南一段縱走 六日行程　　百岳特別行程

走出戶外・走出健康・走出活力

● **活 動 日 期** ：111 年 07 月 20~25 日(星期三~星期一)

●**出發時間地點** ：111年07月20日 (星期三)　上午05：00 五股區自強路2號出發。
上午05：15 新莊區中華路二段75號出發。
上午 05：30 板橋區國光路 32 號出發。
上午 07：30 國道三民間交流道出發。

●**登山指標**：由高雄-南橫公路涇進橋登山口起登，登關山[H3668m]、海諾南山[H3175m]、小關山[H3248m]、卑南主峰[H3293m]等四座百岳；本次行程屬於百岳縱走路線，為顧及全員體力過度消耗，原則上不登庫哈諾辛山(**百岳**)、溪南山等山頭。

●**時程參考**：

D1-7/20　0500 五股出發→新莊→板橋→0720 南投民間交流道-接二位協作→1045 南橫-早、午餐及個人補給(**自理**)→1145 上車→1300 涇進橋登山口整裝-重裝出發→1550 宿庫哈諾辛山屋→1730 晚餐(**委辦**)→自由活動-就寢。
註：1、爬升 1.7K 步行約 3 小時。

D2-7/21　0300 起床-整裝→0330 早餐(**委辦**)→0400 庫哈諾辛山屋-重裝出發→0630-3444 主稜→0850 關山-照相→0900 續行→1220-2920 營地-午餐(**行動糧自理**)→1245 續行→1455 海諾南山-照相→1505 續行→1545 宿海諾南山南安營地→1730 晚餐(**委辦**)。
註：1、步行約 11 小時 20 分(**含休**)。2、海諾南山下營地(附近下切 1 分鐘有活水源)。

D3-7/22　0400 起床/拔營/早餐→0500 海諾南山南安營地-出發→0730 小關山北峰→0930 四叉路口→0931 小關山-照相→0945 續行→0946 四叉路口→1100 最低鞍部-午餐(**行動糧自理**)→1130 續行→1400 小關山森林營地→1430 雲水池(登雲水山 3 分鐘)→1600 宿雲馬最低鞍營地→1730 晚餐(**委辦**)。
註：1、步行約 11 小時(**含休**)。2、雲馬低鞍(營地附近下切 15 分上 20 分有活水源)。

D4-7/23　0400 起床/拔營/早餐→05:00 雲馬鞍營地-出發→0620 馬西巴秀山→0700 馬西巴秀石洞遺址→1300-3237 峰-午餐(**自理**)→1330 續行→1435 宿三叉峰下營地→1730 晚餐(**委辦**)。
當日是否登卑南主峰，皆視大家體力及意願決定。
註：1、步行約 9 小時 30 分(**含休**)。2、三叉峰下營地水源下切較遠。

D5-7/24　0400 起床/拔營/早餐→0500 三叉峰下營地-出發→0510 三叉路口→0545 卑南主峰-照相→0600 原路下山→0630 三叉路口→0710 箭竹營地→0900 新舊林道交叉口→1120 林道鞍部-午餐(**行動糧自理**)→1150 續行→1300 石瀑區→1320 宿石山東鞍營地→1730 晚餐(**委辦**)。
註：1、步行約 8 小時。2、營地-林道旁右轉 500 公尺有水源。

D6-7/25　0400 起床/拔營/早餐→0500 石山東鞍營地-重裝出發→0520 石山叉路口(登石山 2 分鐘)→0635 石山西鞍→0700 溪南山登山口(往返約 2 小時-原則上不登)→不經貨櫃屋→1045 特生中心-搭小貨卡接駁車(7K 石山林道登山口)→雲山管制站→1120-18K 行車終點站-出登山口(藤枝遊樂區)→1130 搭九人座車→洗澡→1230 午餐(慶功宴-均攤)→1320 上車返北→經南投民間交流道→板橋→新莊→五股站。
註：步行約 7 小時。

●**行前會議**：7 月 20 日於九人座車內召開　　主持人：金文平 協作。

●**名　額** ：6 人(未含協作 2 人)。

●**交通工具**：九人座車、小貨卡(限戴6人)。

●**費　用**：暫收15200元-含九人座車、小貨卡車資、登山險、300萬意外20萬醫療旅平險、租帳蓬費、6天協作費、5天伙食費-未含行動糧(4～5餐-自理)、洗澡費(自理)、慶功宴(均攤)。

●**個人裝備**：大、小背包、身分證件、睡袋、睡墊、兩截式雨衣、頭燈(電池)、手套,帽子, 保溫杯、個人飲水(儲備飲用水2000CC)、碗筷、背包套、手杖、盥洗用具、禦寒外套、山上備用衣褲襪1~2套(車上放一套衣服),大塑膠袋、拖鞋,相機,個人藥品,穿登山鞋或雨鞋。

●團體裝備：租用營帳-3人帳x2頂、無線電對講機-3隻、水袋、路條、簡易藥包。

●**領　　隊**：王高雄。

●**活動報名**：**會員-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