



「郊野公園之友樂行會」2013年12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。

2013.12.01	小組活動：屯門九徑山—洪水坑藍地	途程：10 公里	難度：★★★
路線簡介：	屯門大會堂平台花園→顯發里→舊麥徑 10 段引水道→荒脊上走九徑山導航燈塔→直昇機坪(507 米)→下走東昇亭→洪水坑→洪水坑水塘→藍地泥圍→青山公路(順風圍)。 沿路登山視野遼闊，奇石散佈山頭各處(如草菇或冬菇石)，持續上走至峰頂，浮沙碎石，較為吃力，下走東昇亭至洪水坑水塘段，較為崎嶇。		
集合：	屯門市中心巴士總站上層大會堂平台花園。 9:15 起步		
起點交通：	52X(大角咀)，60M(荃灣站)，60X(佐敦)，62X(油塘)，263(沙田站)均於屯門市中心下車。 61X(九龍城)，66M(荃灣站)，960(灣仔碼頭)，961(會展)均於屯門公園下車。		
終點交通：	53(如心廣場)，63X(佐敦)，68A、263M(青衣機鐵站)。		

2013.12.08	小組活動：深井大欖隧道口—動物通道蓮花山	途程：12 公里	難度：★★★
路線簡介：	深井東村→大欖隧道口→動物通道→蝴蝶坑脊→煤氣管道→元荃古道→蓮花山→上花山，曹公潭→荃景圍→愉景新城。 由嘉頓公司廠房對面上走深井東村，續走小山崗至大欖隧道口旁，經動物通道橫過隧道頂，下走蝴蝶坑。沿荒脊上走，遙望汀九橋及汲水門一帶風光，兩旁深谷處處，恬靜怡人，由煤氣管道至蓮花山又是另一番景象。		
集合：	深井嘉頓公司廠房門。 9:15 起步		
起點交通：	53(荃灣如心廣場)，234B(荃灣西鐵站)，於嘉頓公司站下車。52X(大角咀)，234A(荃灣西鐵站)，962B(銅鑼灣摩頓台)於碧堤半島站下車往後走約 5 分鐘至嘉頓。		
終點交通：	荃灣港鐵站或乘往港九各區之巴士。		

2013.12.15	小組活動：挑戰茶壺咀—勇闖南天門	途程：12 公里	難度：★★★★
路線簡介：	塘福→蔴埔坪懲教署→引水道→茶壺咀脊→茶壺咀(650 米)→橫山棧道險徑→南天門→鳳凰徑→伯公坳→地塘仔郊遊徑→羅漢寺→石門甲村→逸東邨。 由陡峭山徑直上茶壺咀，腳下石壁水塘，藍天碧海，群嶼亮麗美景，盡在眼底。東西狗牙嶺與茶壺咀互相對望，兩旁山勢，氣魄迫人，環迴皆景，群山美態，令人讚嘆，百看不厭。南天門氣勢迫人，直瀉深谷，需手腳並用走上鳳凰徑。		
集合：	8:20 東涌大嶼山巴士 11 號(務請準時)乘搭 11 號巴士往蔴埔坪懲教署		
起點交通：	大嶼山巴士 11 號。(請注意其他班次不經蔴埔坪懲教署，須於塘福站下車往前行經蔴埔坪路往上走往懲教署，多走 25 分鐘)。		
終點交通：	港鐵東涌線或乘往港九各區之 E 線巴士。		

2013.12.22	高山系列之六：雞嶺箕勒仔—北南大刀切	途程：10 公里	難度：★★★★
路線簡介：	粉嶺蓬瀛仙館→蝴蝶山路→粉嶺機動部隊訓練營→置華里→雞嶺→箕勒仔→晨運園地→北大刀切(480 米)→南大刀切(566 米)→嘉道里農場。 著名的大刀切是一個險峰，顧名思義，山脊猶如刀切，山徑窄且險，兩邊山勢巍峨陡峭，中央只有險徑而行，尤幸近年已加設鐵鍊欄杆，減低危險度，但仍需小心，沿山脊縱走路段視野無阻，景觀雄偉，北可望神洲及雞公嶺，南面第一高峰大帽山，東面大埔及康樂園，西面八鄉錦田元朗大平原，頓使人胸襟廣闊。		
集合：	粉嶺蓬瀛仙館旁停車場蝴蝶山徑入口處。 09:15 起步		
起點交通：	港鐵東鐵線粉嶺站。巴士：270A(尖東廢地道)，278X(如心廣場)，279X(青衣機鐵站)均於蓬瀛仙館站下車。		
終點交通：	64K 往返大埔或元朗西。		

2013.12.29	大會活動：郊野全接觸—龍門郊遊徑(川龍—城門)	途程：7 公里	難度：★★
路線簡介：	龍門郊遊徑(川龍)→城門郊野公園遊客中心。「漁護署」舉辦之「2013 香港郊野全接觸」遠足活動。		
集合：	龍門郊遊徑(川龍之入口)。 9:15 起步		
起點交通：	乘坐巴士 51 或荃灣兆和街專線小巴 80 於川龍站下車，沿村路步行約 30 分鐘，便到達郊遊徑之入口。		
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。或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。		

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