



walkers.org.hk

郊野公園之友樂行會 2011 年 11 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。

活動預告： 樂行會昂然進入第11年，10年來得各會友熱烈支持，感謝萬分。2011年聯歡聚餐定于12月10日(星期六)在中環租庇利街1號喜訊大廈2樓中環寶湖海鮮酒家舉行(中環街市旁對面)，餐券每位 270元，歡迎各會友及其親朋踴躍參加，17:00恭候，19:30入席，請向李鏡坡先生登記報名。

義務勞動： 2011年12月18日清潔大嶼山鳳凰山，為慶祝樂行會十週年獻禮 - 為郊野公園出一分力。
昂平 → 鳳凰觀日牌坊 → 天梯 → 斬柴坳 → 鳳凰山頂 → 倒走鳳凰徑3段 → 伯公坳 → 東涌。是日清潔活動，純體力勞動，有興趣參加者，請向李鏡坡先生報名，名額約100人，額滿即止。當天清潔活動一切聽從負責幹事指示。

2011 / 11 / 06 二東，蓮花雙輝映 途程：12 公里 難度：★★★
路線簡介： 伯公坳 → 爛頭營 → 二東山(749米) → 雙東坳 → 蓮花山(766米) → 三山台 → 婆髻山坳 → 低埔 → 翔東路 → 富東邨。
 從伯公坳上走 2 公里，倒行鳳凰徑 2 段至爛頭營，石階山徑蜿蜒而上，盡覽山下嶼南秀麗的海景，天氣佳的話，更可眺望大小鴉洲及索古群灣。二東山爛頭營遍佈各小山頭，山坡高處，嶙峋怪石層疊，群山美態盡在眼前。蓮花山上更有天帝之床之美譽，下走婆髻山坳至低埔部份路段多碎石，尤為注意。
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乘搭 3M 巴士往『伯公坳站』下車。
終點交通： 港鐵東涌線東涌站。另港九各區往機場之 E 線巴士

2011 / 11 / 13 2011 香港郊野全接觸 - 漁農自然護理署主辦 (一切以主辦單位公佈為準)
主辦單位路線： 由北潭涌傷健樂園起步，沿麥理浩1段，途經西壩，直到東壩，原路返回北潭涌傷健樂園終點站 (全程約20公里，需時6小時)。
樂行會路線： 由北潭涌傷健樂園起步，沿麥徑1段 → 西壩 → 深篤 → 企人石 → 淡水灣 → 大蛇灣 → 蛇灣山 → 北丫 → 東丫 → 白腊，上走萬宜路經西壩返回北潭涌。途程：17公里，難度：★★★
集合： 8:30 北潭涌傷健樂園。 9:00 舉行起步禮。
起點交通： 巴士：92(鑽石山)，99(烏溪沙鐵路站)，299(沙田市中心)，792M(將軍澳)，。另綠色小巴：1(德福)、1A(彩虹)、12(寶琳)、101M(坑口) 均於西貢總站下車轉乘 94 號巴士於「北潭涌」站下車。 698R(小西灣)，96R(鑽石山—黃石) 於「北潭涌」站下車。
終點交通： 同上

2011 / 11 / 20 大會活動：大欖涌郊野公園 (深井 — 南坑排) 途程：12 公里 難度：★★
路線簡介： 深井村 → 深井聚水塘 → 民安隊圓墩營 → 圓墩郊遊徑 → 永吉橋 (吉慶橋) → 元荃古道 → 大棠自然教育徑 → 南坑排 → 元朗大棠道。
 此路線均為郊遊徑及自然教育徑，沿途穿梭大欖涌水塘，幽谷小徑，樹木蒼翠，平順易走，恬靜怡人。
集合： 深井村內足球場。 9:00 起步。
起點交通： 巴士：962B(金鐘)，52X(大角咀)，53(如心廣場)，另可於荃灣港鐵站外南豐中心對面青山公路富華街站乘搭 234A、234B(荃灣西鐵站)，均於「深井村」站下車。由元朗，屯門方向往深井巴士：52X，53，962B 下車巴士站同上。
終點交通： 元朗大棠路巴士：K66 往元朗中心及西鐵朗屏站。紅色小巴往元朗市中心紅棉園 (千色店附近)。
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 / 11 / 27 2011 香港郊野全接觸 - 漁農自然護理署主辦 (一切以主辦單位公佈為準) 途程：10 公里 難度：★★
路線簡介： 港島徑第8段，石澳道土地灣巴士站起步，途經打爛埗頂山，龍脊，雲枕山，歌連臣角休憩處(終點)。
 全程約 10 公里，需時約 4 小時。可在歌連臣角道休憩處，再步行20分鐘前往小西灣。
集合： 石澳道土地灣巴士站。 9:00 起步。
起點交通： 筲箕灣巴士總站，9 號往石澳於土地灣站下車。
終點交通： 小西灣 (藍灣半島)巴士總站：118(深水埗)，606(彩雲)，694(調景嶺站)，84M(柴灣港鐵站)，及多線巴士往北角碼頭，灣仔碼頭及中環。

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

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。

