



2011 / 05 / 01

上窰擺頭墩 — 黃宜洲半島

途程：11 公里

難度：★★

路線簡介：

北潭涌傷健樂園 → 自然教育徑 → 上窰郊遊徑 → 擺頭墩 (204米) → 萬宜路 → 南風灣傍海山徑 → 曝罟灣 → 起子灣 → 黃宜洲半島 → 上窰 → 北潭涌。

上走擺頭墩，西貢內海，島嶼星羅棋佈在海上，景色美態，令人讚嘆。左邊是萬宜水庫，前方是創興水上活動中心的人工湖。下走南風灣沿著傍海山徑而過，對岸是大頭洲及滘西洲，谷底下曝罟灣廢村，村前漁塘，弧形堤堰，景緻怡人。前走起子灣的海岸，對出是黃宜洲及斬竹灣，風光旖旎，景色怡人。

集合：西貢北潭涌傷健樂園。 9:15 起步。

起點交通：巴士：92 (鑽石山港鐵站)，299 (沙田市中心)，99 (烏溪沙鐵路站)，792M (調景嶺)；另綠色小巴：1 (德福)，1A (彩虹)，均於「西貢巴士總站」下車轉乘 94 號巴士於「北潭涌」站下車。

巴士：96R (鑽石山港鐵站)，698R (小西灣) 均於「北潭涌」站下車。

終點交通：同上。

2011 / 05 / 08

金鐘馳馬淺水灣

途程：10 公里

難度：★★

路線簡介：

香港公園 → 寶雲徑 → 寶雲道活水公園 → 灣仔峽公園 → 香港仔水塘道 → 金夫人馳馬徑 → 南風道 → 深水灣道 → 引水道 →

香港高爾夫球會 → 香島道 → 深水灣海灘 → 麗海堤岸路 → 淺水灣海灘。

沿金夫人馳馬徑下走南風道，途程平順易走，翠綠林蔭，漫步寫意，恬靜怡神，頗有原始森林的風味。從深水灣道接引水道密林泥徑秘道至香島道高爾夫球場，迴落深水灣泳灘後段經海濱長廊往淺水灣，波光水影，遊艇處處，此路段無遮蔭，請做足防曬措施。

集合：香港公園入口。 9:00 起步。

起點交通：港鐵港島線金鐘站「C1」出口上地面乘自動電梯橫過金鐘道入太古廣場上香港公園。另港九多條巴士線途經金鐘太古廣場。

終點交通：巴士：6、66、6X、260 (交易廣場)，65 (北角碼頭)，73 (數碼港、華富北)，973 (尖東)。

2011 / 05 / 15

貝澳老人山 — 龍尾望東灣

途程：15 公里

難度：★★★

路線簡介：

大嶼山貝澳 → 老人山 (303米) 芝麻灣郊遊徑 → 龍尾 → 下徑 → 望東灣 → 貝澳。

環走芝麻灣郊遊徑部份路段，上走 303 米高的老人山，山頂高聳，視野極佳，山火瞭望台，能觀察大嶼山東南面大部份地區。從山頂俯覽石鼓洲，長洲，貝澳村又別具另一風貌。

集合：8:30 東涌大嶼山巴士總站同乘 3M 巴士。

起點交通：港鐵東涌線東涌站。另港九各區往機場巴士之 E 線巴士，於「東涌消防局站」下車，步往大嶼山巴士總站乘搭 3M 巴士往梅窩於貝澳「羅屋村」站下車。

終點交通：同上。

2011 / 05 / 22

全會活動 — 大埔滘松仔園自然護理區

途程：12 公里

難度：★★

路線簡介：

大埔滘松仔園 → 自然教育徑 → 啡徑 → 植林道 → 鉛礦坳 → 城門水塘 (菠蘿壩)。

大埔滘自然護理區乃全港覆蓋範圍最廣的次生樹林，林木茂盛，綠蔭樹下，路況平順。全走啡徑大部份與黃徑重疊，沿途不同喬木和灌木外，亦有數處竹林。景緻優雅。城門水塘雖是常行路線，水塘區的湖光山色，四季不同，千變萬化，林道旁參天的白千層樹林，永遠是幽美勝景。

集合：大埔滘松仔園路口小公園。 9:00 起步。

起點交通：港鐵荔枝角站「A」出口地面巴士總站。巴士：72 (長沙灣一太和)，72A (大圍一大埔工業邨)，74A (觀塘碼頭一太和)，73A (上水彩園一沙田愉翠苑)，以上各線巴士均於大埔「松仔園」站下車。

終點交通：綠色小巴 82 (荃灣兆和街) 接港鐵荃灣線或行經青山道往港九各區之巴士。

沿菠蘿壩城門道多走 15 分鐘往和宜合道於可風中學有巴士：40X，46X，47X，48X，73X，278X，32 往各區。

備註：1) 起步站開始運作(蓋印)時間為 09:00 - 09:30。 2) 樂行會所公布之有關資料為最正式者。

2011 / 05 / 28

宿營活動：荔枝莊明愛小塘營

活動參加者請於 5 月 28 日(星期六)下午 2:00 在西貢綠色小巴 (7 號) 站等候集合同乘車往海下路於「白沙澳」下車 (車費\$10.70)。如時間未能配合者，可稍後自行前往白沙澳沿路標指引往明愛小塘營會合。

2011 / 05 / 29

大藍蓋 (擔柴山) 半過路 — 爐仔石涌沙頂

途程：10 公里

難度：★★★

路線簡介：

A 線：明愛小塘營 → 擔柴山 (372米) → 牛過路 → 海下 → 攔路坳 → 爐仔石 (161米) → 涌沙頂 (較杯石) → 獅地 (132米) → 大灘郊遊徑 → 黃石碼頭。

從明愛小塘營上走擔柴山，部份碎石路段較為崎嶇，沿途視野廣闊，一望無際。赤門海峽盡在眼底，對岸船灣淡水湖及黃竹角咀一覽無遺，山海之美，令人讚嘆。從攔路坳上走爐仔石不太崎嶇。由爐仔石走至涌沙頂(較杯石)及獅地沿途盡賞大灘內海及對岸高流灣漁村風貌，波光帆影，美不勝收。

B 線：明愛小塘營 → 荔枝莊 → 南山洞 → 蛇石坳 → 深涌 → 榕樹澳 → 企嶺下 → 水浪窩。途程：13 公里，難度：★★

初段途經荔枝莊碼頭可乘渡輪返回馬料水 (大學東鐵站)，時間 上午 11:40 及下午 2:15，另一選擇可繼續前行往深涌碼頭乘渡輪返回馬料水，時間 上午 11:55 及下午 2:30，不選擇乘渡輪會友，沿海岸邊路經榕樹澳，企嶺下，直至終點水浪窩。

集合：9:00 西貢綠色小巴總站自行乘 7 號小巴 (西貢—海下) 車資\$10.70。

起點交通：西貢 7 號小巴於「白沙澳」下車沿路標或專人帶領前往明愛小塘營會合大隊。 10:30 起步。

終點交通：**A 線**：巴士：94 (西貢)，96R (鑽石山港鐵站)，698R (小西灣)。

終點交通：**B 線**：299 (西貢 - 沙田市中心)，99 (西貢 - 烏溪沙鐵路站)。

網址：<http://lokhang.servehttp.com/fans/> (網站其它內容並不代表樂行會立場)