

※山友請注意台鐵火車新時刻表※ 區間車

開車時刻	4123次	4124次
宜蘭站	7:18	7:39
羅東站	7:06	7:50

# 宜蘭縣登山協會 102年度 10月至12月份活動表

每星期五晚上7:30至9:30於本會會館有幹部及義工人員為山友服務。

如有活動方面之問題，歡迎來電查詢或親至會館詢問， 謝謝！

本會專線：(03)9324255 傳真：(03)9314890 本會網址：www.yilanma.url.tw E-mail：yilan.ma@msa.hinet.net

日期	活動名稱	標高	組別	報名截止	代辦費 會員 非會員	交通 工具	集合 時間	集合地點	下車 地點	領隊	嚮導	備註
10/6	基隆山西峰山尖百年引水步道	240M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	瑞芳	張興仁 黃錦陽 李讚成	劉玉祥 葉漢榮 董成景	引水道工程懷古幽情，至美人大肚山西峰需自備零錢轉搭客運。
10/6	世界健行日 (淡水忠義山、順遊淡水)	170M	甲	現場報名 預購車票	行政費30元	鴨嘴蘭客運 轉捷運	搭車時間 05:50 05:50	羅東轉運站 宜蘭轉運站	台北轉運站	許理事長榮源 林高田 黃正義 9383667	馮顧問錦樹 黃見龍 9310927	1.世界各國同步登山健行。 2.參加中華民國健行總會活動。 3.主辦單位贈送紀念品、攝影券。 4.自行購買車票，開車前一週內預購。
10/6	佐得寒山 <small>超越2013蘭陽名山 (慶祝山協40週年)</small>	2082M	乙	9/25	600 700	專車	05:30 05:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	可法橋	曾政芳 0919902529	陳明進 李振昌 0933984845 蕭振田	1.慶祝山協40週年慶，特選蘭陽名山，完登者有獎。 2.沿路常見大樹上長滿松蘿、地衣、蕨類，清涼路線。
10/12	重陽敬老登山活動 石磴古道下烏山古道 (星期六)	350M	甲	現場報名	老人家免費 行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	外澳	陳明進 0933984845 董成景	李振昌 0928529755 陳阿海 0933985196	一般山友走石磴古道下烏山古道，老山友登金車古堡，眺望蘭陽海岸線，慶天宮大夥聚餐。恭賀老山友健康如意。
10/20	二子坪、面天山 向天山、向天池	977M 880M 795M	甲	現場報名 預購車票	行政費30元	鴨嘴蘭客運 轉捷運	搭車時間 07:00 07:05	羅東轉運站 宜蘭轉運站	台北轉運站	莊阿養 董成景	林高田 余銘仁 0937988655	二子坪為大屯主峰與二子山間的火山凹地，景觀優美，地勢寬闊，面天山圓錐狀山形美觀，可眺望觀音山，百去不厭。
10/20	梵梵山	1713M	乙	10/17	600 700	專車	05:30 05:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	明池	曾政芳 0919902529 呂展旭	呂文賢 9227905 李振昌	又名繡繡山，展望良好，經婆羅山可眺望巴博庫魯山，全程8小時。
10/26 27	全國大會師 鷹嘴、稍來縱走	2180M 2307M	甲 或乙	已截止	限會員 2200元	遊覽車	05:30 05:50	羅東鎮公所 宜蘭市公所	豐原國中 豐原體育場	陳明進 0933984845 余銘仁 0937988655	陳阿海 0933985196 董成景 9331447	理事長贊助一萬元 第一天參加全國大會師晚會，露營。 第二天甲組走大雪山林道，乙組鷹嘴稍來縱走，請帶餐食、睡袋、穿制服。
10/27	幼坑古道連六分 下十分	251M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	三貂嶺	張興仁 黃錦陽 葉漢榮	劉玉祥 陳奕川 李讚成	平溪縣上一條美麗的古道，輕鬆好走，值得一遊，出十分老街。
11/3	內湖三尖 鯉魚山、忠勇山、圓覺尖	222M 327M 292M	甲	現場報名	行政費30元	首都客運	搭車時間 07:00 07:00	羅東轉運站 宜蘭轉運站	市政府站轉 運站至大 湖公園站	莊阿養 董成景 9331447	余銘仁 0937988655 林高田	三座山系皆屬於五指山系支稜，高度不高，山勢挺拔，沿途經圓覺寺，碧山巖、金碧輝煌，賞心悅目值得一遊。
11/3	來藝婦山	777M	乙	10/31	400 450	專車	06:00 06:00	羅東鎮公所 宜蘭市公所	清水	曾政芳 0919902529	蕭振田 林長新	三等三角點，位於宜蘭縣大同鄉，附近有清水山，天送埤山。
11/10	十分古道上五分山	757M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	暖暖	張興仁 黃錦陽 董成景	劉玉祥 葉漢榮 林碧珍	淡蘭古道之暖暖支線，老寮煤礦古蹟，可上五分山下十分老街。
11/10	多加屯山 <small>超越2013蘭陽名山 (慶祝山協40週年)</small>	2793M	乙	10/27	600 700	專車	05:30 05:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	思源口	曾政芳 0919902529 林長新	陳明進 李振昌 0933984845	三等三角點，沿途可見蘭陽溪溪谷蔬菜一片綠油油，全程約8小時，帶手套。 ※報名時提供身分證字號、出生年月日，緊急聯絡人姓名電話。
11/17	鹿窟尾尖	553M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	大溪	董成景 林高田	陳阿海 祝文 鐘政雄	鹿窟尾尖山有一顆土調局圓根點基石，山頂草原風光，全程6小時。
11/17	梗枋古道、坪溪古道 太和步道上石磴古道	510M	乙	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	龜山	李振昌 劉玉祥	蕭振田 黃錦陽	淡蘭古道支線，古道林蔭涼爽，沿途有柳杉林，坪溪溪水宛如世外桃源，非常值得探訪。
11/24	跑馬古道上圓通寺會師(甲組) (慶祝山協40週年)	350M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	礁溪	陳明進 0933984845	嚮導組 0933985196 (詳工作分配表)	礁溪火車站/跑馬古道/圓通寺/原路回車站，會師點發送紀念品，享用餐點，自備碗筷。
11/24	清修宮上鴉子山下圓通寺會師(乙組) (慶祝山協40週年)	350M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	礁溪	曾政芳 0919902529	嚮導組 0933985196 (詳工作分配表)	礁溪火車站/跑馬古道登山口/清修宮/鴉子山/圓通寺/跑馬古道/礁溪火車站，會師點發送紀念品，享用餐點，自備碗筷。
11/24	北宜公路下圓通寺會師(長青組) (慶祝山協40週年)		甲	11/21 電話告知	150 200	互相 支援	07:30 08:00	羅東鎮公所 宜蘭市公所	圓通寺	理事長 許榮源	羅國珍 黃正義9383067 黃見龍9310927	1.創會理事長陳建明，馮顧問錦樹各捐款2000元。 2.其餘陸續捐款會師當日公佈。3.餘如前例。
12/1	通天橋	425M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	礁溪	馮顧問錦樹 林忠珠 許秋鳳	林耀龔 黃見龍 9310927	1.馮顧問供應魚丸湯，自備泡麵、碗筷。
12/1	新寮山	980M	乙	11/27	350 400	專車	06:30 07:00	宜蘭市公所 羅東鎮公所	新寮	曾政芳 0919902529	蕭振田 李振昌	新寮溪發源於新寮山，溪水穿越層層斷崖，造就了10個瀑布，海拔250公尺處落下了新寮瀑布。
12/8	五坑山、望幽谷 古戰場、海科館	215M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	瑞芳 轉 深澳坑	張興仁 黃錦陽 李讚成	劉玉祥 葉漢榮 董成景	五坑、六坑古戰場，越嶺望幽谷，遊海科館，門票自理。
12/8	加羅山 <small>超越2013蘭陽名山 (慶祝山協40週年)</small>	2320M	乙	12/5	600 700	專車	05:30 05:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	四季	曾政芳 0919902529 林長新	陳明進 李振昌 0933984845	1.慶祝山協40週年，特選名山系列者，完登者有獎。 2.往加羅山的路上要過池，又路通往加羅山，一片極美白樹林，加羅山三等三角點。
12/15	南澳農場		甲	現場報名	行政費30元	4124次區間車	07:30 07:40	宜蘭火車站 羅東火車站	武塔	董成景 鐘政雄	林高田 陳阿海 祝文	漫步風景秀麗的南澳海邊，分享自然田豐富成果。
12/15	九分山	1089M	乙	12/12	400 500	專車	06:00 06:00	羅東鎮公所 宜蘭市公所	牛鬥	曾政芳 0919902529	林正枝	九分山二等三角點，西南方有展望，可見大元，遭難棧線。具挑戰性，多帶水。
12/22	大象鼻海蝕洞	195M	甲	現場報名	行政費30元	4123次區間車	07:00 07:10	羅東火車站 宜蘭火車站	瑞芳	張興仁 陳奕川 黃錦陽	劉玉祥 葉漢榮 林志偉	經千百萬年風化而形成天然海蝕洞，草狀岩，美景更勝野柳。
12/29	武塔連走長水引溪谷	約300M	甲	現場報名	行政費30元	4124次區間車	07:30 07:40	宜蘭火車站 羅東火車站	武塔	祝文 9327933 鐘政雄	陳阿海 林高田 0933985196	南澳觀音自然保護區，在東側有樟樹山、南山，西側有北山、御恩山的溪谷，人煙少很清靜。
12/29	阿玉山	1419M	乙	12/26	350 400	專車	06:30 06:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	福山 二號橋	曾政芳 0919902529	李振昌 0928529755	蘭陽五岳之老大，林相美麗，二等三角點。

- 組別說明：甲組：大眾健行路線 乙組：健腳路線 丙組：高山路線 丁組：踏查或山路整理(由踏查組召集參加人員)。
- 本會舉辦各項活動係義務服務，不負任何意外之賠償法律責任，參加活動者務必自備體能狀況，了解活動路況，審慎選擇參加組別。
- 本會各項活動收費係含宣導費、活動車資、入山規費門票及依活動情況之必要性投保之保險費，兩天以上活動實際開銷等。  
甲組人員自行投保；乙、丁組人員本會代為投保一百萬元平安保險及十萬元醫療險，丙組人員本會代為投保二百萬元平安保險及二十萬元醫療險。
- 參加活動者須遵守報名日期、集合時間、集合地點，準時報名，繳費時必須出示會員證以資優惠，並備齊登山裝備(雨具、茶水、餐點、長袖運動服裝、手套、帽子、毛巾、禦寒衣物、碗筷、運動鞋(或雨鞋、或登山鞋)個人醫藥用品等)，活動中遵從領隊、嚮導指示，不超隊、不落後，不擅自離隊之規定，並互相扶持隊友。
- 活動遇有天災或其他因素取消、或撤退，均由領隊與嚮導協商決議。可繳費用：取消時扣除行政費、已備車資及保險費後餘額退費(第一天餐宿不退費)。撤退時不得退費。

