

宜蘭縣登山協會 105 年度 1 月至 3 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
1 3	荖蘭山	435M	甲	現場報名	行政費 30元	4123次 區間車	06:55 07:05	羅東火車站 宜蘭火車站	福隆	黃錦陽 9322192 鍾政雄	陳正輝 0921603867 林正枝	由荖蘭山靈鷲山無生道場經五百羅漢道下山，山水交錯，風景秀麗。可參加靈鷲山素食或福隆便當。
1 3	小礁溪山	1147 M	乙	12/30	350/400	互相 支援	06:00 06:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	小礁溪	李振昌 0928529755	呂文賢 蕭振田 0930876465	由桶后林道宜蘭端起點起登，三角點周圍有四石鎮守很是特別，請穿兩鞋。請電話報名。
1 10	石筍尖連走薯榔尖	540M 622M	甲	現場報名	行政費 30元	4113次 區間車	06:00 06:10	羅東火車站 宜蘭火車站	三貂嶺站 薯榔車站	林長新	謝松柏 0921129926	菁桐最著名登山景點，石筍尖上有一奇石皇帝椅，薯榔尖是平溪最高峰有平溪富士山之稱，若天氣不好請穿兩鞋。
1 17	筆架連峰	480M 527M 585M	甲 乙	1/7	500/600	專車 (須接駁)	06:00 06:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	石碇	陳明進 0933984845	陳明達 陳正輝 0921603867	北部著名岩稜之一，由石碇起登陸升至稜線上，享受鳥瞰四周及稜上清風，岩稜上下起伏，值得一走，帶走套，多帶水。
1 24	隆嶺古道	473M	甲	現場報名	行政費 30元	4123次 區間車	06:55 07:05	羅東火車站 宜蘭火車站	石城	祝文 9327933 林霖夔	林正枝 賴沐生	福隆石城間越嶺三貂角山脈的山徑，四小時行程，享受福隆便當。
1 24	七兄弟山上窰寮山	594M 737M	乙	1/19	350/400	互相 支援	06:00 06:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	大溪	李振昌 0928529755	蕭振田 0930876465 陳正輝 0921603867	登七兄弟山途經鷲石尖，遠眺雪山尾稜山海交錯的美麗景緻，龜山島近在咫尺，窰寮山三等三角點，可眺望草山、燦光寮山、五分山。

2 正月初一 馬上封侯，靈猴獻瑞
8 恭賀新禧 祝猴年行大吉

2 14	中坑古道	597M	甲	2/9	350/400	互相 支援	06:30 07:00	羅東鎮公所 宜蘭市公所	相腳	謝天錫 0933986951	黃錦陽 9322192 陳正輝 0921603867	雙溪中坑古道溪邊毗連片片綠地形成大小不等的梯田，景觀非常漂亮，曾被遺忘多時的優勝勝地，洗滌塵心唯有此地。須過小溪請穿兩鞋，請電話報名。
2 14	礁溪農場戀櫻花		甲 長青	現場報名 電話報名 2/11	行政費 30元 100/120	4123次 區間車 互相支援	06:55 07:05 07:00 07:20	羅東火車站 宜蘭火車站 羅東鎮公所 宜蘭市公所	礁溪 礁溪 農場	馮顧問錦樹 羅國珍	林高田 黃見龍 9310927	1.馮顧問供應魚丸湯，自備碗筷、泡麵。 2.車站徒步至農場約90分鐘。 3.向黃正義9383667黃見龍9310927報名。
2 14	小南澳山	726M	乙	2/4	400/450	專車	06:00 06:30	宜蘭市公所 羅東鎮公所	寒溪	李振昌 0928529755	蕭振田 0930876465 呂文賢	三等三角點，中途有好展望，可見山下寒溪部落、雲山稜線、蘭陽平原、龜山島，此時上山，翠綠嫩葉長出非常漂亮。
2 21	金洋部落		甲	現場報名	行政費 30元	4124次 區間車	07:25 07:35	宜蘭火車站 羅東火車站	武塔	董成景 9331447 賴沐生	莊顧問阿養 林碧珍 蔡益俊	金洋部落保存，最多泰雅文化四面環山，彷彿世外桃源。

2	21	姜子寮古道越嶺泰安0形	729M	乙	2/16	500/600	專車	06:30 07:00	羅東鎮公所 宜蘭市公所	汐止	林興株 0912094179	蕭振田 0930876465	游世順	小百岳第八號,三等三角點,位於汐止、平溪、暖暖交界處,山頂觀景平台視野極佳。
2	28	出水溪苗圃	520M	甲	2/25	250/300	互相支援	07:00 07:30	宜蘭市公所 羅東鎮公所	寒溪	黃錦陽 9322192 金銘仁 0937988655	陳正輝 0921603867 林震祐	從寒溪吊橋出發到苗圃輕鬆好走,適合全家同遊,沿途山形秀麗,林相豐富,自備泡麵,供應開水,兩天請穿兩鞋。	
2	28	太和山上鶯仔嶺	709M 943M	乙	2/23	350/400	互相支援	05:30 06:00	羅東鎮公所 宜蘭市公所	石碇	李振昌 0928529755	林長新 蕭振田 0930876465	登太和山頂和登鶯仔嶺都是熱門路線,但兩山連走就很有挑戰性,穿兩鞋、多帶水。請電話報名。	
3	6	會員大會			現場報名	餐費 400元	自行前往	09:30	海都餐廳 宜蘭市復興路1段93號 5333218		理事長徐松壽 0933987300	陳正輝 0933987300	1. 頒發會員證元贈禮參加。 2. 每人會費60元,其中午餐會費另需400元。 3. 頒發紀念品,4. 攝影。	
3	13	炮子崙古道越嶺指南宮	553M	甲/乙	3/3	500/600	專車	06:30 07:00	羅東鎮公所 宜蘭市公所	深坑	陳明進 0933984845	陳明達 陳正輝 0921603867	順道上猴山下深坑古道之行,北市與新北市間古道串連,古屋老厝百年茶坊,順訪仙公廟,台北的菜園,令您回味無窮。	
3	20	香格里拉 同慶 八十大壽山友	220M	甲/長青	3/10	餐費 200/250	4123次區間車	07:25	宜蘭火車站		理事長徐松壽 陳明達 0937988655	黃琳娟 0931447 金銘仁 0937988655	1. 由三清宮至塔曼山山友會本會會址,中午在三清宮午餐。 2. 下午由塔曼山山友會會址至塔曼山山友會會址,下午由塔曼山山友會會址至塔曼山山友會會址。 3. 下午由塔曼山山友會會址至塔曼山山友會會址。 4. 歡迎自行騎車前往。	
3	27	天龍嶺	475M	甲/長青	現場報名	行政費 30元	4123次區間車	06:55 07:05	羅東火車站 宜蘭火車站	甲、外灘站 長青、頭城站	馮顧問錦樹 黃琳娟	林高田 黃見龍 9310927	1. 馮顧問錦樹供應魚丸湯,自備碗筷、泡麵。 2. 長青組走頭城至大修宮。	
3	26 27	佳里山	2220M	乙	3/6	2200/2400	專車	05:00 05:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	南庄	理事長徐松壽	林興株 0912094179 劉安烈	佳里山一等三角點北部中級名山,沿水管路走進森林純杉木林,林相挺拔,景觀優美。第一天 佳里山縱走哈勒尼山。第二天 三角湖山、先天高山、向天湖山0形	
4	10	塔曼山 順遊神木園區	2130M	乙	3/31	1000/1100 (含門票)	專車	05:00 05:30	羅東鎮公所 宜蘭市公所	巴陵	陳明進 0933984845	鄭詠霖 蕭振田 0930876465	一等三角點新北市第一高峰,視野一流,稜線上占滿台灣杜鵑,花開季節滿山粉白。輕鬆走,順遊拉拉山神木園區,帶手套,穿兩鞋。	

★ 參 加 活 動 注 意 事 項

- 組別說明：甲組：大雙健行路線 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帶隊,不負任何意外之賠償法律責任,參加活動者務必自酌體能狀況,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)個人醫葯用品等),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。所繳費用: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。