



## 台中-谷關~波津加山、捎來步道+大肚~萬里長城登山步道 ~谷關七雄 誰與爭鋒&谷關溫泉 2024 山谷燈光節來了~ 第 419 次

- 活動日期：113年12月28日~29日(六、日) 2天1夜。
- 出發時間：113年12月28日(六)上午；各站(地點)出發時間，皆依當次活動座位表所定之時間上車出發。
- 出發地點：林口竹林寺站、五股成泰路站、木柵路四段家樂福站、捷運永寧站2號出口-會合。
- 簡介：「大肚-萬里長城登山步道」位於台中市大肚區大肚山台地西南側之保安林區，由於步道沿稜線上蜿蜒連綿不絕有如萬里長城，因而得名；沿途步道指標清楚設施完整，兩側不僅林相優美草木扶疏，而且佇立高處可遠眺大肚山翠綠丘陵以及海線平面的美麗風景和落日夕陽，若在假日走訪，每條步道皆是人流如潮，是山友與當地民眾休閒健行的好地方。

「波津加山」標高1772M，屬小百岳，為谷關七雄老四，位於台中市和平區大甲溪北岸，本次行登路線為台電保線道其中之一，由下往上挑戰的谷關線(另一條是大雪山林道雪山線)，沿途展望良好，有幾處景點可遠眺大甲溪南岸山巒及山腰聚落，山頂視野遼闊。「谷關捎來步道」位於台中市谷關風景區，海拔約700M~800M；是一條林蔭茂密綠意盎然的森林步道，秋冬之季可見到簇簇變紅的楓葉；屬於老少皆宜的休閒路線。

### ●登山指標：

12/28 走訪台中大肚-萬里長城登山步道：從環保公園南側步道口出發，經龍眼果園到長壽亭往左側口進入沿起伏稜線至享壽亭觀景台後，一路緩下至另一端沙田路萬里長城步道入口，再由攤商市集到台塑汽車貨運公司前停車場；全程約3K，步程約1小時30分，AB點走法，落差135M，難度無，屬大眾化健行路線。

註：當日往谷關可能因逢「谷關-山谷燈光節活動」交管塞車；預定下午15:30分別入住龍谷溫泉飯店及谷關溫泉飯店(內部均重新整修)，配房-溫泉SPA池，預定下午18:00晚餐；晚間自由活動~參觀拍照-「白雪聖誕村」主題燈飾造型、星光隧道、音樂燈光秀(下午16:30分開始，每隔30分播放)；20:00~22:00飯店卡拉OK廳-聯誼歡唱；20:30宵夜(香芋米粉湯-吃完為止)。

12/29日 A行程-從谷關大飯店旁捎來棧道口起登，經捎來步道、波津加山登山口、觀景台、明治老街、谷關吊橋、谷關老街等；全程約2K，步程約2小時，0形走法，難度無。  
B行程-登波津加山-從谷關大飯店旁由捎來棧道口起登，至波津加山頂；往返7.8K，步程上山約4時、下山約3時(未含休息)，落差1000M，難度二級，屬大眾化健腳路線。

### ●時程參考：

12/28 0630 各站出發→0700 五股站、木柵站→0730 永寧站-會合→經國三道接國一道→台中大道交流道下→1028 台中監理所→1030 環保公園步道南側(遊園路一段11號前)下車→嚮導-路況說明及注意事項-伸展操→1045 輕裝出發→1050 龍眼園(有廁所)→1100 長壽亭休憩區主線入口(往左)→1110 稜線高點→1125 享壽亭觀景台叉路(直行)→1135 大水塔叉路(右下)→1150 長城步道入口(市集-有廁所)→1215 台塑公司前停車場→1220 上車-清點人數→1300 午餐→1345 上車(往谷關)→1530 龍谷溫泉飯店、谷關溫泉飯店-配房(行李帶下車)→露天溫泉SPA、蒸氣室→1800 晚餐(各自飯店內用餐)→自由活動-參觀拍照「山谷燈光節」老街燈光造型、音樂燈光秀→2000~2200 卡拉OK 聯誼歡唱→20:30 宵夜點心(米粉湯-吃完為止)→2230 就寢。

12/29

A行程 0700 起床、整裝→0700~0900 早餐→1050 退房(行李帶上車-房鑰交還櫃台)→1110 飯店停車場-集合→嚮導-路況說明及注意事項→1130 輕裝出發(帶雨衣、外套、水、登山杖、午餐(行動糧)、可穿動鞋)→1135 捎來步道入口→1210 波津加山登山口、觀景台-休息-午餐(行動糧)→1300 續行→1325 明治老街→1335 吊橋→1345 停車場-自由活動、逛谷關老街-等候B行程→1530 回停車場→1610 上車-清點人數→1800 晚餐(慶功宴)→2100 永寧站→2130 木柵站、五股站、林口站。

B行程 0620 起床-整裝(行李帶上車)→0700 早餐→0745 飯店停車場-集合→嚮導-路況說明及注意事項→0750 輕裝出發(帶雨衣、外套、頭燈、水、登山杖、午餐-行動糧、穿登山鞋或雨鞋)→0755 捎來步道入口→0820 波津加山登山口→0935-1K 里程碑→1020 石瀑區→1050 涼亭-2.6K-午餐(行動糧)→1120 續行→1135-3K→1205 波津加山-拍照→1220 下山→1335 石瀑區→1535 出登山口→1550 捎來步道口→1555 谷關飯店停車場-與A行程會合→1610 上車-清點人數→1800 晚餐(慶功宴)→2100 永寧站→2130 木柵站、五股站、林口站。

- 備註：1、山區若遇下雨，嚮導群將調整活動路線，以維護會員安全。
- 2、山區早晚氣溫寒冷，請穿著長袖保暖衣褲並且攜帶外套、帽子、手套等保暖衣物。
- 3、第417次活動，感謝李忠霖800元、廖坤龍、黃秋燕2000元贊助啤酒。
- 4、露天溫泉開放時間：上午08:00~11:00 下午15:00~22:00。
- 5、卡拉OK歌廳開放時間：晚上20:00~22:00。

●退費須知：報名後，若因事無法參加者，請儘早告知所屬區隊-隊長，以便註銷報名；若於12月10日(星期二)零時起取消報名者，收取住宿訂金及車資2000元；若於12月15日(星期日)零時起取消報名者，須全額收費。除應扣支費用之外，餘額供作本隊購買裝備基金，敬請各位會員(友)配合謝謝！！

●備註：凡參加本會各類活動，皆投保旅責險及醫療險；如於活動期間內不慎意外受傷，請務必於12/29日24:00時前就醫，避免發生保險不給付糾紛。

●名額：名額限制。

●交通工具：大巴。

●費用：會員3500元 會友3700元含大巴車資、300萬旅責險20萬醫療保險、1宿(住2人房每人加收500元)、4餐、宵夜點心、雜費。

●個人裝備：行李包、小背包、泳衣帽、雨衣、外套、手杖、水、頭燈(B行程)、備用衣褲襪、帽子、手套、拖鞋、哨子、12/29日午餐(行動糧)、個人藥品、穿登山鞋或雨鞋-A行程可穿運動鞋。

●嚮導：高秀燕、張清富、高美玲、李謀騰。 領隊：王高雄。

中華民國山岳協會 · 台北百岳挺進隊