



walkers.org.hk

郊野公園之友樂行會 2011 年 06 月健行活動

樂行會的健行活動全由義工組織籌備。大會活動讓參加者在活動時間內自由地依循樂行會的路標行進，小組健行則由領隊帶領前進。活動參加者必須遵守「郊野公園遠足安全指引」，亦應知道參加健行活動有一定的危險，所以在參加活動前應充分了解路線是否適合和難度是否能應付。

若你參加樂行會的活動，表示你已經明白活動的存在危險並且同意如有意外發生時會自行承擔所有責任。

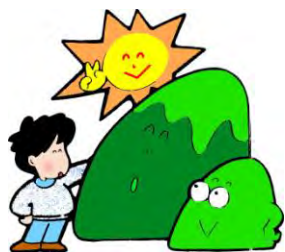
- 星級指標：**
- ★ 適合老少，一家大小，未計休息輕鬆行兩至三小時左右
 - ★★ 適合老少，一家大小，有些少上高落低，山徑明顯。未計休息行三至四小時以上
 - ★★★ 較多的上落，山徑未必明顯，需要較多的經驗。未計休息行四至五小時以上
 - ★★★★ 上高落低，穿越不明顯山徑，可能要用手攀爬，只宜經驗豐富的行人。未計休息行五至六小時以上
 - ★★★★★ 手腳並用，艱辛行程，要有豐富行山經驗，未計休息行六至七小時以上。

如早上七時半，雷暴警告、任何暴雨警告、三號或以上之颱風訊號有效，當天活動取消。

- 2011/06/05 夏日炎炎 — 水塘結緣 (藍地水塘 — 洪水坑水塘) 途程：10 公里 難度：★★★**
 路線簡介：屯門嶺南大學 → 富地路 → 虎地上村 → 藍地水塘 → 荒僻山徑 → 洪水坑 → 洪水坑水塘 → 藍地石礦場 → 福亨村路 → 藍地大街 → 青山公路妙法寺。
 由嶺南大學經虎地上村上走水務車路至藍地水塘，前走老虎坑，沿溪流清幽曲徑。上走荒僻山徑，小部份碎石路段，略為崎嶇。從洪水坑上游下走至洪水坑水塘，沿途樹蔭處處，一片青蔥，清溪暢流，令人舒暢，近覽水塘山色，幽雅迷人。
 集合：屯門青山公路「嶺南大學門口」集合。 9 15 起步。
 起點交通：巴士：53 (如心廣場)， 67 M (葵芳)， 67X (旺角東鐵站)， 261 (天平邨)， 263 (青衣) 均於「嶺南大學站」下車。
 港鐵轉乘西鐵線，輕鐵 614 (屯門碼頭)， 615 (元朗) 均於「兆康站」下車後向彩暉花園落青山公路步行 15 分鐘往嶺南大學。
 終點交通：同上。
- 2011/06/12 二澳水滂漕 — 慈興寺悟園 (龍仔) 途程：12 公里 難度：★★★★**
 路線簡介：大澳 → 番鬼塘 → 牙鷹角 → 鳳凰徑(60)後接林徑上水滂漕 → 鳳凰徑 → 慈興寺 → 龍仔悟園 → 南涌村 → 大澳。
 沿中下游潤旁山徑上走，部份路段需攀爬上落，宜小心。餘路段較為崎嶇，離潤後接鳳凰徑往慈興寺及悟園路途一般，後段下南涌村車路較為陡斜。萬丈布源自靈會山二組溪流會合，穿岩過壁，蜿蜒奔騰而下，猶如萬丈布疋，白練高掛，一水懸空，飛瀉而下，氣勢不凡，每逢豪雨，溪水滾流而下，直落二澳灘旁出海，發出轟隆巨響，二者因而得名。6 米長雕塑，飛龍盤旋於慈興寺附近，起伏於山腰間，昂首吐舌，張牙舞爪，造型威猛，栩栩如生，氣勢不凡，俯視整個萬丈布平原。龍仔悟園現今門庭殘破，荷塘乾涸，仍值得一遊。
 集合：大澳海堤長廊 (大澳大嶼山巴士總站對面)。 9 30 起步。
 起點交通：港鐵東涌線東涌站。另港九各區往機場之 E 線巴士於「東涌消防局站」下車，步行往東涌大嶼山巴士總站。
 8:30 東涌大嶼山巴士總站同乘 11 號 巴士往大澳總站。
 終點交通：同上。
- 2011/06/19 大會活動：「千禧健行 + 10 系列之十一」 西貢東郊野公園 途程：12 公里 難度：★★★**
 路線簡介：北潭凹 → 赤徑 → 大浪凹 → 咸田灣 → 西灣 → 吹筒坳 → 西灣亭。
 從北潭凹沿蜿蜒平坦小路，緩緩往下步向赤徑，可遙望赤徑海及蚺蛇尖矗立對岸，走過昔日村莊赤徑村後，再緩上大浪凹，由此處下走咸田灣，走過原始獨木橋，沿環山路徑走向西灣，盡覽大浪四灣壯麗的景色，宜人的連綿海灣景緻盡在眼前，景色優美，令人心曠神怡。
 集合：西貢北潭凹。 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)。 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「北潭凹」站下車。
 巴士 96R (鑽石山港鐵站—黃石碼頭)， 698R (小西灣—黃石碼頭) 均於「北潭凹」下車。
 終點交通：西灣亭可乘村巴往西貢市中心(麥當奴)，車資 18 元。五人一組乘的士，車資約 90 元。或多走 6 公里回北潭涌。
 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。
- 2011/06/26 串走城門上下水塘 途程：10 公里 難度：★★**
 路線簡介：大圍東鐵站 → 美林邨 → 美松苑 → 下城門水塘 → 沙田郊遊徑 → 大峽谷 → 城門水塘主壩 → 緩跑徑 → 環塘林道 → 自然教育徑 → 菠蘿壩。
 下城門水塘大峽谷，昔日鐵索迷城現今行車大橋跨越峽谷之境況，環塘路段，青山綠水，林蔭處處，林下漫步，恬靜怡人，心曠神怡。
 集合：東鐵線大圍站「A」出口。 9 00 起步。
 起點交通：46X、86B (美孚)， 80K (觀塘)， 80K (愉翠)， 81C (紅磡)， 82 (火炭)， 85B (九龍城)， 86A、86C (長沙灣)， 87A、87B (大角咀)， 88K (駿景)，上述各線巴士途經大圍站。
 終點交通：綠色小巴 82 (荃灣兆和街) 接港鐵荃灣線或行往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：32 (大角咀奧運站)， 40X (烏溪沙鐵路站)， 46X (美孚)， 47X (秦石)， 48X (灣景花園)， 73X (富善)， 278X (上水)。

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

樂行守則：



- 1 如需離隊，請通知領隊或其他工作人員。超越領路者視作自行離隊。
- 2 共同健行，互相照顧。
- 3 尊重村民，切勿損毀私人財產、農作物及牲畜。
- 4 切勿破壞自然景物。
- 5 切勿在燒烤場或營地外生火。
- 6 切勿污染水源。
- 7 切勿隨地拋棄廢物。
- 8 切勿損害野生動植物及其生長環境。
- 9 愛護郊區，保存大自然美景。
- 10 尊重其他遊人，盡量降低聲量。

