



「郊野公園之友樂行會」2014年07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。

2014.07.06	小組活動：串走大欖涌水塘五壩	途程：10里	難度：★★★
路線簡介：	大欖涌→大欖涌懲教所→水塘五壩→麥徑上手臂灣→伯公坳→荔枝園→大棠。 沿大欖涌路直入盡頭，須穿越懲教所範圍，切勿亂闖禁區，請緊隨大隊，大欖涌水塘南邊的水壩，塘內小島零星散佈其中，尤如千島湖，美景盡入眼簾。		
集合：	大欖涌巴士站。9:15 起步。		
起點交通：	巴士 61M (荔景 — 友愛，經葵芳港鐵站)，52X (旺角柏景灣 — 屯門市中心)，53 (荃灣如心廣場 — 元朗)，962B (銅鑼灣摩頓台)，另西鐵或輕鐵接駁巴士 K51 (富泰—大欖)，均於「大欖涌」巴士站下車會合大隊。		
終點交通：	接駁巴士 K66 元朗市中心或西鐵朗屏站，紅色小巴往元朗千色店廣場。		

2014.07.13	小組活動：汀九白玉觀音—石龍拱麗城	途程：12公里	難度：★★★★
路線簡介：	汀九村→水務署車路→石龍飛瀑引水道→紅花澗旁上白玉觀音→元荃古道→石龍拱→荒脊落引水道→麗城花園→海濱長堤→荃灣西鐵站。		
集合：	汀九村巴士站。9:15 起步。		
起點交通：	綠色小巴：96；96A；96M。巴士：荃灣西鐵巴士總站 234B，或荃灣站 A1 出口往青山公路元朗方向乘 234B 於汀九村巴士站下車。(請留意：巴士 234A 行走屯門公路，不經汀九)。		
終點交通：	港鐵荃灣西鐵站，可自行乘搭往港九新界各區之巴士。		

2014.07.20	大會活動：大埔滘松仔園自然護理區	途程：12里	難度：★★★
路線簡介：	大埔滘松仔園→自然教育徑→黃徑→荔枝山坳→龍城堡→山塘→大埔墟港鐵站。 大埔滘自然護理區乃全港覆蓋範圍最廣的次生樹林，林木茂盛，綠蔭樹下，路況平順。黃徑沿山路而行，亦可遠眺大埔，吐露港和八仙嶺的景色，間中會穿越多個竹林，景致優雅。		
集合：	大埔滘松仔園路口小公園 9:15 起步。		
起點交通：	港鐵長沙灣站地面出口巴士總站轉乘 72(長沙灣—太和)，港鐵東鐵線大圍站轉乘 72A(大圍—大埔工業邨)，74A(啟業邨—太和)，以上各線巴士均於大埔「松仔園」站下車。九巴公司已取消(70)佐敦至上水路線，敬請留意。		
終點交通：	港鐵東鐵線及往來港九各區之巴士。		

2014.07.27	小組活動：八仙腳下一橫涌石澗	途程：9公里	難度：★★★★★
路線簡介：	新娘潭→涌尾→橫涌石澗→八仙嶺自然教育徑→春風亭→大尾督。 由涌尾逆上，沿澗道或澗旁山徑，左右穿梭而上，部份澗道崎嶇需攀爬，全線深潭處處，龍珠上下潭，霜碧潭，雙瀑潭，樓台瀑，又可近賞紅蕃頭石。橫涌石澗位於八仙嶺北麓與玉女峰之間峽谷，源頭自橫山頭及關爺嶺匯流而成，澗道開揚，上游地勢平緩至橫山腳一段稱為繞絲溪，中下游地勢逆轉迂迴陡峭，飛瀑激流，蜿蜒下流至涌尾注入船灣淡水湖。		
集合：	新娘潭巴士總站。9:30 起步。		
起點交通：	大埔墟火車站巴士總站乘 8:45 頭班巴士 275R 往「新娘潭巴士總站」。 綠色小巴：20C (大埔墟火車站至烏蛟騰)於「新娘潭巴士總站」下車。		
終點交通：	大尾督巴士總站：75K, 275R (大埔墟火車站)。綠色小巴：20C (大埔墟火車站)。		

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，和關閉數據漫遊)