郊野公園之友 樂行會
聯繫 5409 4945
（星期日 07:15－16:00）
fcphc@yahoo.com.hk
facebook
http://www.facebook.com/fcp.hc
網址
http://lokhang.servehttp.com/fans

「郊野公園之友樂行會」2013 年 11 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。

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。
★★	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。

2013.11.03 **高山系列之五：八仙群峰—屏風黃嶺** **途程：11 公里** **A 組：★★★★馬騮崖上仙姑峰** **B 組：★★★衛徑上仙姑峰**

路線簡介：大尾督巴士總站→郊野公園管理站→八仙嶺自然教育徑→仙姑峰 511 米→湘子峰 513 米→采和峰 489 米→曹舅峰 508 米→拐李峰 522 米→果老峰 543 米→鐘離峰 529 米→純陽峰 590 米→犁壁山→黃嶺 639 米→屏風山→鶴藪水塘。
由教育徑至登山口直上八仙嶺東端的仙姑峰，此路段向上攀 300 多公尺，請緩步而上，下眺船灣淡水湖，吐露港及大尾督一帶，令人心曠神怡。從西走串連八個山峰至純陽峰，經犁壁山再登黃嶺，沿屏風山連綿山脊而過，兩旁山勢巍峨陡峭，景物全無遮擋，置身其中，如飛鷹於天際翱翔。山脊兩旁景色，天地合一，蔚為奇觀。部份路段上落甚多，較為崎嶇，下走至湖水如鏡的鶴藪水塘，又是另一番恬靜風光。
集合：大尾督郊野公園管理站。9:15 起步
起點交通：巴士：75K(大埔墟鐵路站—大尾督)，綠色小巴：20C（大埔墟鐵路站—大尾督）。
終點交通：綠色小巴：52B(鶴藪—粉嶺鐵路站)

2013.11.10 **大會活動：龍門郊遊徑(城門郊遊公園)** **途程：9 公里** **難度：★★**

路線簡介：城門水塘郊野公園管理站→林道→龍門郊遊徑→圓玄學院→老圍→石圍角邨→綠楊新村。
城門水塘，大樹成蔭，是雀鳥蝴蝶天堂，此徑來回走向皆有一段較為陡斜，其餘路段皆平緩易行，老少咸宜。中段可俯瞰青衣和荃灣一帶景色，及青馬大橋的雄偉建築。
集合：城門水塘郊野公園管理站。09:15 起步
起點交通：綠色小巴：81M 荃灣兆和街至城門水塘菠蘿壩。
巴士：32，40X，46X，47X，48X，73X，278X 於和宜合道「可風中學站」下車，沿城門道往起點。
終點交通：港鐵荃灣站。

2013.11.17 **小組活動：雷打雞公—王爺太墩** **途程：11 公里** **難度：★★★**

路線簡介：水浪窩→企嶺下→雞公山 399 米→雷打石山 379 米→王爺坳→大王爺墩 304 米→太墩 317 米→北潭涌遊客中心
企嶺下海及榕樹澳一帶風光盡在雞公山下展現，雷打石山位處榕北坳之上，與畫眉山，岩頭山，牛耳石山相對而立，太墩面向北潭涌及西貢方向，頂峰下望，西貢內海，島嶼星羅棋佈在海上，景色美態，令人讚嘆。
集合：西沙公路「水浪窩」站前往公廁旁空地 9:30 起步
起點交通：299（沙田新城市廣場地下巴士總站－西貢總站），99（烏溪沙鐵路站－西貢總站）均於「水浪窩」站下車。
終點交通：94（西貢），96R（鑽石山港鐵站），698R（小西灣）。

2013.11.24 **小組活動：南丫賞奇石—菱角山陰山(山地塘)** **途程：9 公里** **難度：★★★**

路線簡介：索罟灣→模達灣→菱角山 250 米→菱角山坳→陰山 353 米(山地塘)→索罟灣
整初段路徑平坦易行，末段在深灣跨越菱角山與陰山之間山脊，難度不高，踏上陰山之路，較為崎嶇難行。
集合：中環港外線 4 號碼頭， 8:20(務請準時)
起點交通：渡輪於 8:35 啟航（船費$28）
終點交通：索罟灣返中環(航班： 16:05、17:35、19:35)

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

緊急求救 999 或 112、遠足短訊留蹤服務 50222 的士：西貢 27291199、新界 24572266、大嶼山 29841328、香港 21866866

「GPS 遠足留蹤」智能手機程式—在智能手機 App/Play Store 輸入「Enjoy Hiking」，搜尋漁護署的「郊野樂行」程式。下載後啟用，同意服務條款後即可使用當中的「遠足留蹤」服務，以手機號碼作記，每次在遠足地點出發前，只須在程式上選擇「On」，即能透過全球定位系統（GPS）每隔 15 分鐘記錄手機位置，加密的數據會自動傳到服務中心。
（請注意您的數據計劃上限，和不允許漫遊時使用數據）