

**「郊野公園之友樂行會」 2014年08月健行活動**

「樂行會」的健行活動全由義工（包括領隊及所有工作人員）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](#)」、事前自行了解每次活動之行程、潛在危險及難度，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，一切與主辦單位無關，樂行會亦不作任何賠償。

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。

2014.08.03	小組活動：黃泥頭石芽背—東洋山慈雲山	途程：8公里	難度：★★★
路線簡介：	黃泥頭→大峯→石芽背→麥徑4段→東洋山→衛徑4段→基維爾營→沙田坳→慈雲山。 沿密林石階上走石芽背，也有一點吃力，東洋山訖立於群山中，麥徑及衛徑被其分隔在兩旁而過，但山徑穿梭其中，頂峰風光極目遠望，蠔涌白沙灣及可府覽全個九龍東部市區。		
集合：	黃泥頭巴士總站對上之公園。 9:15 起步。		
起點交通：	83K(沙田火車站)、86(美孚)、89D(藍田鐵路站 9:30 前)均至「黃泥頭」巴士總站。另 49X(青衣)、82K(美林)、85A(九龍城碼頭)、281A(九龍鐵路站)均至廣源邨總站，下車後往上走5分鐘至公園仔集合點。		
終點交通：	2F(長沙灣)、3B(紅磡碼頭)、3C(中港碼頭)、3D(觀塘裕民坊)、3M(彩雲)、5C(尖沙咀)、116(鯉魚涌)。		

2014.08.10	小組活動：赤柱斜炮頂—春坎山石河	途程：8公里	難度：★★★★
路線簡介：	赤柱軍營門口→斜炮頂(177米)→犀牛石→黃麻角道→聖士提反灣→赤柱大街→美利樓→馬坑公園→春坎角道→春坎山(133米)→春坎角炮台公園。 赤柱軍營前接山徑上斜炮頂，沿小徑下走近賞犀牛石，沿路折返山頂經密林下走黃麻角道，走小段馬路接聖士提反灣過赤柱大街，天后廟。沿美利樓上走馬坑公園，接小徑至春坎角道上春坎山，地標摩爪石河，狗頭石，由山脊而過直落慈氏護養院，直落春坎角炮台，更可下走海邊岩壁觀賞張保仔洞。		
集合：	港鐵西灣河站「A」出口地面之巴士站(即太安街12號)，乘14號巴士往起點。 9:30 赤柱軍營門口起步。		
起點交通：	14號巴士(嘉享灣至赤柱炮台總站)，約15分鐘一班。		
終點交通：	巴士：6X(交易廣場)、63(北角碼頭)、973(尖東)。綠色小巴：16A(柴灣港鐵站)。		

2014.08.17	小組活動：觀音頭嘉道理—梧桐寨瀑布群	途程：10里	難度：★★★★★
路線簡介：	凌雲寺→香港大學研究院→潤旁小徑上走觀音頭→嘉道理農場→散髮瀑→主瀑→中瀑→井底瀑→萬德苑→梧桐寨村→寨吧。 沿香港大學研究院車道直上，接小路入山潤旁上山徑，部份路段崎嶇，由水管路橫山徑進入嘉道理農場，再轉至梧桐寨瀑布群。梧桐寨瀑布位於大帽山幽谷山坡上，瀑布拾級而上，主瀑乃全港最高之瀑布，落差約30米，全年流水豐盛，石潔水清。沿途多樹蔭，群山環抱，瀑布穿梭其間，山迴水轉，曲徑通幽，融入大自然的美態。		
集合：	港鐵東鐵線大埔墟站 64K 巴士往起點「凌雲寺」巴士站。 9:30 起步。		
起點交通：	巴士：64K(往返大埔墟東鐵站-元朗西鐵站)「現金分段收費\$5.8，八達通卡不設優惠」於「凌雲寺」站下車		
終點交通：	同上。		

2014.08.24	大會活動：金山郊野公園—獅子山郊野公園	途程：10公里	難度：★★★
路線簡介：	鷹巢山自然教育徑→籐竹徑→回歸亭→望夫石→引水道落沙田頭村→曾大屋。 鷹巢山自然教育徑位處金山郊野公園，沿途青蔥樹蔭，及遍植秀麗的秀英竹。近看西九龍一帶景色，專程到訪可歌可泣動人故事的望夫石，更可俯瞰大圍及沙田一帶景色。		
集合：	鷹巢山自然教育徑入口。 9:15 起步。		
起點交通：	巴士：72(長沙灣巴士總站)、81(佐敦)均於「石梨貝水塘」站下車後，步往鷹巢山自然教育徑入口。 可步行前往馬鐵車公廟站或馬鐵沙田圍站轉乘其他鐵路沿線。曾大屋巴士站：85A(九龍城)、74A(官塘-太和)、82M(廣源)或前行往博康邨巴士總站：87A(大角咀柏景灣)、E42(機場)。沙田圍站外沙角街可轉乘往港九各區之巴士路線：89B、80X(觀塘)、170(華富)、182(港澳碼頭)、47X(葵盛)。		
終點交通：	同上。		

2014.08.31	小組活動：大圍古道—萬里長城—梅子林道—富安花園	途程：11里	難度：★★★
路線簡介：	蠔涌車公廟→界咸→大圍古道→石芽背倒走麥徑4段(萬里長城段)→茅坪→梅子林道→富安花園。 沿界咸上走曾氏宗祠石砌古道，依傍山邊石澗，緩緩而上，林蔭參天。萬里長城段下望西貢白沙灣內海，帆影處處。		
集合：	蠔涌路口之車公廟。 9:15 起步。		
起點交通：	巴士：92(鑽石山港鐵站)、792M(調景嶺)、698R(小西灣)。 綠色小巴：1(德福)、1A(彩虹)、12(寶琳)、101M(坑口)均於「蠔涌站」下車。		
終點交通：	富安往各區之巴士：84A(樂富)、43X(荃灣西鐵站)、81C(紅磡鐵路站)、84M(樂富)、85K(沙田鐵路站)、89C(觀塘)、289K(大學鐵路站)。屋苑外圍有多線巴士往港九各區及馬鐵大水坑站。		

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。