

宜蘭縣登山協會 106 年度 10 月至 12 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 月/日	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
9 10	30 1 太加縱走	2242M	乙	9 15	2500 2800	專車	05:00 05:20	羅東鎮農會 宜蘭市公所	太平山	林永昌 0918-400995	鄭詠霖	從太平山走到加羅湖，沿途鐵杉林步道景觀、白木林、大霸山群、湖雨群、近英熱門路段，請提供身份資料。
10 1	世界健行日 忠義山	170M	甲 長青	9 15	450 550	30人以上 遊覽車	05:30 05:50	羅東鎮農會 宜蘭市公所	捷運 忠義站	林碧珍 林麗雯 黃正義 9383867	林惠珠 黃見龍 9352553 9310927	1. 陳顯明、馮顯明各贊助2000元。 2. 供應早餐、交通、保險、自備午餐、晚餐在碧潭自費晚餐。 3. 甲組走忠義山、長青組遊花園。 4. 下午遊淡水、十三行博物館、碧潭。 5. 世界百餘國家同步活動。 6. 中華民國健行登山會主辦。7. 請穿別墅。
10 8	象寮縱走中崙古道	530M	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	龜山站	謝松柏 祝文	林長新 黃錦陽	淡蘭古道支線—梗枋百年古道又名中崙古道，和坪溪古道，象寮古道連走是登山客的快樂行。
10 8	麥巴來山	2113M	乙	9 20	800 900	專車	05:00 05:20	羅東鎮農會 宜蘭市公所	五峰 工作站	陳正輝 0921-603867	吳仲玉 0919 904955	三等三角點，全程行走於原始林及杉木林中，林相幽靜，全長5公里落差1100公尺，相當具有挑戰性。
10 15	三貂大崙 三貂嶺山	525M 550M	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	三貂嶺	陳奕川 謝文欽	黃錦陽 9331132 潘建宏	三貂大崙三等三角點，二貂嶺山水泥基石埋在一顆大石頭山非常特別，經金字碑古道下侯硯。
10 15	高台山 島田三山	1570M 1824M	乙	10 1	800 900	專車	05:00 05:20	羅東鎮農會 宜蘭市公所	尖石鄉 那羅部落	陳素珠 0921-541667	王蘭容 0928-530494	高台山三等三角點，山頭寬緩，林相優美，杉木林、杜鵑林、地氈山徑非常值得探訪。
10 22	鹿窟尾山	533M	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	大溪	董成景 0921-955853 林麗雪	祝文 林長新	鹿窟尾山有一顆土洞局圍根點基石，山頂草原風光全程六小時。
10 22	桃山	3325M	丙	9 20	2000 2200	專車	10/21 15:00 15:20	宜蘭市公所 羅東鎮公所	武陵	高芳盛 0912-377965	蕭振田 0930 876465	桃山頂上無限風光，朝東望去，欣賞三六九山脈草坡、雲主、雲北、品田等聖接一線。
10 28 29	全國大會師		甲	報名 已完成	2500	遊覽車	05:30 05:50	羅東鎮農會 宜蘭市公所	杉林溪	活動組 0937-988655	陳明進 0933-954845	費用包含報名費、車資、餐費、保險，採露營方式，大會贈送紀念品，辦理健行登山、晚餐等多項活動。
11 3 5	奇萊主北峰	3560M 3608M	丙	9 30	5000 5500	專車	06:00 06:30	宜蘭市公所 羅東鎮農會	合歡山	鄭詠霖	蕭振田 0930 876465 劉安烈	奇萊主北位於南投縣與花蓮縣交界處，北銜合歡群峰，南連能高群巒，雖有黑色險峻之稱，但近來路線已有改善。
11 5	五分山下龍門山	757M 380M	乙	現場 報名	行政費 30元	4107次 區間車	05:00 05:10	羅東火車站 宜蘭火車站	瑞芳	陳正輝 0921-603867	吳仲玉 0919-904955	五分山視野遼闊，遠眺瑞芳與基隆，此時更是賞芒季節，芒花滿山遍野煞是好看。
11 11 12	屋我尾山(谷關七 雄完結篇)鳶嘴山 稍來山(加演)	1796M 2189M 2307M	乙	完登 七雄者 優先	3300 3500	中巴	05:30 05:50	羅東鎮農會 宜蘭市公所	大雪山 200 林道 31.2k	陳明進 0933-984845	林興林 0912-094179	屋我尾山谷關七雄老三、三等三角點，步道沿線環境多樣，杜鵑林、杉木林，對開混合林賞心悅目，鳶嘴山以險峻危崖出名，稍來山神秘楓葉林，秋季最負盛名。

1112	草嶺古道芒花季	480M	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	甲:貴寮站 長青:大里站	廣昭 林惠琳 黃琳嫻	羅國珍 黃見龍 9352553	1.馮顯問參加活動。 2.長青組行程隨喜。
1119	聖母山莊步道淨山活動	884M	甲	現場報名	免	自行車前往	08:30	礁溪五峰旗 溪邊賣場	礁溪五峰旗 溪邊賣場	陳素珠 0921-541667 林麗雯	黃錦陽 呂美惠	年度淨山活動，宣導無痕山林，維護步道整潔。
1126	劍龍稜	181M	乙	11/10	700/800	專車	06:00 06:20	羅東鎮農會 宜蘭市公所	勸濟堂	謝天賜 0933 986951	吳仲玉 0919 904955	賞芒行程，勸濟堂、獅墩棧→劍龍稜，半屏山→戰備道、黃金地質公園、神社、太子賓館。
123	金龍湖、翠湖 內溝山、老鷹尖	137M 193M	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	汐止	余銘仁 0937 988655 謝松柏	李後輝 林長新	金龍湖是台北盆地三大湖中最大的湖，湖寬200公尺，附近北峰寺建築雄偉，風景秀麗，本條路線走在稜線上，周圍環山，路線顯明。
123	蘇澳五號坑上猴 椅山下三號坑	680M	乙	11/30	250/300	互相支援	06:00 06:20	宜蘭市公所 羅東鎮農會	永樂車站	陳正輝 0921-603867	李振昌 呂文賢	該路線經六位勇士踏查於106.08.06完成，大熱天揮汗開路，令人敬佩，歡迎山友參加共享成果。
129/10	池有山 品田山	3303M 3524M	丙	11/5	3000/3500	專車	04:30 04:50	宜蘭市公所 羅東鎮農會	武陵	林永昌 0918-400995	鄭詠霖	品田山百岳十峻之一，武陵四秀之首，視野開闊遼闊，池有山因有新達池亞美池品田池等高山池塘而名，報名請交身分證資料。
1217	馬武霸	2497M	乙	12/2	1000/1200	專車	05:00 05:20	宜蘭市公所 羅東鎮公所	環山	陳正輝 0921-603867	陳奕川 林正枝	三等三角點，露山山脈東南向支稜，周圍百岳環繞，山頂為大草原坡，視野絕佳。
1217	瑞芳山、秀琦山 龍潭山	187M 195M 199M	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	瑞芳站	董成景 0921-955853 林碧珍	林麗雯 祝文	秀崎山、瑞芳山、龍潭山合稱瑞芳三尖，山海交映海天一色風景優美，可順遊象鼻岩天然海蝕洞。
1224	暖東峽谷越嶺淡蘭 古道	520M	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	暖暖	董成景 林碧珍	黃錦陽 呂美惠	暖東峽谷越過五分山至平溪十分寮，這段淡蘭古道已有二百年歷史，老笨坑煤礦遺址，值得探訪，五分山芒浪讓人開眼界。
1224	嘉羅舊神社	1476M	乙	12/10	800/900	專車	05:00 05:20	宜蘭市公所 羅東鎮農會	四季	高芳盛 0912-377965	蕭振田 093D 876465 林正枝	嘉平林道神社遺址，關懷昔日因伐木而造成森林資源枯竭，為今日保育森林借鏡。
1231	大華石龜	335M	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	三貂嶺	陳奕川 呂美惠	黃錦陽 9331132 謝文欽	百年土地公、石龜將軍守護著六分山區，祈福非常靈驗，三貂嶺經幼坑古道抵達大華。

★ 參 加 活 動 注 意 事 項

- 組別說明：甲組：大眾健行路線 乙組：健腳路線 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帶隊，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，了解活動路況，審慎選擇參加組別。
- 本會各項活動收費係含宣導費、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、已僱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。