



宜蘭頭城～梗枋古道、坪溪古道、太和山、石空古道連走 第300次

走出戶外·走出健康·走出活力

活動日期: 107年06月24日(星期日)

出發時間地點: 107年06月24日(星期日)

上午07:00 捷運永寧站2號出口出發。

上午07:00 五股成泰路車站出發。

上午07:30 木柵路四段頂好超市站出發。

●簡介:

- **【梗枋古道】** 位於頭城梗枋，登山口於頭城農場大門對面，海拔約70公尺，鞍部海拔510公尺，計爬升約440公尺，費時約100分鐘。**【梗枋古道】**向西北越嶺進入雙溪銜接**【坪溪古道】**，屬**【淡蘭古道】**支線。百年前安溪茶商即取此古道往返台北、宜蘭。梗枋地名與隘地有關，昔日噶瑪蘭沿東北角海岸自大里簡以南設有19處隘地，梗枋為其中之一；「枋」是指「木材」，「梗枋」意指「設木柵防衛」，反映出噶瑪蘭拓墾時期的地名特色。後來噶瑪蘭設廳官府設置「北關汛」於梗枋，駐兵40控制入蘭孔道，故「梗」亦有「阻擋」之意。
- **【坪溪古道】** 路形平緩，風景不亞於溪頭、杉林溪之山景。坪溪水流平穩，水面如鏡，倒影如真似幻。本行程要涉水穿越坪溪兩次，建議穿著長筒雨鞋。
- **【太和山】** 海拔705公尺，有360度展望，山頂有座祀奉真武玄天上帝的太和宮，能見度良好時，龜山島、烏石港、蘇澳間海岸線盡入眼簾，眺望蒼茫，思緒飛揚，心曠神怡，有如人間仙境，廟後方則山巒層疊，近處最高的一座山為蘭陽五大名山之一的**【鶯子嶺】**。
- **【石空古道】** 通往山上的金鼎接天廟，廟附近有舊石空聚落遺址，金鼎接天廟為清朝道光二年(1822年)信徒黃姓先民自漳州南靖奉迎小武當玄天上帝渡海來台進入石空地區落腳，初以茅草屋為神堂供人膜拜，後在此建廟奉祀。**【石空古道】** 沿途有多座古樸土地公廟，古道氣氛濃厚。

●登山指標:

- A. **行程:** 接天宮登山口至舊石空聚落折返處，回程按原路回接天宮登山口。單程約3公里，往返約3~4小時，為緩坡型步道，屬健行路線，山上水源充沛可煮食。
- B. **行程:** 由**【梗枋古道】**進入，先爬升約440公尺，轉入**【坪溪古道】**，繼行登上**【太和山】**(海拔705公尺)，複循**【石空古道】**下行至接天宮登山口。中午於**【坪溪古道】**臨坪溪空地休息午餐，水源充沛可煮食。

●時程參考:

- A. **行程:** 07:00 土城站、五股站出發→07:30 木柵站→雪隧→08:45 接天宮下車集合(嚮導路況說明、提示注意事項及帶熱身操)→0850 起登→延鐵路旁至登山口→0925 榕嶺→0940 榕嶺土地公廟休息(5分鐘)→1000 青潭→1025 地仔店休息→1040 舊竹圍→1110 黃金嶺土地公廟→1125 土角厝→1140 黃金嶺土地公廟(午餐)→1300 出發→1330 青潭→1350 榕嶺→1410 登山口→1420 接天宮。全程約6公里，步行約4~5小時(含休息)，屬健行登山路線。
- B. **行程:** 07:00 土城站、五股站出發→07:30 木柵站→雪隧→08:20 梗枋古道登山口(位於頭城農場旁)下車集合(熱身操、嚮導路況說明及提示注意事項)→0835 起登→陡坡約50分→0925 竹林→0935 空地休息(5分鐘)→0945 溪流口→1010 竹林陡上→1040 鞍部休息(5分鐘)→1050 沼澤地帶→1100 渡溪→1105 坪溪古道→1135 渡溪口(午餐)→1250 出發渡溪→1305 觀景台拍照(眺望龜山島)→1315 石空古道→1340 三叉路口右轉土地公廟→1350 太和山入口→1420 太和宮→1435 下山→1500 三叉路土地公廟→1505 產業道路→1550 土角厝→1600 黃金嶺土地公廟→1620 青潭→1640 榕嶺→1700 登山口→1710 接天宮。全程約10K，步行約5.5~6.5小時(含休息)，落差約650公尺，難度3，屬先苦後甘的路線。

●備註:

- 本隊舉辦之活動均有投保旅遊責任保險，會員或會友從投保當日起，如不慎意外受傷，請務必於受傷當日急診就醫，以免發生醫療給付糾紛(就醫日期必須與投保日期相符，需附就醫收據正本)。
- 注意事項：步道內請勿遺留食物和垃圾，嚴禁單獨行動，須3人以上同行，彼此照應，小心毒蛇、毒蜂、螞蝗。

●**五日內退費須知:** 報名後因事無法參加，請儘早告知所屬區隊長，以便註銷報名；若6月20日起

(星期三)取消報名者退二分之一報名費；若6月22日起(星期五)取消報名者須全額收費，扣除應支費用，餘額供作本隊購買裝備基金，敬請各位會員(友)配合，謝謝！

- 交通工具**：大巴。
- 費用**：會員800元，會友900元(含大巴車資、200萬意外及20萬醫療保險、晚餐(慶功宴)、雜費午餐(行動糧，自理)。
- 個人裝備**：小背包、雨衣、頭燈、手套、帽子、禦寒外套、備用衣服、手杖、水、午餐(行動糧自備)、拖鞋、相機、個人藥品；B行程須穿長統雨鞋、帶頭燈、手套；A行程穿著登山鞋。
- 嚮導**：梁華傑、謝孟玲、高秀燕、黎漢平、洪茂崇、陳麗雪、陳振寰。
- 支援嚮導**：李秋蘭、盧慶隨。
- 領隊**：王高雄。
- 活動報名**：會員請直接向所屬區隊隊長報名。

中華民國山岳協會·台北百岳挺進隊