



## 內灣山、麥樹仁南峰、麥樹仁山、白石湖山四連峰0形

走出戶外·走出健康·走出活力

- 活動日期：114年04月27日(星期日)
- 出發時間：114年04月27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：木柵路四段家樂福站；林口竹林寺站；五股成泰路車站；捷運永寧站2號出口會合。
- 簡介：「內灣四連峰」標高：內灣山(H441M)、麥樹仁南峰(H707M)、麥樹仁山(H758M)、白石湖山(H550M)。位於新竹縣尖石鄉，境內山路古道縱橫連綿，沿線中低海拔知名山頭二十餘座，可供山友依個人喜好安排四連峰…十連峰等縱走活動；仍因山徑叉路錯縱複雜，需結伴同行並做足功課、備齊裝備、攜帶手機、隨時注意路條，以免疏忽迷途。
- 登山指標：
  - A行程：連登內灣山及白石湖山二峰；二山均在產業道旁不遠，登頂基點拍照難度低；從內灣國小操場起點，接東窩坪產業道先登頂內灣山來回，再到產業道與白石湖山叉路口午休中餐，餐後續行享受林相優美的造林道順登白石湖山基點拍照；後段「下內灣老街」的路況屬於登山小徑，須經過數處拉繩區，嚮導群可徵詢隊員意見-續往登山路徑走或循原來產業道路下山；全程約5K，步行約4.5小時(含休息)，0形走法，落差約350M，難度三級，屬大眾化登山路線。
  - A減行程：登一座內灣山；從內灣國小操場起登接東窩坪產業道路旁，由內灣山登山口上登20分鐘到達內灣山基點，拍照後原路下山回登山口，右轉經淨水廠左下內灣火車站，然後到內灣清水公園午休中餐，餐後-內灣吊橋、美食街、內灣老街巡禮-自由活動；全程約2K，步行約2小時(小休)，原路來回，落差約100M，難度無，屬於大眾化健行路線。
  - B行程：鎖定連登4峰；從內灣國小操場起登，經東窩坪產業道旁叉路口右上登頂內灣山拍照，然後一路直上稜線後在沿稜連登麥樹仁南峰、麥樹仁主峰二山，下山出東窩坪產道第二登山口，續行順登白石湖山第四峰，後段從山徑下內灣老街出登山口；全程約9K，步行約6小時(含小休)，0形走法，落差約540M，難度二級，屬大眾化登山路線。
- 時程參考：
  - A行程：竹林寺站(時間未定)出發→0700 木柵路四段家樂福超市→0730 永寧站→竹林交流道下(往竹東)→3 省道→0920 內灣休閒公園停車場-下車→0930 輕裝出發(隊伍先帶往內灣國小)→0945 內灣國小-操場→嚮導-說明路況及注意事項-伸展操→1010 輕裝出發(司令台右上-H330M)→經東窩坪產業道(往左)→1035 內灣山登山口叉路(右上)→1050 內灣山基點-拍照(H441M)→1105 下山(原路回登山口-請勿直行)→1110 回內灣山登山口(往右-東窩坪產業道)→1215 白石湖山叉路口-休息-午餐(行動糧-自理)→1300 續行-叉路口(往白石湖山)→1315 人造林道→1330 白石湖山登山口(往右)→1345 白石湖山基點(H550M)-拍照→1350 基點叉路(往 120 縣道)→經 530 峰→1430 接農業道(往左-路面濕滑-慢行)→1450 叉路口(往左 120 縣道 24K 登山口)→拉繩區→1520 出 120 縣道 24K 登山口(往左)→經清水公園→1540 內灣停車場-盥洗→內灣老街巡禮-自由活動→1630 回停車場-集合→1700 內灣-晚餐(慶功宴)→1930 永寧站→2000 回各站。
  - A減行程：竹林寺站(時間未定)出發→0700 木柵路四段家樂福超市→0730 永寧站→竹林交流道下(往竹東)→3 省道→0920 內灣休閒公園停車場-下車→0930 輕裝出發(隊伍先帶往內灣國小)→0945 內灣國小-操場→嚮導-說明路況及注意事項-伸展操→1020 輕裝出發(司令台右上-H330M)→經東窩坪產業道(往左)→1050 內灣山登山口叉路(右上)→1113 內灣山基點-拍照(H441M)→1120 下山(原路回登山口-請勿直行)→1130 回內灣山登山口(右上-接東窩坪產道)→1135 淨水廠→1145 內灣火車站→1200 內灣清水公園-休息-午餐(行動糧-自理)→吊橋、美食街、內灣老街巡禮-自由活動→1630 回停車場-集合→等候 B 行程會合 1700 內灣-晚餐(慶功宴)→1930 永寧站→2000 回各站。
  - B行程：竹林寺站(時間未定)出發→0700 木柵路四段家樂福超市→0730 永寧站→竹林交流道下(往竹東)→3 省道→0920 內灣休閒公園停車場-下車→0930 輕裝出發(隊伍先帶往內灣國小)→0945 內灣國小-操場→嚮導-說明路況及注意事項-伸展操→0955 輕裝出發(司令台右上-H330M)→經東窩坪產業道(往左)→1015 內灣山登山口叉路(右上)→1030 內灣山基點-拍照(H441M)→1115 稜線叉路(往左)→1125 叉路(往麥樹仁南峰)→1135 平台→1140 麥樹仁南峰基點-拍照→1145 東窩坪與麥樹仁山叉路(往麥樹仁山)→1210 麥樹仁山基點三叉路(H758M)-拍照-午餐(行動糧-自理)→1245 下山(左轉往東窩坪第二登山口)→拉繩段陡下→叉路(往白石湖山)→1445 東窩坪第二登山口叉路-小休→1500 續行(右行-往白石湖山)→1515 人造林道→1525 白石湖山登山口(往右)→1530 白石湖山基點(H550M)-拍照→1533 基點叉路(往 120 縣道)→經 530 峰→1600 接農業道(往左-路面濕滑-慢行)→1610 叉路口(往左 120 縣道 24K 登山口)→拉繩區→1625 出白石湖山登山口(往左-120 縣道 24K 登山口)→1635 內灣停車場-與 A 行程會合-休息-盥洗-換衣服→1700 內灣-晚餐(慶功宴)→1930 永寧站→2000 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4月20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1000元、會友1100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)、個人藥品穿登山鞋或雨鞋；B行程(帶登山杖、頭燈、手套、水、行動糧)；A減行程-可穿運動鞋。
- 嚮導：李景隆、張安園、鄭含笑、許萬益、許麗娥、吳聖銘、吳家溱。 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