



苗栗～神仙縱走、蓬萊溪護魚步道

第 375 次

— 仙山、大窩山、福南山、崩山、神桌山縱向逆走 —

走出戶外·走出健康·走出活力

- 活動日期：111年09月25日(星期日)
- 出發時間地點：111年09月25日(星期日)

上午06：30：林口站出發經五股成泰路。
上午07：00：五股站成泰路出發
上午07：00：木柵路四段家樂福前出發。
上午07：00：捷運港墘站出發。
上午07：30：捷運永寧站2號出口出發。

●簡 介：

- 「神仙縱走」橫跨苗栗縣獅潭鄉、三灣鄉、南庄鄉之間，屬於加里山山脈八卦力山系，是苗栗縣境內之熱門路線。通常由較高的仙山(H967M)走向神桌山(H762M)比較省力(順走)，向北會經過、大窩山(H915M)、福南山(H836M)、崩山(H774M)、桃牛坪山(已被鏟平，蓋鐵皮民宿)、神桌山(H762M)等6座山頭，途中會穿越如龍脊般的瘦稜、危崖、峭壁、巨石、密林、盤根、陡坡等地形，雖然海拔不高，卻有大山的氣勢，一路精彩刺激，有「神仙聖稜線」之稱。
- 「蓬萊溪護魚步道」位於南庄鄉124縣道，是苗栗第一條將護魚行動付諸實際溪流，生態自然，樹蔭密集，全程幾乎不用久曬太陽，是條平緩輕量級的親子步道。

●登山指標：

- A行程：從獅潭鄉靈洞宮右線起登，經九天玄女廟休息(可取仙水泡茶)，再經繩區登頂仙山後，續走八山古道，過仙山南峰出出124線41.7K登山口回靈洞宮，O型走法，步程約3小時(含休息)。加碼「蓬萊溪護魚步道」踏青，平穩好走，約1.6公里，來回1.5小時。
- B行程：從靈洞宮右線起登，連登仙山等6座山頭，全長約12.7K(含大屋坑產業道路-4.8K車程)，步行8.2K、7小時(含休息)，AB點走法，落差760M，難度二級，屬健腳路線。
注意！B行程有幾段危險路段，行進時務必小心，遇見繩索崩壁危險路段，須手緊握繩索小心通過，樹根及石壁青苔小心行走，以免滑倒受傷。

●時程參考：

- A行程：0630-0700 林口、木柵、五股站出、內湖站出發→0730永寧站→中山高-頭份交流道下-台三線接124線往獅潭-仙山→0920靈洞宮停車場下車→嚮導-說明路況及注意事項-熱身操→0950右側登山口出發→1005九天玄女廟(協靈宮)→1030稜線叉路叉路右行→1035望陽台→1040陡峭攀岩段→1100仙山-拍照→1105續行右下→1115神桌山叉路→往右-八仙古道起點→1130仙山南峰、拍照→1220出124線41.7K登山口-往右行(請靠馬路邊行走)→1235靈洞宮-午餐-自理(有水源)或是靈洞宮旁有仙山美食廣場用餐→1330集合上車→1345蓬萊溪自然生態園區停車場下車→1355步道入口→1425往蓬萊社區叉路→1500溪畔告示牌→1510七星宮→1540往蓬萊社區叉路→1600出步道入口→1615上車→1630南庄停車場下車→遊南庄老街-自由活動→等候B行程會合→1720全隊上大巴→1800晚餐(慶功宴)→2100永寧站→2130木柵、內湖、五股站、林口站。
- B行程：0630-0700 林口、木柵、五股站出、內湖站出發→0730永寧站→中山高-頭份交流道下-台三線接124線往獅潭-仙山→0920靈洞宮停車場下車→嚮導-說明路況及注意事項-熱身操→0945左側登山口出發(廁所旁)→1000仙洞門→1015稜線叉路右行→1018望陽台→1020陡峭攀岩段→1045仙山-拍照→1050續行右下→1100神桌山叉路-往左→1035(舊23號橋)→1105(舊21號橋)→1110腹地、午餐(行動糧-自理)→1140出發→1150(舊19號橋)→1205大窩山(山名在石壁上)-拍照→1220(舊15號橋)→1235(舊14號橋)→1245(舊13號橋)→1300(舊12號橋)→1400福南山(舊9號橋)-拍照→1420(舊8號橋)→1440崩山-拍照→1430(舊7號橋)→1450(舊6號橋)→1500(舊5號橋)→1510(舊4號橋)→1525(舊3號橋)→1530(舊2號橋)→1535(舊1號橋)→1540神桌山叉路(右下)→1550神桌山登山口→1615神桌山、照相(原路回)→1620下山→1645神桌山登山口→1650搭接駁車→1710南庄停車場-與A隊會合→1720全隊上大巴→1800晚餐(慶功宴)→2100永寧站→2130木柵、內湖、五股站、林口站

●貼心叮嚀：

- 1、上車前請先量額溫、洗手消毒並配戴口罩。敬請配合！！
- 2、若山上遇天候不佳-下雨；嚮導群將變更原活動路線-縮短路程，以維安全。
- 3、本次B行程-因為起登時間較晚，加上行走瘦稜石壁路況險峻，必須注意慎行，因此為避免大隊摸黑走出登山口，全程將「縮減休息時間」以便提早下山，請隊員事先有心理準備。
- 4、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，請務必於投保期限內就醫(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；如於出發前七日(從09月18日星期日零時起)取消報名者需全額收費。上述收費規定敬請 各位會員(友)配合。謝謝！

- 交通工具：大巴+8人座接駁車。

- 費用：會員 1000 元，會友 1100 元(含大巴車資、300萬意外及20萬醫療保險、晚餐(慶功宴)、雜費、B行程接駁車 (A行程另外退接駁車費-每人100 元)。

- 個人裝備：小背包、雨衣、頭燈(B行程必帶)、手套(必帶)、帽子、禦寒外套、備用衣服、手杖、水、午餐(行動糧自理)(另B行程午餐時間短，盡量以簡單方便行動糧)、相機、個人藥品、穿登山鞋。

- 嚮導：廖坤龍、吳水誌、林漢祥、陳玉琮、陳琪萍、黃秋燕

- 領隊：王高雄。

- 活動報名：請會員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