



「郊野公園之友樂行會」2013年9月健行活動

「樂行會」的健行活動全由義工籌備。「大會活動」：參加者按擬定時間自行依循路標前進；「小組活動」：由領隊帶領前進。參加者必須遵守「郊野公園遠足安全指引¹」、瞭解健行活動的潛在危險及路線難度，並自忖能應付裕如。「樂行會」並沒有為參加者購買意外保險，參加者請自行選購合適保險；若發生任何意外，參加者須自行承擔所有責任。

- ★** 適合老少，一家大小。未計休息輕鬆行兩至三小時左右。
- ★★** 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，要有豐富行山經驗，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懸掛，當天活動取消。

聯歡晚宴：「樂行會」昂然進入第13年，多年來得各位會友熱烈支持，感謝萬分。今年聯歡晚宴聚餐定於11月16日(星期六)舉行，**餐券每位300元，會員在晚宴時退回20元**。歡迎各會友及其親朋踴躍參加。請向各幹事報名。
地址：「東九龍譽宴」黃大仙龍翔道110號2樓(港鐵黃大仙站A出口)。17:00 恭候，19:30 入席。

2013.09.01 **小組活動：西貢之尖—釣魚翁山(344米)** **途程：10公里** **上尖難度：★★★** **不上尖難度：★★**

路線簡介：坑口港鐵站→半見村→禾塘崗→俞屋村→澳具村→坑尾頂村→上下洋山→廟仔墩→釣魚翁山→田下山→大廟坳。沿山徑拾級往上下洋山的一小段稍斜，回望西貢牛尾海一帶的青山綠水，景色美麗，不枉此行，下洋山及廟仔墩一帶較為平緩易行，沿途視野廣闊，左面是清水灣一帶優美自然風光，右面是將軍澳及調景嶺新市鎮的發展，釣魚翁山腰景觀更可遠望港島的柴灣，往田下山方向，視野更為廣闊，更可俯瞰清水灣鄉村俱樂部的全貌。果洲群島，火石洲及糧船灣洲，盡入眼簾。

集合：坑口港鐵站B1出口，9:15起步

起點交通：港鐵觀塘線轉乘將軍澳線。

終點交通：順步行到布袋澳路口乘小巴16(寶琳港鐵站)或清水灣二灘乘巴士91(鑽石山港鐵站)，小巴103(觀塘碼頭)，103M(將軍澳港鐵站)

2013.09.08 **小組活動：屏南石澗—潭瀑競秀(石板潭南涌郊遊徑南涌段)** **途程：8公里** **難度：★★★★**

路線簡介：南涌郊遊徑下屏南石澗精華段(清濂瀑，草裙瀑，老龍潭，樹壁棧道，壺穴龍潭)。澗道明顯，石潔水清，中段離澗接郊遊徑段返南涌。**須攀爬，宜備手套**。如受天氣影響，改走南涌郊遊徑全段至丹竹坑。

集合：港鐵粉嶺站轉乘綠色小巴56K往鹿頸於南涌路口下車。9:15南涌路口起步。

起點交通：港鐵粉嶺站轉乘56K綠色小巴。

終點交通：同上

2013.09.15 **網遊馬屎洲—賞地質之旅** **途程：8公里** **難度：★★**

路線簡介：三門仔新村→鹽田仔→水茫田→馬屎洲東岸(網邊)→小山崗(114米)→網西北岸→水茫田→網南岸→割雞井→鹽田仔山頂(96米)→三門仔新村。
馬屎洲毗鄰大埔三門仔，擁有極其豐富的地貌特徵，距今約二億八千萬年歷史。在這裏可以找到連島沙洲，龍落水，海蝕平台，凝灰岩，礫岩，石英，班岩，可以觀賞到變化多端的地質形態。尤其清晰的摺曲岩層，對熱愛岩石地貌的來源，獲益良多。

集合：港鐵東鐵線大埔墟站乘74K巴士往三門仔，9:15三門仔起步

起點交通：巴士：74K(大埔墟鐵路站—三門仔)。綠色小巴：20K(大埔墟鐵路站—三門仔)。

終點交通：綠色小巴22B(洞梓童軍中心—大埔墟東鐵站)或沿洞梓路多走20分鐘出汀角路乘75K返大埔墟東鐵站。

2013.09.22 **大會活動：西貢東郊野公園—風光明媚東心淇半島** **途程：9公里** **難度：★★**

路線簡介：黃石碼頭側燒烤場→土瓜坪→東心淇→北潭凹→北潭凹郊遊徑→鯽魚湖怡庭。
沿途飽覽黃石內海，帆影處處，無限風光盡在眼前，東心淇半島最高點為(165米)，環望赤徑及高流灣一帶景色，除上山段略為崎嶇，全程平順易行。

集合：黃石碼頭側燒烤場，9:15起步

起點交通：巴士92(鑽石山港鐵站)，299(沙田市中心)，99(烏溪沙站)，792M(調景嶺)。綠色小巴：1(德福)，1A(彩虹)，12(寶琳)，101(坑口)均於西貢巴士總站下車轉乘94號巴士至黃石碼頭。黃石巴士96R(鑽石山港鐵站)，698R(小西灣)。

終點交通：同上

2013.09.29 **小組活動：火炭馬屎村—沙田道風山** **途程：11公里** **難度：★★★**

路線簡介：港鐵火炭站→落路下→馬屎村→坑口→狗肚山澗→長瀝尾→大埔坳林道→牛湖托→坳背灣→黃竹洋橫山徑→道風山→沙田東鐵站。
由馬屎村林道直入深谷，曲徑通幽，蒼翠山嶺，優美恬靜，景色怡人，上走狗肚山坳往長瀝尾。大埔澗林道為植林路段，平順易走，景觀開揚。由打鐵坳下走老劉屋部份路段略為崎嶇。

集合：港鐵東鐵線火炭站上層C出口，9:15起步

起點交通：港鐵東鐵線列車至火炭站。

終點交通：港鐵東鐵線沙田站轉乘各線列車或乘往港九各區之巴士。

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

¹「郊野公園遠足安全指引」http://www.afcd.gov.hk/tc_chi/country/cou_wha/cou_wha_whe_sat.html