



## 「郊野公園之友樂行會」2015年1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](#)<sup>1</sup>」、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。

### 2015.01.18「郊野公園之友樂行會」會員週年大會（西貢蕉坑獅子會自然教育中心 09:00 - 11:00）

謹呼籲齊來參加週年大會，關心會之情況，促進會務，並提供寶貴意見。你們的參與是令「樂行會」進步的重要因素。大會內容包括第八屆（2015-2016年）執行幹事委員會選舉、「樂行會」的未來、會務報告、財務報告。

### 2015.01.18（星期日 14:30-18:00）新竹灣公眾燒烤區 舉行燒烤聯誼聚會

每人80元，包括乳豬、羊扒、牛扒、豬扒、雞翼、香腸、有機蔬菜、飲料、等等。請在1月11日或之前向Helen/Eric買票確認。每爐人數，將取決於佔據多少爐，參加者不得異議。

2015.01.04	<b>小組活動：火炭狗肚山-打鐵坳碗窰</b>	途程：12公里	難度：★★★★
路線簡介：	港鐵火炭站→落路下→狗肚山→長瀝尾→大埔滘林道→打鐵坳→老劉屋→元墩下→碗窰→運頭塘邨→大埔墟港鐵站。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。大埔滘林道為植林路段，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：	港鐵大埔墟站轉乘各線列車或乘往港九各區之巴士。		

2015.01.11	<b>小組活動：汲水門鎮流碑-花瓶頂迪欣湖</b>	途程：9公里	難度：★★★★
路線簡介：	青嶼幹線收費站→汲水門橋塔→鎮流石碑→二轉→三轉→草灣→花瓶頂→望東坑→迪欣湖。青馬收費站上走護土牆石坡，居高臨下鳥瞰汲水門及青馬大橋的雄偉建設。汲水門的由來原於急湍的水流漩渦散佈在航道上，對船隻往來構成風險，故有心人在海岸邊豎立了鎮流石碑，以保安全。沿大嶼山北端經二轉，三轉過草灣，沿途飽覽海岸風光，美不勝收。經花瓶頂至望東坑下走迪士尼公園迪欣湖。		
集合：	青嶼幹線青馬收費站E線巴士站。 9:30起步。		
起點交通：	所有行走往機場之E及A線巴士均於收費站下車。		
終點交通：	迪士尼線往欣澳轉乘東涌線港鐵。		

2015.01.18	<b>「郊野公園之友樂行會」會員週年大會 2015</b>		
內容：	謹呼籲齊來參加週年大會，關心會之情況，促進會務，並提供寶貴意見。你們的參與是令「樂行會」進步的重要因素。第八屆（2015-2016年）「郊野公園之友樂行會」執行幹事委員會選舉、「樂行會」的未來、會務報告、財務報告、等等。		
地點：	西貢蕉坑獅子會自然教育中心。 9:30-11:00		
會場交通：	巴士92（港鐵鑽石山站），792M（調景嶺），另綠色小巴1（德福），1A（彩虹），均於西貢公路「北港」站下車。另途299（沙田市中心），99（恆安邨），均於「西貢巴士總站」下車再轉乘巴士92（港鐵鑽石山站）。綠色小巴：1A（彩虹），1（德福）九龍灣，均於西貢公路「西貢蕉坑獅子會自然教育中心」下車。		
會後行山：	<b>西貢郊野公園</b>	途程：9里	難度：★★★★
	西貢蕉坑自然教育徑→對面海→西貢市→海濱長堤→大環→禾寮→黃竹灣村→昂窩→黃毛應→蛇頭村→大網仔→斬竹灣。 (由黃竹灣村沿路邊行至斬竹灣，則全程難度：★★)		
溫馨提示：	本線除走小段馬路，多穿梭林木和山徑，黃毛應深藏在幽谷內，成為戰時抗日基地。 行山活動後於斬竹灣公眾燒烤區 舉行燒烤聯誼聚會。		

2015.01.25	<b>小組活動：石馬獅頭-回歸蘇屋</b>	途程：8里	難度：★★★★
路線簡介：	法藏寺→廢礦場→石馬脊→獅尾脊→獅子頭→回歸亭→籐竹徑→鷹巢山自然徑→大埔道→蘇屋邨。從法藏寺側廢礦場車路上走石馬脊，部份路段較為崎嶇，獅頭風光無限在頂下望東九龍市區及沙田一帶景色。		
集合：	沙田坳道法藏寺門外。 9:15起步。		
起點交通：	巴士：3C（中港碼頭），3D（觀塘），15A（平田），116（鯽魚涌）均往慈雲山慈愛苑巴士總站下車後向前行數分鐘往法藏寺。綠色小巴：18號於黃大仙港鐵站龍翔道新光酒樓附近沙田坳道尾迴旋處登車。小巴19M於鑽石山港鐵小巴站往慈雲山均於沙田坳道法藏寺下車。		
終點交通：	巴士：2（尖沙咀）或步行往青山道轉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。

<sup>1</sup>「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](http://www.afcd.gov.hk/tc_chi/country/cou_wha/cou_wha_whe_sat.html)