的肖楠林最為吸引人。健行賞景路線歡迎報名參加。
10.26 七星山主峰、東峰	七星山海拔 1120 公尺立有一等三角點基石，為台北市最高峰；東峰海拔 1100 公尺立有三等三角點第 1104 號基石。七星山步道有數個登山口，可依喜愛任君選擇。位於陽明山國家公園內，指標完善，賞景健行好路線。
10.26 不動瀑布 小坪頂山	位於台北市北投區稻香里的「貴子坑水土保持教學園區」及環山步道，已成為台北市大眾假日登山健行的景點之一。不動瀑

日期 / 地點	途 徑 說 明
	布位於貴子坑水土保持教學園區水磨坑溪源頭；小坪頂山海拔 386 公尺，立有土地調查局圖根點基石。
10.26 汐止內溝山	內溝山為汐止與內湖交界的丘陵，又名大尖坪，山屬五指山系，沿途樹蔭茂密，可同時欣賞金龍湖及翠湖，為一條老少咸宜之登山步道。
10.26~10.27 雲嶺之丘 及 來吉祕境旅遊	雲嶺之丘祕境(竹林步道、杉林步道、五元二角亭...)位於雲林古坑鄉；來吉祕境(德恩亞納部落-台灣合掌村、多林森林鐵道...)位於嘉義阿里山鄉，兩地車程約 1 小時(小巴接送)
10.27 溪南尖 O 型	溪南尖，海拔 301 公尺，位於三峽橫溪之南而得名，山頂立有二等三角點基石 No.1024，及七九六號三等三角點基石各一。溪南尖山形類似金字塔，在三峽縣誌當中有所謂的三峽四大名山：塔關山(北插天山)，獅頭山，鳶山，溪南尖。溪南尖也是其中的名山之一。
10.27 大屯瀑布	大屯瀑布位於陽明山後山公園，是夏日納涼休閒好去處，陽明山區人車分道，登山步道設施完善、指標明確，輕鬆健行賞景好路線，也可順訪竹子湖海芋田的花海美景。
10.27 淡蘭古道百年山 系：料角坑~後寮 仔~大樟嶺保甲路 古道串連再登東柑 腳山，溪邊寮山	大樟嶺古道、後寮仔嶺古道、料角坑古道為昔日泰平出入往雙溪必經的越嶺保甲路。花了幾個工作天串連古道及稜線連走大樟嶺~東柑腳山及溪尾寮山，翻山越嶺體會先民足跡。歡迎大家相招來逗陣。
10.27 天母水管路 紗帽山	紗帽山(H643M 三等三角點 NO.1021)，以山型似烏紗帽而命名，由天母圓環起登，循水管路上紗帽山，回程下陽明山車站搭車，可順遊陽明山國家公園。
10.27 四分子古道 月扇湖山大峭壁	四分子古道是淡蘭古道的一部份，為四分子通往月扇湖的百年古道，古道仍保留有石板橋、石砌土地公、煤礦窯遺跡。月扇湖步道分為稜線路與岩壁路，其中岩壁大峭壁頗受大家喜愛，高約數十公尺，長度也有數百公尺的內凹大石壁，其地形壯

日期 / 地點	途 徑 說 明
	觀，另人稱奇，值得一探。
10.27 菜公坑山	「菜公坑山」海拔 887 公尺，峰頂擁有一顆「富含磁礦的反經石」，行程可由公車二子坪站步行到菜公坑第一登山口上登，由第二登山口下至大屯自然公園；不過癮的人可續沿稜線前往「巴拉卡山」(又名枕頭山)，海拔 909 公尺，下至巴拉卡公路，再回二子坪公車站；兩山皆無基石。菜公坑稜線沿途美景如畫，海山一色，遠望台灣海峽，心曠神怡。
10.27 鼻頭角秘徑	鼻頭角秘徑簡單說就是沿著左邊的外環道繞上正規的鼻頭角步道，是一處少數可以同時看見海天一色的地方。穿過沿岸邊的潮水後，便是一條腰繞的路徑，雖然這段沒有綁帶或標記，但你要走歪也不可能，因為左面是汪洋大海，岩質海岸受到日夜海浪的侵蝕，常常能看到許多奇岩怪石。
10.27 三峽成福山 十八羅漢岩 石門內尖山 善息寺	成福山又名平林山海拔 241 公尺，十八羅漢奇岩海拔 301 公尺，因山頂巨石羅列，遠望有如羅漢坐因而得名；石門內尖山海拔 408 公尺，這是天上山系中熱門路線之一，再由善息寺搭公車回頂埔捷運站。善息寺假日免費公車 F602：12:30、14:00、15:30、17:00
10.27 人人健行	今年為第 47 屆永和區一年一度的人人健行活動。歡迎大家一起來共襄盛舉、同樂。
10.30 坪林觀魚步道	坪林觀魚步道位於坪林親水吊橋與坪林舊橋之間，沿著北勢溪兩岸的步道，沿途可觀察封溪護魚的成果，北勢溪溪水清澈，溪中魚兒優游，水鳥飛翔，水中山巒倒影，景色優，值得一遊。今日同時辦理 12 月 25 日年終表揚暨餐會登記報名。
10.31 河邊濕地 島頭步道	淡水河兩岸高灘地近年來在雙北政府大力整修建設下花木扶疏、青草綠地，自行車道相互串連延伸近百公里，河堤兩岸也是平日居民運動場所，輕鬆健行賞景路線。