



走出戶外·走出健康·走出活力

宜蘭~員山-太陽埤山、大安埤山 第415次 -隘勇古道、百年環山水圳步道、太陽埤自然步道 -

- 活動日期：113年10月20日(星期日)
- 出發時間：113年10月20日上午；各站(地點)出發時間，皆依當次活動之座位表所定的時間上車出發。
- 出發地點：林口竹林寺站；五股成泰路站；捷運永寧站2號出口；木柵路四段家樂福前站-會合。
- 簡介：「太陽埤山、大安埤山、太陽埤步道、百年水圳步道...等步道」均位於湖光山色、風景秀麗的宜蘭縣員山鄉；其步道將內城社區串連成一條別具風格的風景線，太陽埤又稱蟬管埤，以其形像蟬夾而命名，沿途有大安、內湖、內城等水圳，自然生態豐富，不僅有山有水，且可欣賞鄉野村色和百年人文風光景色令人陶醉。
- 登山指標：
 - A行程：以鼻仔頭水圳公園起點，經隘勇古道、環山水圳步道、內城社區、太陽埤山等，步行約3小時30分(含大休)，AB點走法，落差約50M，難度無，屬大眾化健行路線。
 - B行程：以鼻仔頭水圳公園起點，經隘勇古道、環山水圳步道、太陽埤山、順登大安埤山(落差約370M)，全程步行約6時(休息)，落差約400M，難度三級，屬大眾化登山路線。
- 時程參考：
 - A行程：竹林寺站、五股站、永寧站出發→0730 木柵路四段家樂福超市→雲隧→宜蘭交流道下→0915 員山鄉-鼻仔頭公園-下車→嚮導-說明路況及注意事項-熱身操→0935-輕裝出發→經隘勇古道→0950 羌仔連埤(隘勇古道出口)→1000 馬場民宿→1010 百年環山水圳步道→1045 百年大樹公-拍照→1100 千慧寺-午餐(行動糧-自理)→1200 續行→1205 渡船頭公園→1215 內城農場-休閒區-自由活動→1300 集合-續行→1315 叉路(右轉)→茶園→1330 鞍部(左轉-往太陽埤步道)→1335 太陽埤步道→1350 太陽埤山(H74M)→1400 鈍禮遺址→1415 太陽埤→1445 太陽湖觀光果園(0.7K)→自由活動-等候B行程會合→1625 上車-清點人數→1700 晚餐(慶功宴)→1900 回木柵站→1930 回各站。
 - B行程：竹林寺站、五股站、永寧站出發→0730 木柵路四段家樂福超市→雲隧→宜蘭交流道下→0915 員山鄉-鼻仔頭公園-下車→嚮導-說明路況及注意事項-熱身操→0930-輕裝出發→經隘勇古道→0945 羌仔連埤(隘勇古道出口)→0950 馬場民宿→0955 百年環山水圳步道→1020 百年大樹公-拍照→1045 千慧寺-午餐(行動糧-自理)→1120 續行→1130 渡船頭公園→1135 內城農場→1145 叉路(右轉-往大安埤山)→茶園→1200 鞍部→1400 大安埤山-拍照(H415M)→1410 下山(循原路下山)→1530 鞍部→叉路(右轉-太陽埤山)→1545 太陽埤山(H74M)→1550 鈍禮遺址→1555 太陽埤步道→1615 太陽湖觀光果園(0.7K)-與A行程會合→1625 上車-清點人數→1700 晚餐(慶功宴)→1900 回木柵站→1930 回各站。
- 備註：當天如持續性下雨，嚮導群將會調整活動路線，以維護全體隊員安全。
- 退費須知：報名後，若因事無法參加，請盡早告知所屬區隊長，以便註銷報名；如於10月13日(星期日)零時起取消報名者，需全額收費；其報名費扣除應支費用之外，餘額供作本隊購買裝備基金，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-含車資、300旅責險20萬醫療保險、晚餐(慶功宴)、雜費。
- 個人裝備：小背包、雨衣、外套、備換衣服、登山杖、頭燈、帽子、水、午餐(行動糧-自理)、拖鞋、個人藥品穿登山鞋或雨鞋；A行程-可穿運動鞋。
- 嚮導：楊三郎、林謝勇、黃培照、高得裕、陳仲文、陳彥宏、蕭義祥。 領隊：王高雄。
- 活動報名：會員-請直接向所屬區隊-區隊長報名。

中華民國山岳協會·台北百岳挺進隊