

宜蘭縣登山協會 106 年度 1 月至 3 月份活動表

每星期五晚上7:30至9:30於本會會館有幹部及義工人員為山友服務。

如有活動方面之問題，歡迎來電查詢或親至會館詢問，

謝謝！

本會專線：(03)9324255 傳真：(03)9314890 本會網址：www.yilanma.url.tw E-mail：yilan.ma@msa.hinet.net

日期	活動名稱	標高	組別	報名截止	代辦費 會員 非會員	交通工具	集合時間	集合地點	下車地點	領隊	嚮導	備註
1 1	荖蘭山	387M	甲	現場報名	行政費 30元	4123次 區間車	06:50 07:00	羅東火車站 宜蘭火車站	福隆站	黃錦陽 9331132 林碧珍	謝文欽 潘建宏	荖蘭山上有國標點，山頂展望良好，福隆三星之一，望向太平洋及東北角名山，可登禪宗佛教道場荖蘭山，山頂重慶望你來領取。
1 1	烘爐地山連走 三角崙山	1166M 1028M	乙	12 23	500 550	專車	06:00 06:20	羅東鎮公所 宜蘭市公所	櫻花 陵園	陳正輝 0921-603867	林永昌 0918-400995	烘爐地山山頂展望極佳，沿途芒草景觀美麗醉人，眺望蘭陽平原視野無限，連登蘭陽五岳老二老四。
1 8	五酒桶山	386M	甲	現場報名	行政費 30元	4123次 區間車	06:50 07:00	羅東火車站 宜蘭火車站	貢寮	謝松柏 0921-129926	林長新 林耀雙	貢寮大嶺古道登往五酒桶山，古道經過龍字碑藝術風比美虎字碑，中途欣賞野景及藍色海岸，請穿兩鞋。
1 8	紅柴山	1139M	乙	1 3	250 300	互相 支援	05:50 06:10	羅東鎮公所 宜蘭市公所	雙連埤	呂文賢	蕭振田 0930-876465	紅柴山位於福山植物園和員山下埤交界處，本路線頗具挑戰性，請掂一下體能及穿兩鞋。
1 15	出水溪林道	520M	甲	1 8	250 300	互相 支援	07:00 07:30	宜蘭市公所 羅東鎮公所	寒溪	黃錦陽 9331132 董成景	謝文欽 潘建宏	寒溪吊橋美麗園藝顯現在地特色，路途適中，輕鬆好走，沿途山形秀麗，林相豐富。
1 15	太和山登鷹仔嶺	709M 943M	乙	1 10 電話報名	350 400	互相 支援	06:00 06:20	羅東鎮公所 宜蘭市公所	石碇	陳正輝 0921-603867	李振昌 0928-529755	登太和山頂和鷹仔嶺都是熱門路線，但兩山連走就很有挑戰性鷹仔嶺蘭陽五岳老五，視界廣闊，穿兩鞋，電話報名。

1 日期
28 農曆新禧

龍祥如意，賀年平安全家福
新年新「龍」樂歡呼



理事長 徐松壽 敬賀

2 3	新春聯誼	全體會員	現場參加	公費	自行前往	19:00	本會會館	本會會館	理事長 徐松壽	總幹事 李後輝	歡迎大家來山會，互道恭禧酒一杯，樂透一張旺無窮，大雞大利拉長紅。	
2 5	東武荖坑溪		甲	現場報名	行政費 30元	4124次 區間車	07:20 07:30	宜蘭火車站 羅東火車站	蘇澳 新站	陳正輝 0921-603867 林碧珍	董成景	東武荖坑溪在武荖坑南側，和武荖坑溪匯流成新城溪，沿途流水淙淙樹林茂密，景色天威宛如世外桃源。
2 5	灣坑頭山	617M	乙	現場報名	行政費 30元	4123次 區間車	06:50 07:00	羅東火車站 宜蘭火車站	大溪站	謝天錫 0933-986951	林長新	台灣小百岳，位於雪山山脈北段主稜，為雙溪與石門溪分水嶺，二等三角點1181號，雄峙東北角，俯瞰太平洋。
2 12	風露嘴、粗坑崙 獵狸尖、烏窟子山 (本會專研研習路線)	550M 688M 705M 448M	乙	2 1 電話報名	公費	互相 支援	06:30 06:50	羅東鎮公所 宜蘭市公所	小格嶺	陳正輝 0921-603867 李振昌 0928-529755	陳明達 0933-984845 林永昌 0918-400995	風露嘴基石(標高標239號)粗坑崙二等三角點，獵狸尖三等三角點(No.1116)360度的視野，烏窟子山有三角點，沿途茶園景色，本活動限嚮導領隊參加。

2	19	礁溪農場戀櫻花	320M	甲一長青	現場報名	50 120/150	4123次區間車 互相支援	06:30 07:00	羅東火車站 宜蘭火車站	礁溪站	林高田 林慧珠 蔡益俊	黃見龍 9310927	1.代辦費含行政費及車費 2.馮顯開錦樹供應魚丸湯並參加活動，自備泡麵、碗筷。 3.車站徒步至農場約90分鐘。
2	19	佐得寒山縱走 南山神木群	2082M 1750M	乙	1/12	700/800	專車	06:00 06:20	宜蘭市公所 羅東鎮公所	可法橋	林興棟 0912-094179	蕭振田 0930-876465	佐得寒山三等三角點，屬雪山山脈之喀拉崙山延伸支稜上的山峰，東北方的稜線上散佈著南山神木群，南山神木是探千年烏柏，樹圍驚人巨大。
2	26	劍潭山步道	153M	甲	現場報名	行政費30元	國光客運	06:50 06:50	宜蘭轉運站 羅東轉運站	國山站 劍潭轉運站	謝松柏 0921-129926	林霽斐 林惠珠	一.老地方觀賞松山機場最佳景點。 二.圓山飯店佇立眼前，風光無限。 三.準點欣賞忠烈祠衛兵交接。
2	26	陽明山東西大 縱走東段	七星山 1120M	乙	2/11	500/550	中巴	06:00 06:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	小油坑	謝天錫 0933-986951	吳仲玉 0919-904955	小油坑經七星山→七星山東峰→擎天崗草原→竹篙山→頂山→風櫃嘴，完成登上十座山頂十個字經審核可領取紀念狀，精攝帶白紙(筆記本)色筆或鉛筆，完成拓印「陽明山東西大縱走活動。」
3	5	會員大會				費費 400元	副任	09:00		品華會館 宜蘭市中山路5段477號	理事長徐松壽 0933-987300		1.敬請會員踴躍參加。 2.繳交會費800元，敬參加會者另繳費400元。 3.領取紀念品。4.餐會中攝影。
3	11 12	八仙山、東卯山	2366M 1690M	甲/乙	1/25	2800/3100	遊覽車	05:00 05:20	羅東鎮公所 宜蘭市公所	谷關	陳明進 0933-984845	林興棟 0921-094179	2/5前向領導或領隊或每週五晚上至山協會繳交報名費。本行程特邀請生態攝影登山行家陳明宏老師等解說，第二天行程動靜自備，第一天早餐自理，供應第二天早餐及晚餐。
3	12	金洋部落		甲	現場報名	行政費30元	4124次區間車	07:20 07:30	宜蘭火車站 羅東火車站	武塔	黃錦陽 9331132 賴沐生	董成景 蔡益俊	林務局南澳工作站，原生植物園區到金洋部落沿途高山流水風景秀麗，南澳盛產香菇品質優良。
3	19	阿玉林道	700M	甲	現場報名	150/200	互相支援	07:00 07:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	福山	林高田 林慧珠 林麗霞	鐘政雄 胡志岳 黃見龍 9310927	1.馮顯開錦樹供應魚丸湯並參加活動，自備泡麵、碗筷。2.編香彩妝單鍊。 3.產道繞坡單程5.5公里。
3	19	猴椅山下蘇澳石礦 3號坑0形踏查	611M	丁	3/5	公費	自備	07:00 07:20	宜蘭市公所 羅東鎮公所	永樂	陳正輝 0921-603867 林忠雄	李振昌 呂文賢	本踏查行程需開路，參加人員需帶刀勇士，詳情請聯絡正輝課長。
3	26	蘇花古道大南澳越嶺段	702M	甲	現場報名	行政費30元	4124次區間車	07:20 07:30	宜蘭火車站 羅東火車站	南澳	李後輝 0933-987300 余銘仁 0937-988655	莊阿美 林長新	本段步道南口為南澳天后宮，北口位於烏石鼻戰備道約3.2K處，遙望東澳山水，風景非常漂亮令人讚嘆。
3	26 27 28	北大武山 (限14人參加)	3092M	丙	2/1	6200/6500	專車	05:00 05:20	羅東鎮公所 宜蘭市公所	屏東	林興棟 0912-094179	蕭振田 0930-876465	北大武山是魯凱族和排灣族的聖山，台灣五嶽排行老五，南台灣唯一超過3000公尺以上的山峰，雲豹的故鄉。

★ 參加活動 注意事項

- 組別說明：甲組：大眾健行路線 乙組：健路路線 丙組：高山路線 丁組：踏查或山路整理(由踏查組召集參加人員)。
- 本會舉辦各項活動係義務服務，不負任何意外之賠償法律責任，參加活動者務必自酌體能狀況，了解活動略況，審慎選擇參加組別。
- 本會各項活動收費係含車費、活動車資、入山規費門票及依活動情況之必要性投保之保險費，兩天以上活動實際開銷等。
甲組人員自行投保；乙、丁組人員本會代為投保一百萬元平安保險及十萬元醫療險，丙組人員本會代為投保二百萬元平安保險及二十萬元醫療險。
- 參加活動者須遵守報名日期、集合時間、集合地點，準時報名，繳費時必須出示會員證以資優惠，並備齊登山裝備(雨具、茶水、餐點、長袖運動服裝、手套、帽子、毛巾、禦寒衣物、碗筷、運動鞋(或雨鞋、或登山鞋)個人醫藥用品等)，活動中遵從領隊、嚮導指示，不超隊、不落後，不擅自離隊之規定，並互相扶持隊友。
- 活動遇有天災或其他因素取消、或撤退，均由領隊與嚮導協商決議。所繳費用：取消時扣除行政費、已備車資及保險費後餘額退費(第一天餐宿不退費)。撤退時不得退費。