



苗栗-南庄~三角湖山,向天湖山,光天高山串走

第 346 次

走出戶外·走出健康·走出活力

- 活動日期：110年01月24日(星期日)
- 出發時間地點：110年01月24日(星期日)

上午 07:00 木柵路四段頂好超市前出發。
上午 07:00 五股區成泰路車站出發。
上午 07:30 捷運永寧站 2 號出口出發

- 簡介：「向天湖」位於苗栗縣南庄鄉東河村，海拔約 738M，是賽夏族人聚居地，族人為慰藉矮靈，乃舉行矮靈祭，每兩年一小祭、十年一大祭。向天湖因地勢較高，冬春之際湖面上時常水氣氤氳，白雲飄渺、山光水色景色宛似人間仙境。
向天湖山：海拔 1225 公尺，小百岳排名#032，森林三角點，位於向天湖南邊，東有三角湖山，西有光天高山，北有向天湖瞭望台山，屬加里山山脈，山頂有一角落可眺望新竹鵝公髻山。
光天高山：位於向天湖山右側，海拔 1123 公尺，基石遺失，山頂展望極佳。
三角湖山：海拔 885 公尺，森林三角點，又名向天湖東北峰，山頂展望佳。

●時程指標：

- A(減)行程-單攻三角湖山：由生態步道啟登，經 1 號樁陡上至稜線叉路左轉至三角湖山，原路回到叉路口右下回到生態步道入口處，續行向天湖畔步道環湖；登山+環湖步道，步行約 4 小時(含休息)，落差約 150M，難度三級，到三角湖山原路往返，大眾化登山路線。
- A 行程-連走二座山頭：由生態步道啟登，經 1 號樁陡上至稜線叉路左轉至三角湖山，原路回到叉路口直行越稜線，再登向天湖山；全程約 11K，約 5 小時(含休息)，O 型走法，落差 430M，難度三級，屬大眾化登山路線。
- B 行程-三座山頭串走：由生態步道啟登，經 1 號樁陡上稜線叉路左轉至三角湖山，原路回到叉路口直行越稜線，約 15 公里，步行 6 小時(含小休)，O 型走法，落差 430M，難度三級，屬大眾化登山路線。

●時程參考：

- A 減行程-0700 木柵→0730 永寧出發→0945 向天湖停車場下車→嚮導-說明路況及注意事項-熱身操→1030 輕裝出發→1035 生態步道口→1037 小鐵橋→1042 登山口(1 號樁)→1135 稜線叉路(左轉-H880M)→1145 三角湖山照相→1155 下山續行(原路回)→1205 稜線叉路(右下-往 1 號樁登山口)→1230-1 號樁登山口→小鐵橋→生態步道口(左轉)→1242 環湖步道(左轉)-找休憩點-午餐(行動量-自理)→1330 出發-環湖步道→1450 向天湖停車場-等候 A 隊與 B 隊→1635 上車→1800 晚餐(慶功宴)→2000 永寧站→2030 木柵站、五股站。
- A 行程-0700 木柵→0730 永寧出發→0945 向天湖停車場下車→嚮導-說明路況及注意事項-熱身操→1000 輕裝出發→1005 生態步道口→1007 小鐵橋→1010 登山口(1 號樁)→1050 稜線叉路(左轉-H880M)→1055 三角湖山照相→(原路回)→1110 越稜線叉路(直行)→1205-8 號樁→1235-10 號樁休息、午餐(行動量-自理)→1305 出發→1310 鞍部陡上→1330 環山、向天湖山叉路(左上 H1134M)→1350 向天湖山、照相→1400 下山(原路回往向天湖登山口)→1410 環山叉路→(往向天湖登山口)→1500 叉路→1510 出登山口(產業路-右轉)→1530 向天湖停車場-等候 B 隊→1635 上車→1800 晚餐(慶功宴)→2000 永寧站→2030 木柵站、五股站。
- B 行程-0700 木柵→0730 永寧出發→0945 向天湖停車場下車→嚮導-說明路況及注意事項-熱身操→1000 輕裝出發→1005 生態步道口→1007 小鐵橋→1010 登山口(1 號樁)→1050 稜線叉路(左轉-H880M)→1055 三角湖山照相→(原路回)→1110 越稜線叉路(直行)→1205-8 號樁→1235-10 號樁休息、午餐(行動量-自理)→1305 出發→1310 鞍部陡上→1330 環山、向天湖山叉路(左上 H1134M)→1350 向天湖山、照相→1400 下山(往光天高山)→1420 加里山、向天湖十字路口(注意方向-往光天山)→1430 大石壁-拉繩→1435 光天高山、照相→1450 下山→1500 十字路口(往向天湖登山口)→1535 大石壁很滑(不爬石頭-循路下切)→經數處石壁、木棧橋(會滑-小心慢行)→1655 叉路→1610 出登山口(產業路-右轉)→1630 向天湖停車場→1635 上車→1800 晚餐(慶功宴)→2000 永寧站→2030 木柵站、五股站。

- 備註：1.山區若遇大雨，嚮導群將調整活動行程，以維護隊員安全。
2.本會第345次跨年晚會活動；感謝陳正義、裴雅芝、鄭東釗各贊助啤酒1箱；黃秋燕贊助160多個LED燈髮箍；蔡建興贊助22包蠶豆以及黃會長與幹部贊助高粱酒、威士忌酒。
3.本會110年度會員常年會費，已開始收繳。

★貼心記叮嚀：

- 1.凡參加本隊行程，敬請隊員準時到達集合地點；如因事延遲到達，請即刻以電話與區隊長或召集人聯繫，逾時不候(以10分鐘為限)，費用照繳。
- 2.凡參加本會活動者，均投保旅遊平安保險，若於活動中不慎意外受傷，請務必於投保期內就醫(申請保險理賠者，請必須附上診斷證明、收據正本)。
- 退費須知：報名後，若因事無法參加，請盡早告知區隊召集人，以便註銷報名；如於出發前五日內(從1/20日星期三起)取消報名者，其報名費退二分之一；如於出發前二日(從1/22日星期五起)取消報名者，需全額收費。以上收費規定，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、300萬意外及20萬醫療保險、晚餐(慶功宴)、雜費。
- 個人裝備：小背包、雨衣、頭燈、手套、禦寒外套、備用衣服、手杖、中餐(行動糧自備)、帽子、水、相機、拖鞋、個人藥品、穿登山鞋或雨鞋。
- 嚮導：楊三郎、杜淑芬、洪茂崇、陳麗雪、張益斌、張高金連、高琇欒。 領隊：王高雄。
- 活動報名：請直接向所屬區隊召集人報名。

中華民國山岳協會·台北百岳挺進隊