

**「郊野公園之友樂行會」
2015年10月及11月健行活動**

「樂行會」的健行活動全由義工籌備，目標是推廣定期運動，並愛護及認識郊野的訊息。參加者必須遵守「[郊野公園遠足安全指引](#)¹」。

「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。

聯歡晚宴：樂行會昂然進入第15週年，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7日(星期六)舉行，餐券每位280元。歡迎各會友及其親朋踴躍參加，請向各幹事報名購票。地址：龍庭華宴，佐敦彌敦道233-239號，佐敦薈3字樓(佐敦港鐵站「A」出口對面)。

10月活動

2015.10.04	大帽山郊野公園(大帽山下-響石, 荃灣)	途程：10公里	難度：★★
路線簡介：	荃錦坳→大帽山郊野公園遊客中心→倒走麥徑8段→大帽山道管制站→施樂園→響石墳場→川龍郊野公園管理站→圓玄學院→老圍一二坡圳→綠陽新邨。 由荃錦坳往上走倒行麥徑8段直上大帽山道管制站，接植林路至施樂園，部份林蔭路段，心曠神怡。大帽山腰下遠眺望城門水塘及山谷下之荃灣市鎮景色，美不勝收。		
集合：	荃錦坳漁護署管理站。9:30 起步。		
起點交通：	荃灣西鐵線巴士總站或荃灣港鐵站上層大河道站乘51號巴士至「大帽山郊野公園站」下車。		
終點交通：	港鐵荃灣站。		

11月活動

2015.11.01	獅子山郊野公園(獅子山-畢架山-雞胸山)	途程：11公里	難度：★★
路線簡介：	鷹巢山自然教育徑入口→倒走麥徑5段→貴妃徑→貴妃池→密林→幽徑上走龍欣道→滕竹徑→獅子山腰→回歸亭→麥徑→沙田坳→水泉澳→沙田博康邨。 從鷹巢山自然教育徑入口，倒走麥徑5段，沿途遍植秀英竹，青翠優雅，曲徑通幽，續走貴妃徑經貴妃池上走龍欣道，穿越滕竹徑密林棧道至回歸亭，由麥徑下走至水泉澳至博康。		
集合：	鷹巢山自然教育徑入口。09:30 起步。		
起點交通：	巴士：72(荔枝角港鐵站巴士總站)經青山道，81(佐敦)，86B均於「石梨貝水塘」站下車後，下車後步往鷹巢山自然教育徑入口。		
終點交通：	由博康邨可步行前往沙田市中心，或前行往馬鐵沙田圍站轉乘其他鐵路沿線，沙田圍站巴士總站：87B(維景灣巴士總站)，E42(機場)。沙田圍站外沙角街可轉乘往港九各區之巴士路線：47X(葵盛)，85A(九龍城)，89B、80X(觀塘)，170(華富)，182(港澳碼頭)。		

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