



聲之聯

李君毅題

218

2025年 雙月刊

5月1日網上版

本期出版22頁

中國香港旅行遠足聯會



香港自然10景評選結果



封面圖片提供：專業攝影師 羅國強 先生

香港自然10景評選結果

圖片提供：專業攝影師羅國強先生

第1位
萬宜石柱
萬宜水庫
27289票



第2位
大澳遊涌
大澳
26913票



第3位
大欖千島
大欖千島
26851票



第4位
帽山雲海
大帽山
24984票



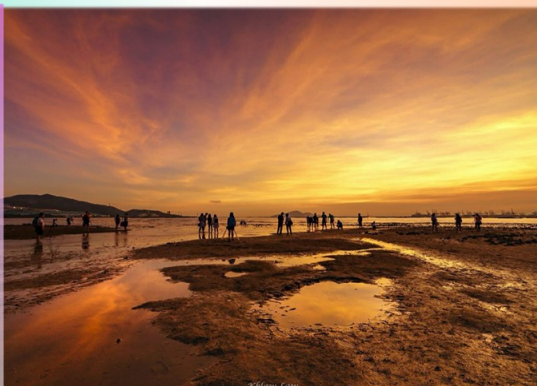
第5位
橋咀沙洲
橋咀沙洲
23518票



第6位
城門樹鏡
城門水塘
23359票



第7位
白泥觀日
下月泥
22139票



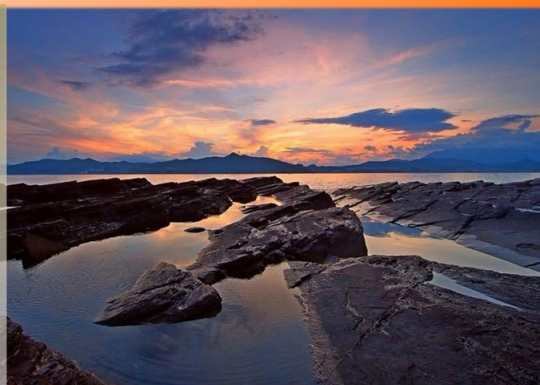
第8位
大棠秋葉
大棠楓葉林
21903票



第10位
大東芒草
大東山
19937票



第9位
東平海角
東洲
20681票



旅聯2025年5、6月份遠足活動

【面具石下飛來石】旅聯領隊李少權

日期：5月18日(星期日)

集合時地：上午9：00港鐵灣仔站A3出口認旗集合。

行程：乘車至黃泥涌峽起步，沿布力徑，荒徑上山，訪鷹咀石，面具石，石室等奇形怪石。繼循山徑至無線電視發射站。適當地點大休。休後隨山路而下，切入荒徑，觀飛來石，再接回布力徑，灣仔峽道散隊。

步程：約4小時。

難度：★★★

備註：自備糧水，晴雨用具，手套。行程彈性，可中途離隊，量力參加，責任自負。

查詢電話：92195701(晚上7-9時)



【涌沙琰杯會蛇石】旅聯與友晟之友合辦

日期：6月8日(星期日)

集合時地：上午9：30鑽石山鐵路站C2出口外（荷里活廣場對出）空地集合。

行程：乘搭公共交通工具至大灘起步，沿泥徑先登標高174米的涌沙頂，復沿山頂徑道玩賞琰杯石。下山取道白沙澳水泥村道往蛇石坳，適當地點大休。午後觀賞奇趣的蛇石，沿泥徑下走荔枝莊，觀賞著名的龍船石，乘搭約下午三時四十五分的回航船於黃石碼頭或馬料水碼頭散隊。

步程：約4小時。

難度：★★半

備註：自備糧水、交通費、晴雨用具、手套、防滑鞋履。部分路徑崎嶇陡斜，須闖林。毋須報名，行程彈性，可中途離隊。量力參加，責任自負。

旅 聯 之 聲

出版：中國香港旅行遠足聯會

編輯：旅聯之聲編委會

排版設計：鄭 菁

會務查詢：周國強 54883811

會員查詢：溫季秀 91005282

通訊地址：九龍旺角郵箱79882號

旅聯電郵：hkhachina@gmail.com

網頁設計：陳錦洪

廣告查詢：何玉英 60925064

旅聯網頁：www.hkha-china.org.hk

中國香港旅行遠足聯會



祝賀以下旅聯屬隊隊務興隆，行友身心康泰！

五月份

香港樂群康樂會成立**54**周年、山林旅行隊成立**45**周年、
草原之友成立**45**周年、志群之旅成立**43**周年、華星旅行隊成立**38**周年、
山與澗旅行隊成立**28**周年、群山任縱橫成立**21**周年、
勝景之友**VIP**遠足隊成立**19**周年及花尾躉義工隊成立**7**周年紀念。

六月份

自助旅遊成立**27**周年紀念。

旅聯之聲開闢「屬隊旅行活動花絮」專頁

本刊由**219**期開始特闢「屬隊旅行活動花絮」專頁，歡迎各屬隊精選一些相關活動花絮圖片（附圖說）及文字刊登，文字以精簡**300**字為限，圖片以**10**張為限（圖片像素不能低於**1M**），文字及圖片本刊編輯部有權作適當刪減。

請於每期刊登一個月前，將圖文投稿人隊名、姓名及電話，電郵至旅聯郵箱：
hkhachina@gmail.com 來稿將以交稿日期先後作處理。

行山樂行友圍爐盆菜迎新春



1月19日旅聯屬隊行山樂有限公司於大尾篤忠誠盆菜專門店，舉行圍爐盆菜宴，美酒佳餚，行友喜迎新春。



旅聯及花尾躉義工隊 「湛江美食之旅」

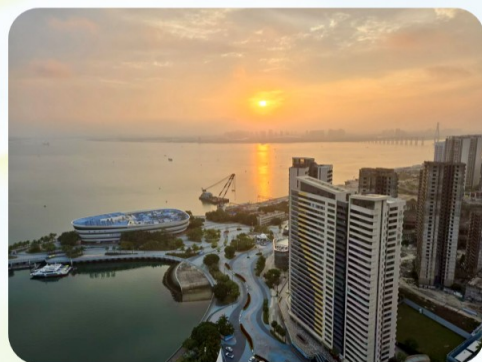
湛江位於中國的南端，三面環海，海濱城市憑藉獨特的自然風光、豐富的歷史文化和令人垂涎的美食，一直是旅遊的熱門勝地。

近年港人熱門的湛江美食景點包括有：金沙灣超過2,000米的觀海長廊、漁人碼頭的海鮮地道生蠔、金牌老嘢粥檔的龍蝦海鮮撈粉、全國最大的菠蘿種植基地；徐聞縣「菠蘿的海」、赤坎老街擁有千年歷史的商埠文化和獨特嶺南騎樓建築、法式風情街、茂德公古城及特呈島南極村等。美食、美景與人文並存的湛江，非常適合度假旅遊。

旅聯及花尾躉義工隊於復活節假期組隊往湛江旅遊，遊覽這個歷史悠久的海港城市，欣賞美麗的自然風光，享受豐富的美食文化，4天休閒的假期，令人樂而忘返。



▲賞遊赤坎老街的嶺南風情



▲金沙灣海岸的日夜不同景色



旅聯及花尾躉義工隊 「湛江美食之旅」



▲金牌老野的精湛美食



▲各種地道美食令人垂涎



▲順道為團友慶祝生日



▲地盡其用，
菠蘿種植場設有
很多組風力發機！



▲遊覽全國最大的菠蘿種植基地；徐聞縣「菠蘿的海」

旅聯及花尾躉義工隊 「湛江美食之旅」



▲往雷州的麻章天后廟同賀媽祖寶誕



▲湛江漁人碼頭自選各種海鮮美食



▲參觀湛江軍事文化博覽園

旅聯職委及義工慰勞晚餐



▲職委及義工共享溫馨熱鬧的慰勞晚餐

2024年旅聯在各職委及義工的同心協助下，旅聯全年的多個活動得以順利完成。為感謝職委及義工的熱心支持。3月24日晚旅聯特別安排了一個慰勞晚餐慶祝，並頒贈本屆登山節紀念章予大家，以表謝意。會長馬正興醫生更贊助現金利是抽獎，其後共享歡樂熱鬧的晚餐。期望在新的一年里，大家繼續群策群力，協助旅聯推展會務，為健體的遠足活動，再發光芒。



▲祝賀各職委及幹事生日快樂、身體安康！



▲副主席李少權喜獲馬正興會長(右)送贈現金利是



▲執委溫季秀喜獲現金利是



▲幹事李婉如喜獲現金利是



▲幹事潘國雄喜獲現金利是



▲幹事黃翠芬喜獲現金利是

香港聖約翰救傷隊港島長官俱樂部 沙頭角禁區遊



2月28日香港聖約翰救傷隊港島長官俱樂部委託旅聯代辦沙頭角禁區賞覽遊。當天由資深導賞員「周總」詳述領遊沙頭角的今昔典故，全面睇真啲；遊覽沙頭角禁區最「繁忙」的馬路，八十年代的屋邨歷史、順平街地區街畫、沙頭角舊消防局、最小的郵政局、中英街入口、中英街花園、復古「沙頭角」火車站。北區現存最大型的廣州式樓群新樓街、分隔深港兩地的「分界河」、沙頭角之角；「日出沙頭，月懸海角」石碑。全港最長的沙頭角碼頭，鹽寮天后廟，魚燈廣場、天空之鏡等，並於沙頭角海山酒樓享用地道佳餚美食，盡興而回。



▲東北桃源--沙頭角的山光水色



▲郭會長伉儷於全港最長的沙頭角碼頭拍照留念



▲馬會長也到此打咭留念



▲沙頭角之角大合照



香港聖約翰救傷隊港島長官俱樂部 沙頭角禁區遊



▲歷史悠久的沙頭角舊火車頭



▲參觀新樓街選購各種地道手信



▲參觀中英街檢查站



▲遊覽中英街花園



▲日月亭賞覽天空之鏡



▲海山酒樓享用沙頭角著名的客家佳餚美食

觀玉學雷鋒志願者協會派發福袋

深圳沙頭角「香港觀玉學雷鋒志願者協會」向以關老扶幼、服務社群為宗旨，於農曆年二十日發動「中英街雷鋒愛心義工隊協助」，到香港區的沙頭角派發新年福袋予區內長者，關愛老幼，使大家共渡愉快的春節。

深圳沙頭角「觀玉學雷鋒志願服務協會」、「深圳市中英街雷鋒愛心義工隊」是“活雷鋒”陳觀玉積極宣導成立的。五年來，註冊志願者會員近500名，服務達7986項，服務時數達178680小時。他們積極參加深港兩地沙頭角中英街的有關各項公益活動，包括協助中英街辦證中心工作、中英街歷史博物館、中英街遊客服務中心諮詢及香港區的長者關愛等活動，在沙頭角廣大市民群眾和各地的遊客中，留下了新時代雷鋒的美好志願者形象。



旅聯遠足活動花絮 2025年3月23日

- **【鷓鴣山下南圍遊】** 旅聯領隊：李少權
- 上午於彩虹地鐵站集合後，乘車至壁屋起步，沿小徑上鷓鴣山(432M)，俯瞰白沙灣和麻南笏一帶景色，過犁咀山往香港科技大學。大休後沿小徑到苗田賞覽拍照，之後往南圍，抵西貢公路散隊。



▲出發前合照



▲苗田的歐陸式木橋



▲登高遠望白沙灣



▲匡湖居海灣



▲沿壁屋登鷓鴣山



▲鷓鴣山上合照



▲鷓鴣山遠眺科技大學



▲巨大的馬尾松
要三個人才能環抱



▲紋頭咀前方的牛尾洲



▲香港科技大學校園



▲蔚藍的苗田灣

旅聯遠足活動花絮 2025年4月6日

- 【慈沙石林任意遊】旅聯與友晟之友合辦
- 行程:上午於沙田圍港鐵站集合後，步往慈沙古道入口，首訪古道旁碳窯遺蹟，橫越慈沙石澗，於石林入口上走，循林中支徑訪覽鴨頭石、蘇眉石等石景。續穿林沿小徑覓賞石臺上的石筍、鬥氣互撼石等奇趣石景。大休後接訪大咀鳥石，於水泉澳邨散隊。



▲馬鞍山郊野公園入口大合照



▲出發前領隊介紹當天行程



▲慈沙古道



▲▲沿慈沙古道往石林



▲巨鯨吞人石



▲大咀鳥石



▲鬥氣互撼石



▲蘇眉石



▲碳窯遺址探秘



▲飛來石



▲鴨頭石

東平洲（三）——「跨難過水觀奇洞」 梁本添

東平洲原是一個冷落荒蕪的小島，漸漸為人熟悉，現今已成為境內最熱門的旅遊海島，加以劃為地質海岸公園，有心人將昔日模糊的登山徑，擴濶成一條康莊旅行徑串遊各勝境，但以筆者意見取山路串遊，就不能盡覽東平洲最具氣勢最美的一面，上文提及過將東平洲分兩部分暢遊最理想，以龍落水作為終點站，西北面以洲尾角貓公洞作起點，途經白鱸灣、斬頸洲、白鱸灣、崖婆咀、龍鱗咀至龍落水。東南方向以亞媽灣作起點，途經更樓石、難過水、頭岩、二岩至海螺洞，若自問不能應付難過水高難度網邊，可接走山徑落龍落水，當然就錯過東平洲最精華的景緻，現今就談談東南方的勝境，從王爺角碼頭左手面經洲頭過亞媽灣，不久便抵達島上最吸睛的勝境——“更樓石”。

更樓石為一堵巍峨約高三米的頁岩石塔，岩層平整如樓台，岩塊層層疊疊可數，形狀有如圍村的碉堡或更鼓樓，座落於海邊，守望着東面的海洋，是以更樓石呼之，又因為更樓石有兩座，故有「更鼓雙樓」之別稱，登上更樓石遠眺，華界南澳漁村，大鵬七娘山均在視線之內，而東面茫茫大海，獨牛洲如海市蜃樓般若隱若現，別具風情，更樓石更是朝觀日出夜看漁火的最佳觀景台，越過更樓石在前方便是東平洲最險要之地→→“難過水”。

難過水為一陡峭高崖下之天然棧道，它是東平洲最險要之地，潮退時直崖下便現了一條驚險曲折的不規則崖徑，踏上難過水必須要算準浪濤進退間之空間快步而過，稍有遲疑若時間掌握不準，浪湧一到便難免遭受濕身之苦，大潮漲只有涉水而行或泳渡而過，故此選擇夏季暢遊最佳，凡接觸難過水棧道時，其驚險刺激之情，實難以忘懷，因以跨越之難，前輩行友便冠以難過水之名，此棧道風高浪湧之時，便不宜犯險亂闖，平靜海浪也需隨有經驗者伴行。

難過水因為是東平洲南面一系列直崖中，最具變化多端及岩頂結構略為堅固的岩壁，早期甚多攀岩學會的學員都會在此練習攀岩技術，自成為聯合國世界地質海岸公園後，禁止任何人士在島上所有地方攀岩，以防影響景觀及郊遊人士，難過水上面高崗名鶴岩頂，高約55米，峭壁間有一天然岩洞，內藏鶴巢，因而得名鶴岩頂，從高崗有明顯的山徑路直透龍落水，但要欣賞東平洲最可觀最精華之景緻，就必須下走海岸，跨越難過水到頭岩、二岩。



▲更樓石日出"



▲東平著名景緻"更鼓雙樓"



▲筆者攝於頭崖海岸



▲二崖景緻

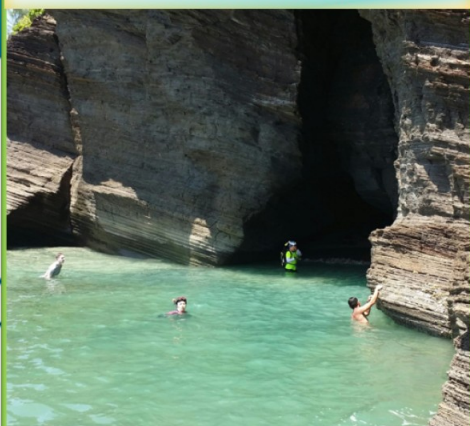
東平洲（三）——「跨難過水觀奇洞」 梁本添



▲海螺洞洞簷美景



▲筆者攝於海螺洞



▲行友泳網入海螺洞

頭岩與難過水息息相關，是東平洲另一險要之地，崖壁筆直，氣勢逼人，但岩石風化極甚，巨型石塊不時下墜，堆疊崖下，此處據聞是港境最大的海蝕平台，因平台廣闊崖壁直峭，深得拍友們冒難過水之險在此取景，越過頭岩便是二岩，亦是東平洲另一險崖，景色大致與頭岩大同小異，略比頭岩低些，約為20米左右，但氣勢稍有不如，雖此，由難過水跨越四度險關抵頭岩過二岩，途中過程確是令遊者留下深刻印象，亦是東平洲景色中最令人迷戀之地，難怪旅行界形容東平洲，未闖過難過水登頭岩過二岩，就未算去過東平洲，從二岩前進不久，為一斷崖所阻，此為海螺洞前之崖壁，因崖壁侵蝕到滑不留守，及崖壁倒碗處處無法附壁而行，若想深入海螺洞探奇，便要落水泳渡而入，不然須回走一小段攀爬二岩崖壁接山徑路抵龍落水直透海邊抵小灘才能進入海螺洞，但亦須大潮退才可進入，以筆者感覺泳渡入海螺洞最為理想。

海螺洞是東平洲唯一海蝕洞，也是本港唯一被海水侵蝕而成的水成岩洞(註:本港海蝕洞中，絕大部分均是火成岩，亦有花崗岩洞，而海螺洞獨一無二由水成岩長時間侵蝕而成，有一定特色價值)，進洞必須選擇平浪的日子方可進行，倘若遇上東風浪大，洶湧浪濤直撲洞口，就算泳術有幾高，也祇能望洞興嘆，曾聽聞有很多遊者，來東平洲十多次也無法進入海螺洞，可知探遊海螺洞之難能可貴。

海螺洞高約十七米左右，洞內岩壁光滑，紋理畢現，狀如海螺因而得名，洞簷色彩繽紛，四壁盡是紋理圖案，尖長的洞頂，有如海上小教堂般風味，洞內偶有圓石，被海水衝刷得異常光滑，靜伏洞底，於夏季時浸浴洞前，細聽海濤浪語，真是別有一番滋味在心頭，在海螺洞攝賞貝殼與千層彩石，是筆者在東平洲最迷戀的景緻。



▲東平險地"難過水"

旅行隊活動消息



聖約翰救傷隊招募隊員

香港聖約翰救傷隊是一個慈善志願服務團體，主要服務包括：免費救護車服務、為足球比賽、賽馬活動、運動會及各種大型市民活動提供免費急救服務。

香港聖約翰救傷隊，港島總區北角A支隊，現正招募男女隊員，凡年滿17歲，擁有良好品格及體能，有志加入救傷隊成為義務隊員之人士，請把中英文姓名、年齡、性別、聯絡電話及地址等資料，寄回：香港大坑道2號香港聖約翰救傷隊港島總區北角A支隊收或電郵至 recruit@npad.org 申請面試。詳情請瀏覽北角救護支隊網頁：<http://www.npad.org>

自助旅遊- 自助旅遊創隊27週年

兩岸三地走--廈門/台灣金門 5月8--5月13日

外蒙古荒野之旅 20/06-27/06

六天遊覽不同地形-峽谷/荒灘/草原---近距離探訪游牧民族，睡蒙古包食羊肉。順道遊覽首都烏蘭巴托。

中俄邊域 27/06--09/07

從外蒙古搭火車北上俄羅斯的伊爾庫茨克後，遊玩著名的貝爾加湖/3天，然後搭機飛往俄羅斯東方明珠的海參威/3天，可在此乘機回港散。又或跟大隊切入中國的琿春市/長春/哈爾濱/北京約18/07散隊。

聯繫電話：90496694 簡培發 網頁：kanbackpackers.com



行山樂

2025年5月份行程預告

行山樂24周年會慶「頒獎典禮」2025年5月24日(星期六)

4/5愉景灣-神樂院-梅窩-領隊:盧力士

11/5蠔殼三山連走-Cross Over-山中人聯隊 領隊 - 羅倫C

18/5東北地質公園睇真啲續集 領隊- Candy

25/5羅湖得月樓 領隊 - Philip



青山友之行

每逢星期日出隊，行程專欄：Facebook 專頁點擊加入查詢活動。

行程資訊：

<https://Facebook.com/groups/423563204434250>

行友要參加/星期日活動，再點擊加入 whatsapp(五)群組：

<https://chat.whatsapp.com/FW94gcbtkLIFTYCT6msYJ3>

加入活動群組報名參加，方便計算參加人數。以獲知當日詳細行程資訊。

以上行程義務性質，無任何專業人士或醫療人士，無任何牌照，自由報名參加，自備旅程裝備，自備糧水交通費用。

旅程有一定風險，量力而行，責任自負。

路線會因應天氣或其他原因隨機應變，以青山友之行當日活動whatsapp群組通知。

掃描QR code加入青山友之行

Facebook群組。

報名查詢：

林經理 手機電話5616 1788

Rebecca 手機電話9322 9491



旅行隊活動消息

山林旅行隊

5-6月行程

5月1日【大冷帝岩龍鼓灘】(星期四) 野馬主辦
晨屯門良景邨巴士總站近田翠樓集合，9時起步，
軍路上良田坳落大冷水石澗，適當地點大休，
午後皇帝岩出龍鼓灘散隊。步程：5小時
★★★★ **澗道險峻濕滑，敬請量力，須具備行澗經驗**

5月4日【秘徑漫登九嶺峰】(野馬聯隊)
晨屯門市中心巴士總站上層平台集合，9時起步，
秘徑上九徑山頂(又名九嶺峰)適當地點大休。
午後郊遊徑落虎地水塘，虎地村出藍地富泰村散隊。步程：5小時★★★★

5月11日【康城灣畔鯉魚門】
晨坑口鐵路站B出口集合，9時起步，灣畔徑往
日出康城，跨灣大橋往華永徑，適當地點大休。
午後炮台落鯉魚門海鮮街往油塘散隊。步程：4.5小時★★★★

5月18日【蚊坑長瀝尾草山】
晨火炭鐵路站B出口下層公園仔集合，9時起步，
蚊坑、河瀝背、長瀝尾、林道、A線上草山落鉛
礦坳，B線林道往鉛礦坳大休。午後城門水塘落
石蔭邨散隊。步程：5小時★★★★

5月25日【郊遊鷹巢尖沙徑】
晨美孚鐵路站B出口萬事達廣場集合，9時起步，
鐘山台、九華徑上村、長坑村、九龍副水塘、
鷹巢山教育徑、尖沙徑，澗邊晨運藪大休。午後
獅沙古道落黃大仙散隊。步程：4.5小時★★★★
***是晚：「山林旅行隊」隊慶，假座九龍 黃大
仙 龍翔道136號 黃大仙中心北館 2樓 N222舖
『百樂金宴』舉行，期望大家踴躍參加，詳情請
向「領隊」查詢、***

6月1日【清景台觀賞千島】
晨屯門公路轉車站「入屯門方向轉車站下層」集

合，如住元朗、屯門行友，「可在出九龍轉車站
落車」前行往大欖涌路口等大隊，9時起步，大
欖涌路上大欖涌水塘，沿途觀賞有被稱為「香港
千島湖」

之美譽的大欖涌水塘景色，穿梭小徑登清景台觀
賞千島湖最佳位置，適當地點大休。午後郊遊徑
出大棠散隊。步程：5小時★★★★

6月8日【調景康城田下山】
晨調景嶺鐵路站A出口集合，9時起步，跨灣大
橋、日出康城、小徑上釣魚翁郊遊徑，田下山落
大廟大休。午後出清水灣巴士總站散隊。步程：4.5小時★★★★

6月15日【三塘連走鷹巢山】
晨美孚鐵路站B出口萬事達廣場集合，9時起步，
鐘山台、九華徑上村、長坑村，接收水塘、石梨
貝水塘、燒烤場大休。午後九龍副水塘，鷹巢山
自然教育徑落蘇屋邨散隊步程：4.5小時★★★★

6月22日【砵甸漫遊大頭洲】
晨柴灣鐵路站B出口地面集合，9時起步，行人天
橋過環翠村商場，新廈街、沿扶手天梯上歌連臣
角道，郊遊徑上砵甸乍山、馬塘坳，港島徑落大
浪灣公園大休。午後石澳後灘出大頭洲，出石
澳巴士站散隊。步程：4.5小時★★★★

6月29日【孟公魚翁郊遊樂】
晨坑口鐵路站B出口集合，9時起步，孟公屋、上
洋山、廟仔墩、釣魚翁，
釣魚翁郊遊徑落清水灣巴士站散隊。大隊沙灘大
休。「行友可自由暢泳」步程：4小時★★★★

查詢：

逢星期二至六 晚七至八時

李佩湘6466 0182

郭樹根 6186 6759

網址：<http://www.facebook.com/shanlamhiking>

或<http://www.shanlamhiking.com>

野馬旅行隊

5月1日【大冷帝岩龍鼓灘】(星期四)

晨屯門良景邨巴士總站近田翠樓集合，9時起步，軍路上良田坳落大冷水石澗，
適當地點大休，午後皇帝岩出龍鼓灘散隊。步程：5小時★★★★

澗道險峻濕滑，敬請量力，須具備行澗經驗

△以上四星超難度 量力參加△

紅雨、黑雨、三號風球或以上，當日行程將取消

以上節目如天氣欠佳，改線與否由當日領隊決定。

本隊資料僅供閣下參考之用，並非亦不該被視為提供參與活動。

在其間之個人自由活動所引致之任何意外及損失，本隊概不負責。

行友須知：行山活動具危險性，參加者應小心安全，如有任何意外，

責任自負，與本隊及服務行友無關，如有需要，請自購保險。

查詢：逢星期二至六 晚七至八時 李佩湘6466 0182 郭樹根 6186 6759

網址：<http://www.facebook.com/shanlamhiking>或<http://www.shanlamhiking.com>

旅行隊活動消息

勝景之友VIP遠足隊

Facebook:

www.facebook.com/groups/358885784242001

或者掃描二維碼QR Code

加入群組

查詢：勝哥 97279788



勝景之友VIP遠足隊隊慶暨勝哥慶生聯歡晚宴

5月1日 百樂金宴-黃大仙龍翔道黃大仙中心北館2樓

5月3日(六)上午8:45大埔墟站A出口新達廣場，搭275R烏蛟騰總站，闖林登芬箕托300，吊燈籠416，印洲塘海岸公園盡入眼簾，犁三古道，九担租，烏蛟騰散隊，請帶手套，約3小時30分★★半

5月10日(六)上午8:45東涌消防局集合，9:15起步，赤鱗角村，黃龍石澗，四龍澗口轉左登薄刀南脊，薄刀刃，天書壁(選擇性)，三山台，二山台，大山台(選擇性)，蓮花山，南山郊遊徑，南山營，梅窩，搭巴士東涌或伯公坳，東涌，請帶手套，A線約6時。★★★★半。量力，B線由四龍澗口原路折返，約3小時★★

5月17日(六)上午8:45西貢巴士總站紙船公園，搭94號巴士，北潭涌，登317米太墩，眺望斬竹灣及滘西洲全景，有西貢千島湖之稱，長山，大網仔，請帶手套，約3小時30分★★半

5月24日(六)上午8:45西貢巴士總站紙船公園，搭94號巴士，上午9:30黃石碼頭，乘快艇，鬼手岩，腩肉石，鬼面石，血掌印岩，A線登黃竹角墩臺，跌死狗，長牌墩，船灣淡水湖郊遊徑C2615，淡水湖主壩，大美督。B線鬼手岩，腩肉石，鬼面石，血掌印岩等，乘快艇折返黃石碼頭，請帶手套。A線約6小時★★★★半，B線約3小時★★半

5月31日(六)上午8:45筲箕灣站A3出口公園仔，搭9號巴士鶴咀站落車，A線上登鶴咀山，下訪鶴咀炮台，B線鶴咀村，回音洞，158燈塔，蟹殼石，鯨魚骨，遠眺五分洲及狗脾洲等，原路折返巴士站，筲箕灣。請帶手套，A線4小時★★半，B線3小時★半

6月7日(六)上午8:45寶琳站C出口對開集合，9:15起步，寶琳邨，小夏威夷蓮苑台瀑布，馬油塘，衛奕信徑3段，歌賦炮台，鯉魚門石礦場，鯉魚門燈塔，

油塘，約3小時★半

6月14日(六)上午8:45西貢蠔涌集合，9:15起步，車公廟，界咸，大老古道，林徑，花心坑，山徑落黃泥頭，廣源邨，請帶手套，約3小時★★

6月21日(六)上午8:45大埔墟站搭74K大巴或20K小巴到三門仔，中國香港世界地質公園馬屎洲，鹽田仔，水茫田，馬屎洲自然教育徑，馬腰，114山頭，牛寮下，水茫田，三門仔。請帶手套，約3小時30分★★

6月28日(六)上午8:45上村球場巴士站集合，9:15起步，雷公田引水道，甲龍林徑，大帽山扶輪公園，落川龍，引水道，荃灣散隊。請帶手套，約3小時30分★★

重要聲明：所有行程，以活動舉行前whatsapp及Facebook群組宣佈(如有)為準。

★歡迎掃描右上方二維碼加入Facebook群組★

免責聲明及注意事項

本遠足隊是一義務組合，參加者必須了解是次活動之行程、性質難度及安全性，預先自行購買個人意外保險，本隊不會替參加者購買任何保險，如途中不幸發生任何意外，引致參加者財物受損、身體損傷或死亡，所有責任自負，一切與本隊無關，亦不得要求本隊或個人作出任何賠償。

行友請穿著勝景之友VIP隊衣，通風-索汗-易乾-勝景隊衣，隊衣有長袖及短袖，備有中碼M、大碼L。其他碼號已經無存貨。請預先 WhatsApp: 97279788訂購以便出隊時帶到交收。有對講機行友請校定頻道為：409-800或者5-20，行友必須穿著適當行山裝備、足夠糧水、晴雨具、手套、個人物品等。當天7點天文台掛三號風球或以上，紅雨，黑雨，活動取消。如因天氣影響或其他因素，路線隨時更改，量力而為，注意安全，不設保母式陪伴，不設殿後。不收費，毋須預先報名。

★代表難度最低 ★★★★★代表難度最高。

友行旅行隊

5月4日(華景大窩山)港鐵美孚站C1出口9時30分集合。

5月11日(麒麟山)上水巴士總站站長室側9時15分集合(乘76K至古洞)。

5月18日(蛇石坳)西貢北潭路96R大灘巴士站9時30分集合。

5月25日(女婆坳)沙田富安花園巴士總站9時30分集合。

6月1日(水泉澳)港鐵屯馬線沙田圍站C出口9時30分集合。

6月8日(黃泥墩水塘)元朗西巴士總站9時15分集合(乘K66至大棠)。

6月15日(東涌至大澳)東涌警署側9時30分集合。

6月22日(寶雲道)中區電車路滙豐總行9時30分集合。

6月29日(松仔園)大埔火車站9時30分集合。

旅行隊活動消息

歡樂遠足隊

2025年05月—06月份行程表【逢星期二出隊】

每期行程約4~5小時

5月6日 貝納祺徑 法門古道

晨港鐵東涌站B出口東薈城廣場集合，9時乘坐11號巴士往“石壁警崗”站起步，走貝納祺徑，在心經簡林大休，法門古道落石門甲出東涌散隊。

5月13日 康柏漫遊到柴灣

晨港鐵太古站B出口左轉基利路休憩處集合，9時起步，上康柏徑，柏架山引水道落柴灣散隊。（適當地點大休）

5月20日 港島徑四、三段

晨中環交易廣場巴士總站集合，9時乘6號巴士往“黃泥涌水塘公園”站落車，往大潭水塘道休憩處起步，沿布力徑接港島徑，燒烤場大休，香港仔散隊。（行友可選乘66號巴士前往）

5月27日 上窰郊遊徑

晨西貢紙船廣場集合，08:40時乘94號巴士往“北潭涌”起步，走上窰郊遊徑，元五墳觀景台大休，出鯽魚湖散隊。

6月3日 坪洲一天遊

晨中環離島線6號碼頭集合，09:15時乘坐快速船往坪洲起步，沿海濱長廊上手指山，市內參觀龍母廟、金花廟、天后宮等，大休後可以自由活動或散隊。

6月10日 漫遊仙湖植物園

晨深圳蓮塘口岸出正門右側集合，09:30時起步前往仙湖植物園，建議乘園內巴士往弘法寺起步遊園，行友可自由活動或散隊，大隊在1點鐘

由正門步往蓮塘散隊。（成人入場費¥15元，滿60周歲以上人士豁免，園內巴士成人車費¥3元，滿65周歲以上人士免費乘坐）

6月17日 龍門郊遊徑

晨梨木樹巴士總站花園仔（榮樹樓）集合，9時起步經和宜合村上引水道，城門水塘上龍門郊遊徑，經川龍落荃灣散隊。（適當地點大休）

6月24日 紫羅蘭山徑

晨中環交易廣場巴士總站集合，9時乘6號巴士往“黃泥涌水塘公園”起步，走紫羅蘭山徑，在大潭篤水塘燒烤場大休，出大潭道散隊。

***若當日起步前2小時發出：紅雨、黑雨、三號風球或以上，行程將會取消。

***領隊會因應當時的天氣、環境或特殊情況，有可能決定當日行程作出更改或取消。

行友須知：遠足活動具一定危險性，應量力而行，時刻注意安全，參加者須自行承擔個人所有風險責任，需要時請自行購備法定的保險，在活動期間引致任何意外，責任自負，一概與本隊及義務服務行友無關。

行程查詢：

許啟科 5226 6408

黎炳新 9376 3421



歡樂遠足隊



歡樂Facebook



九日天氣預報



香港樂群康樂會

2025年5月4日(星期日)

大潭水塘-陽明山莊漫遊

集合時間：上午9時15分 9時半乘車

集合地點：港鐵西灣河站A 出口大堂

路程：約3小時

2025年5月25日(星期日)

西貢釣魚翁郊遊徑-大坳門路巴士站散

集合時間：上午9：15分 9：30分乘巴士

集合地點：鑽石山地鐵站C2 出口地面 7-11 便利店前。路程約3小時

難度：2星半

2025年6月8日(星期日)

麥理浩6段 金山家樂徑 大埔路散

集合時間：上午9：30分

集合地點：梨木樹邨巴士總站 OK 便利店前

路程約2時半。難度：1星-1星半

參加者需知：費用：免費（自備糧水、晴雨具、交通費、保險責任自理。）

**備註：參加者請預先報名，查詢集合時間/地點等資訊。注意安全，量力參加，責任自負。活動如有更改，恕不另行通告。參加者請愛護郊野，自己垃圾，自己帶走。紅雨、黑雨、三號或以上風球懸掛，當天活動取消。

查詢/報名電話：2323 9399 / 6655 0031

傳真：

2324 7133 WhatsApp：+852 6655 0031

Facebook專頁：香港樂群康樂會

康樂遊

設於沙頭角禁區內的「康樂遊」，代辦沙頭角禁區紙，遊覽閉關七十多年的「沙頭角」禁區導賞團，方便行友，不容錯過。資深導賞員帶你全面搜覽沙頭角故事；三段路線睇真啲！

第一段：

*沙頭角禁區最「繁忙」的馬路，八十年代的屋邨歷史、順平街街畫。

*沙頭角舊消防局、最小的郵政局、商業區、中英街入口及中英街花園、復古「沙頭角」火車站。

友晟之友

5月至6月份活動通訊行程以下列網頁為準

<http://www.yaushingtravel.com>

聯絡電話6130 1712

5月11日（犀牛斜炮網八屋）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套。★★★週日上午9:30港鐵西灣河A出口地面認旗集合，乘14號巴士到赤柱軍營(開口)起步。沿山徑上山至環山荒徑暢遊「小豬石」「犀牛石」。其後登上高177米「斜炮頂」，循山徑前往巨石陣賞「石巷」「烏龜石」「簷蓬石」等石景。續沿小斜壁落山時觀賞「蛇頭石」「人頭石」，下走黃麻角道步至聖士提反灣，觀賞灘後一軍部界石。網邊賞遊「豬頭石」「象鼻岩」，順訪「八間屋」後至赤柱散隊。

【步程約4小時】

5月18日（玉女登樓梧桐瀑）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套、防滑鞋履、電筒或頭燈★★★半週日上午9:30大埔墟鐵路站B出口外（的士站旁）空地集合。乘公共交通工具往寨田起步。萬德徑經萬德苑登山，先訪梧桐寨群瀑的井底瀑，經越險崖近窺瀑布內坐井觀天的景象，復沿山徑觀賞中瀑（馬尾瀑），走一段頗長的山路訪全港最長瀑布—高越三十米的長瀑，適當地點大休。休後沿澗道旁小徑及扳越小段澗道往賞玉女瀑、龍鬚瀑等自然幽深美景，尾程訪風水名穴「玉女登樓」。回程沿梧桐寨瀑布小徑下山，途中順訪馬騮回頭、猿頭石、林中巨鱷等石景，林錦公路散隊。【步程約5小時】

5月25日（百年歷史足印~磚廠和窑洞）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套。★★週日上午9:30上水港鐵站A4出口外認旗集合。乘

第二段：

*北區現存最大型的廣州式樓群；沙頭角歷史地標新樓街、分隔深港兩地的「分界河」、沙頭角之角；「日出沙頭，月懸海角」石碑。

*長達300米的沙頭角碼頭。

第三段：

*鹽寮吓天后廟，天空之鏡「避風塘」、魚燈廣場、沙頭角乾貨市場、地道茶餐廳及各種小食。

*小組訪覽，每組10人起。

*日期：全年任何日期都可安排導賞。

歡迎查詢：5488 3811 Johnny Chow

電郵：kkchow830@gmail.com

巴士73K號到文錦道總站下車，先探風水穴「倒錢入櫃」，再到百年古蹟「雙英磚廠」。登上75米的老鼠嶺，繼而經麥景陶磚堡(瓦窰)，再訪木湖瓦窰村，探滿佈蝙蝠的瓦窰，約4點散隊。

【步程約4小時】

6月8日（涌沙蛟杯會蛇石）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套、防滑鞋履。旅聯與友晟之友合辦★★半週日上午9:00鑽石山鐵路站C2出口外（荷里活廣場對出）空地集合。乘搭公共交通工具至大灘起步，沿泥徑先登標高174米的涌沙頂，復沿山頂徑道玩賞蛟杯石。下山取道白沙澳水泥村道往蛇石坳，適當地點大休。午後觀賞奇趣的蛇石，沿泥徑下走荔枝莊，觀賞著名的龍船石，乘搭約下午三時四十五分的回航船於黃石碼頭或馬料水碼頭散隊。【步程約4小時】

6月22日（張保仔神犬驅魔）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套、電筒或頭燈。

★★★週日上午9:30中環交易廣場6/6X巴士總站旁之空地集合，乘6/6X巴士到春坎角海灘；春磡角道站下車起步。登山徑不久便看到惡魔之手「魔爪石」，繼走後見「飛來石」「馬鞍石」「雙乳石」「骷髏石」等奇岩異景，前行不遠就到鎮守春坎角之地標「神犬石」或稱「狗頭石」，登是日最高點131米春坎山，落山時途經測量柱及一軍事遺跡「觀測台」後循維修坡達至春磡角道，覓荒徑後攀爬到海岸懸崖盡處之「張保仔洞」，探洞後步回春磡角炮台公園沿車路折返春磡角道散隊。

【步程約4小時】

***以上行程部分路段山路崎嶇，須闖林。毋須報名，行程彈性，可中途離隊。量力參加，責任自負。

旅行隊活動消息

群山任縱橫

5月4日 鹿巢雞公大枕蓋

晨9:00大水坑港鐵站B出口出發，起步經鹿巢山接麥徑，逆走麥徑至水浪窩，後經雞公山、嶂上、嶂上郊遊徑、大灘郊遊徑、黃石碼頭、土瓜坪、赤徑、赤鹿走廊、大枕蓋出北潭涌散隊。山行快步8小時，量力參與。

5月11日 河背田夫石龍拱

晨9:00大欖隧道轉車站南向集合，起步經河背村、河背水塘、田夫仔山出麥徑，順走至M169入清快塘大休，午後經元荃古道、石龍拱、下花山、引水道出荃灣散隊。山行快步7小時，量力參與。

5月18日 小組活動

5月25日 花瓶偷景上伯公

晨9:00 青馬轉車站集合，起步經汲水門、草灣、花瓶石、大陰頂、大山、四白坳、大嶺峒、二白坳、老虎頭、偷景灣水塘、長山、偷景灣補給，午後經天后宮、神學院、梅窩、大地塘、南大嶼郊遊徑、伯公坳、東涌道出東涌散隊。山行快步8小時，量力參加。

6月1日 馬塘龍脊小馬山

晨9:00 柴灣港鐵站A出口集合起步，經連城道、馬塘坳、龍脊、打爛埗頂、土地灣、港島徑7段，大潭篤村、大潭水塘道、陽明山莊、後經渣甸山、小馬山、畢拿山、大風坳、小馬坑、金督馳馬徑出北角散隊。山行快步8小時，量力參加。

6月8日 吊燈荔枝丹竹坑

晨8:45大埔墟港鐵站新達廣場出口集合，乘小巴到烏蛟騰起步，經烏蛟騰郊遊徑、芬箕托、吊燈籠、犁三古道、三桠村、荔枝窩、鎖羅盆、榕樹凹、谷埔、鹿頸、南涌郊遊徑、丹竹坑出鶴藪散隊。山行快步8小時，量力參與。

6月15日 小組活動

6月22日 暴走七峰

晨9:00梨木樹邨巴士總站集合，起步經城門水塘、針山、草山、四方山、大帽山、吉慶橋、四排石山、掌牛山、蠔殼山出元朗散隊。山行快步8小時，量力參與。

6月29日 昂坪水口過大東

晨9:00東涌港鐵站A出口集合，起步經石門甲、昂坪、石壁郊遊徑、鳳凰徑9段、水口、引水道、南大郊遊徑、伯公坳、大東山、白連走廊出東涌散隊。山行快步8小時，量力參加。

越野優悠行

5月3日(星期六)〔漫遊深、淺水灣〕地鐵南港島線海洋公園站B出口集合，準09:00起步，經苗鍾徑、深水灣，於淺水灣散隊(可自由暢泳)。全程步行約三小時。

5月17日(星期六)〔長坑築鷹巢〕美孚地鐵站B出口(萬事達廣場)集合，準09:00起步，經長坑、九龍水塘、鷹巢山落李鄭屋散隊。全程步行約三小時。

5月31日(星期六)〔青衣遊蹤〕青衣地鐵站A1出口對開平台集合，準09:00起步，經海濱長廊上回歸徑，返回青衣站散隊。全程步行約三小時。

6月14日(星期六)〔赤柱觀犀牛〕嘉亨灣巴士總站

(西灣河地鐵站A出口，右轉向海方向，沿太安街步行約5分鐘)，乘14號巴士09:00班次往赤柱起步，經山路尋犀牛石後折返赤柱散隊。全程步行約三小時。

6月28日(星期六)〔麻南笏觀星〕西貢巴士總站對開水池側(廁所對開)集合，準09:00起步，經對面海出三星灣，返回獅子會自然教育中心散隊。全程步行約三小時。

本隊隊名：越野優悠行

聯絡電郵：countrycross794@gmail.com

Facebook:

[https://www.facebook.com/profile.php?id=6157367](https://www.facebook.com/profile.php?id=61573675283014)

[5283014](https://www.facebook.com/profile.php?id=61573675283014) (越野優悠行)

聯絡人：司徒小姐

南山遠足隊

本隊行程上載FB，聯絡請電 94200286 光仔。

友峰會

本會公開活動，請留意本會網頁最新公報。

行者之友旅行隊

每月行程請瀏覽行者之友網頁 <http://www.hiker.hk>

華星旅行隊

查詢本隊活動請致電領隊: 97862577。

恆行之友旅行隊

如欲參加每週活動，請與領隊聯絡或網上追蹤：
恆行討論區：hh1977.com

尋奇石

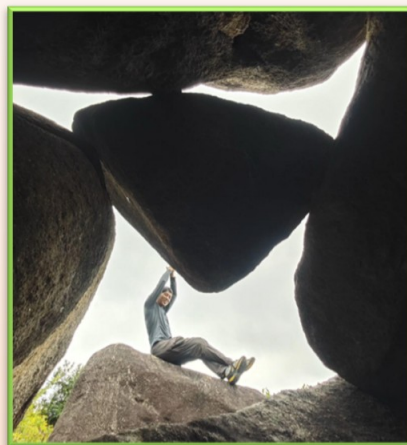
成成



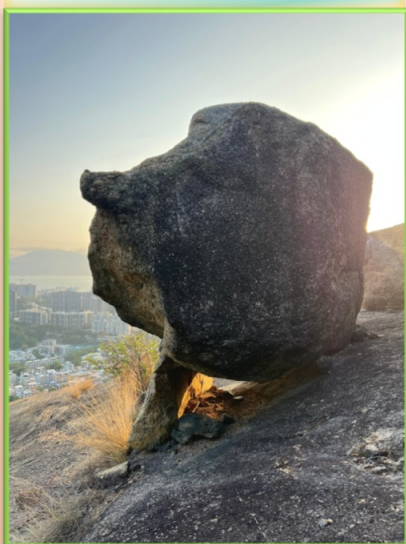
▲山地塘仙人指路石



▲南丫島東澳之心石



▲九逕山九管左坑鑽石



▲九逕山尖鼻人頭石



▲耀東坑烏龜石



▲東澳雀仔頭石



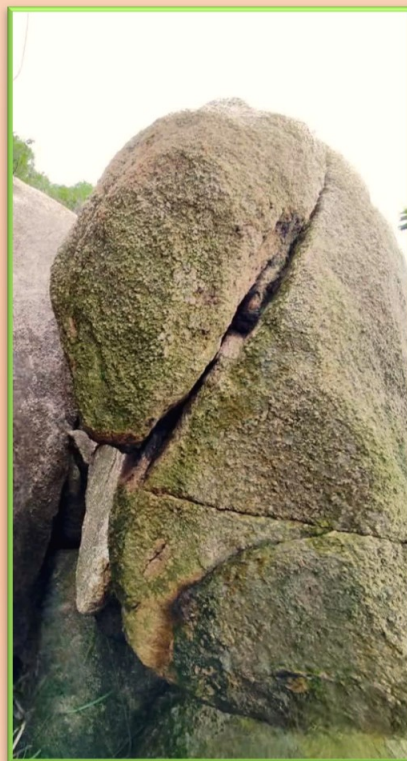
▲九逕山九管寶座石



▲圓角雞泡魚石



▲耀東坑巨狗石



▲赤柱斜炮頂蚺蛇吐舌石
(香姑攝)