

222

2026年 雙月刊  
1月1日網上版  
本期出版26頁

中國香港旅行遠足聯會



# 旅聯之聲

李君毅題

恭祝各位行友2026年元旦快樂 身體安康

## 旅聯第34屆嶂上登山節

2026年1月4日 歡迎各界行友參加



## 旅聯2026年1、2月份遠足活動

### 【張保仔闖太平】

旅聯領隊：李少權。

日期：2026年1月18日(星期日)

集合時地：上午9:00地鐵金鐘站C1出口金鐘道方向空地認旗集合。

行程：穿越香港公園，於山頂纜車站起步，循纜車徑，過麥當勞道，馬己仙峽道，沿蒲魯賢徑至舊山頂道。適當地點大休，休後轉入張保仔古道，繞過大平北坡，覓荒徑，訪「靈龜出海」，至盧吉道散隊。

步程：約4小時。 難度：★★半(最高5星)

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)

### 【愉景神樂賞壁畫】

旅聯與友晟之友合辦

日期：2月8日(星期日)

集合時地：上午9時30分東涌線欣澳站A出口集合。

行程：乘搭DB03R巴士到愉景廣場巴士總站[行友亦可自行在10時到達愉景廣場巴士總站]，齊集後走以下路線：愉景廣場巴士總站 → 稔樹灣村(探廢校「坪洲稔樹灣公立樹春學校」和天后廟) → 長沙欄 → 大水坑 → 熙篤會神樂院(探遊小花園、聖母亭、聖母橋、聖堂、牛奶場遺址) → 紅水山(高275米) → 黃龍嶺(高200米) → 東灣頭(高155米) → 東坑尾村 → 橫塘七雀(壁畫) → 涌口七企鵝(壁畫) → 銀鑽灣大貓(壁畫) → 梅窩海濱長廊 → 梅窩碼頭散隊。

步程：約5小時。 難度：★★★(最高5星)

備註：自備糧水、交通費、晴雨用具、手套。部分路程崎嶇，須攀石及闖林，毋須報名，行程彈性，可中途離隊。量力參加，責任自負。

## 祝賀以下旅聯屬隊隊務興隆，行友身心康泰！

1月份

祝賀康信旅行隊成立34周年、

泳山旅行隊成立29周年、

大地任我行成立21周年紀念。



## 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

網頁設計：洪景豪

會務查詢：周國強 54883811

廣告查詢：何玉英 60925064

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](mailto:hkhachina@gmail.com)

旅聯網頁：[www.hkha-china.org.hk](http://www.hkha-china.org.hk)

中國香港旅行遠足聯會



# 旅聯職委搬運登山節用品及維修登山節場地



感謝9位旅聯職委於11月30日，協助搬運登山節用品往嶂上及維修登山節場地，大家不辭勞苦，為2026年1月4日的旅聯第34屆嶂上登山節作準備。





43周年  
1982~2022

# 中國香港旅行遠足聯會成立43周年晚宴



▲旅聯會長、顧問與全體執委會合照

2025年11月9日「旅聯」假座九龍黃大仙中心北館二樓百樂金宴舉行成立43周年聯歡晚宴，蒞臨參加的嘉賓好友包括：政府機構好友、社團首長、旅行隊領隊、行友及各界來賓二百多位，場面非常熱鬧。

是晚蒙 各界光臨支持、熱心贊助現金及名貴抽獎禮品，增添不少歡樂熱鬧氣氛。同時由職委組成的會慶工作籌委會，經多個月的悉心籌備，發揮了團結的合作精神，使是次會慶聯歡晚宴能順利舉行，「旅聯」在此深表謝意。



▲旅聯會長、顧問及全體執委向來賓行友祝酒

\*旅聯特別鳴謝以下嘉賓、商號、團體機構、旅行隊及各界行友。

## 出席嘉賓：

李樂詩博士(中國極地博物館基金創辦人)、  
郭晶強先生(中國香港消防協會創會會長)、  
何偉石太平紳士(前民安隊助理處長)、  
鍾建民先生伉儷(香港攀山訓練中心總教練)、  
吳亞明先生(香港童軍總會副會長)、  
郭先河先生(聖約翰救傷隊長官港島分區副會長)、  
黃法旗先生伉儷(聖約翰救傷隊退役長官會主席)、  
蘇廣雄先生(聖約翰救傷隊退役長官會委員)、  
黃志敬先生(聖約翰救傷隊退役長官會委員)、  
沈思先生(香港歷史旅行家)、  
蕭國健博士(香港歷史旅行家)、  
容有華先生(中業校友會顧問)、  
郭永秋先生(前消防處長官)、  
歐燕山先生(前民安隊行政部隊總指揮)、  
鄺偉傑先生(貝鈞奇先生特別助理)。

## 旅行隊代表：

周鴻興先生(山林旅行隊總領隊)、梁榮亨先生(友晟之友總領隊)、葉宗富先生(勞青旅行隊總領隊)、何玉英小姐(花尾躉義工隊領隊)、鄭菁小姐(康樂遊領隊)、吳友華先生(恆毅野外服務團領隊)、溫季秀女士(歷險遠足隊領隊)、陳文勝先生(勝景之友VIP遠足隊總領隊)、魏淑貞女士(週日旅行隊領隊)、許漢陞先生(行山樂主席)、林金生先生(青山友之行領隊)、李志成先生(石頭谷領隊)。



▲周國強主席致歡迎詞



▲感謝會長馬正興醫生  
熱心支持

## 旅聯：

馬正興醫生(會長)、梁文偉先生(理事長)、  
鄺偉傑先生(榮譽會長貝鈞奇先生助理)、  
旅聯義務核數師馮子華會計師、  
旅聯醫務顧問余若星醫生、旅聯醫務顧問陳子鍵中醫師、  
李樂詩博士(名譽顧問)、郭晶強先生(名譽顧問)、  
何偉石太平紳士(名譽顧問)、邱偉強先生(名譽顧問)、  
沈思先生(名譽顧問)、蕭國健先生(名譽顧問)、  
鍾建民先生(顧問)、梁榮亨先生(顧問)、左浩民先生(顧問)、  
石天嵩先生(顧問)、何偉文先生(顧問)。

## 旅聯執委會委員：

周國強先生(主席)、何玉英小姐(外務副主席)、李少權先生(外務副主席)、鄭菁小姐(秘書)、江玉粧小姐(康樂主任)、溫季秀女士(會藉主任)、吳友華先生(總務主任)。

## 旅行隊：

山林旅行隊、康信旅行隊、野馬旅行隊、勞青旅行隊、  
週日旅行隊、花尾躉義工隊、山旅學會、行山樂、  
青山友之行、康樂遊、星旅之友。

## 贊助晚宴經費：

旅聯會長馬正興醫生5000元、  
榮譽會長貝鈞奇先生5000元、周國強先生5000元、  
黃法旗先生2000元、郭先河先生2000元、鄭秉賢先生2000元、  
何偉石先生1000元、胡文榮先生1000元、  
青山友之友林經理1000元、歐燕山先生1000元、  
吳亞明先生500元、中業校友會500元、曾永銳先生500元。

## 贊助禮物抽獎：

鄭菁小姐(名貴禮品2份)、何玉英小姐(名貴旅行箱2個)、  
周國強先生(名貴禮品2份)、郭永秋先生(精美行山背囊6個)、  
Queen Chan(白餐酒24支)、何玉英小姐(圍獎20份)、  
康樂遊(圍獎20份)、星旅之友(圍獎20份)、  
梁文偉先生(西餅券20張)。

## 榮獲旅聯2025年度優異獎：

「旅聯熱心服務獎」副主席何玉英小姐  
「旅聯熱心服務獎」副主席李少權先生  
「旅聯熱心服務獎」秘書鄭菁小姐

## 旅聯好聲音評判：

陳政廉先生(Bungee Drum音樂總監)、  
葉志立先生(Bungee Drum音樂導師)。

**大會司儀：**陳梓螢小姐、李少娟小姐。

**大會攝影：**羅國強先生、何偉強先生、唐文輝先生。

## 會慶籌委會委員：

周國強先生、何玉英小姐、李少權先生、鄭菁小姐、  
江玉粧小姐、溫季秀女士、陳帶娣女士、李少娟女士、  
翟恩隆先生、吳友華先生、唐文輝先生、潘國雄先生、  
羅國強先生、楊玉強先生。

43

周年

1982~2025

# 中國香港旅行遠足聯會成立43周年晚宴

各界來賓好友到會同歡



43  
周年

# 中國香港旅行遠足聯合會成立43周年晚宴



▲2025旅聯熱心服務獎  
何玉英小姐



▲ 2025旅聯熱心服務獎  
李少權先生



▲2025旅聯熱心服務獎  
鄭菁小姐



▲感謝旅聯好聲音兩位音樂評判，  
Bungee Drum音樂總監陳政廉先生  
及導師葉志立先生



▲ Bungee Drum學員  
江奕瑜小朋友表演精湛的鼓樂



▲梁文偉理事長頒贈  
紀念牌予江奕瑜小朋友



▲ Bungee Drum學員  
文朗駒小朋友表演精湛的鼓樂



▲梁文偉理事長頒贈紀念牌予  
文朗駒小朋友



▲晚宴前工作人員  
忙於整理禮品



▲行友麻雀枱上  
論英雄



▲席間介紹2026年  
嶂上登山節



▲行友爭相搶購  
登山節紀念T恤



# 中國香港旅行遠足聯合會成立43周年晚宴

43周年

1982~2025

各隊行友暢聚同歡，增添不少晚宴歡樂氣氛。



43  
周年



# 中國香港旅行遠足聯會成立43周年晚宴

1982~2025

第二屆旅聯好聲音，競爭激烈，參加者表演精湛。



▲冠軍王界雄先生



▲亞軍林燦洪先生



▲季軍陳振平先生



▲參加者喜獲紀念牌及禮品



▲周國強主席高歌助慶



中國香港旅行遠足聯會  
成立四十三周年聯歡晚宴  
暨第二屆「旅聯好聲音」歌唱比賽  
2號參賽歌手: 廖秋明 Carol  
歌曲: 潑灑走一回  
(山樂)



中國香港旅行遠足聯會  
成立四十三周年聯歡晚宴  
暨第二屆「旅聯好聲音」歌唱比賽  
7號參賽歌手: 波哥  
歌曲: 日話今天  
(山林旅行隊)



參賽歌手: 劉偉立  
歌曲: 媽媽我想你  
(山林旅行隊)



號參賽歌手: Ben  
歌曲: 生中最  
(遊之友)

43

周年

1982~2022

# 中國香港旅行遠足聯會成立43周年晚宴



▲晚宴的成功，有賴旅聯全體職委員的同心協力支持



▲旅聯屬隊代表向來賓祝酒



▲最幸運的行友喜獲頭獎  
「金馬獎」



▲二獎行友也喜獲「金碗筷」  
一套



▲豐富禮品大抽獎，幸運得獎者笑逐顏開。

# 誠邀賜登新春賀啓

本會將於2026年3月出版的第223期《旅聯之聲》內附印丙午農曆新年精美彩色「賀啓專頁」。現誠邀各旅行隊賜登新春賀啓。版位全版定價\$1600、半版定價\$800、四分之一版定價\$400；賀詞、背景均可自行提供或本會代辦。純賀詞請以Word存檔，若背景自行設計或加圖片，請以JPG或PDF存檔，並以附加檔案方式電郵至本會郵箱。

由於籌備工作需時，敬請各旅行隊由即日起至2月2日（星期一）或之前填妥以下【刊登回條】，並透過郵寄或電郵回覆本會，以便跟進，多謝支持！



## 付款方法

郵寄支票：請將以「中國香港旅行遠足聯會」為抬頭之劃線支票，連同聯絡人姓名及電話郵寄至本會郵政信箱「九龍旺角郵箱79882號」收。

銀行入數：存款至本會中國銀行戶口03672700070824後，將入數紙連同聯絡人姓名及電話號碼，以智能手機WhatsApp至9091 3492予梁文偉先生。

如有查詢，歡迎致電9091 3492梁文偉先生或5488 3811周國強先生。

### 《旅聯之聲》新春賀啟 【刊登回條】

請於適當□方格內加上「√」號

- 彩色全版 \$1600
- 彩色半版 \$800
- 彩色四分之一版 \$400
- 自編賀詞：

---
- 自行製稿（請以JPG或PDF文件交稿至本會電郵信箱：[hkachina@gmail.com](mailto:hkachina@gmail.com)）
- 本刊代辦

支票/入數紙號碼：

---

銀行名稱：

---

金額：

---

旅行隊聯絡人姓名：

---

聯絡電話：

---

電郵：

---

日期：

---



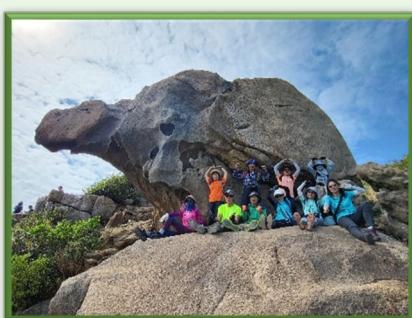
# 旅聯遠足活動花絮 2025年11月23日



▲出發前於赤柱炮台合照



▲切入竹林向犀牛石方向而行



▲犀牛石

## 【斜砲頂石林】旅聯領隊李少權

行程：上午於西灣河地鐵站集合後，乘14號巴士往赤柱砲台起步，循竹林小徑至犀牛石，沿途可觀賞蛇舌石，三角鑽石等奇形怪石。大休後沿荒徑至斜砲頂，下行附近石林，遊畢回斜砲頂發射站，黃麻角道散隊。



▲途中多奇岩怪石



▲三角鑽石



▲豬頭石



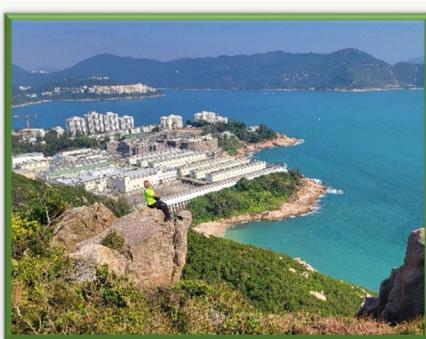
▲石室



▲白沙灣



▲斜砲頂石林



▲遠眺赤柱監獄



▲橫越竹林至斜砲頂



▲羅洲頂一帶風貌



# 旅聯遠足活動花絮 2025年12月7日

## 【大欖角群山會青龍】

旅聯與友晟之友合辦

行程：上午於葵涌集合後乘車往大欖角天后廟起步，途經機場多普勒天氣雷達站，復沿大欖角群山脊嶺觀賞磨刀海及徑道上「手指石」「異獸石」等奇趣石景，大休後循山徑接走崎嶇山徑出青龍頭散隊。



▲出發前領隊介紹當日行程



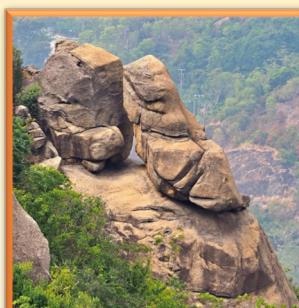
▲大欖角天后廟合照後起步



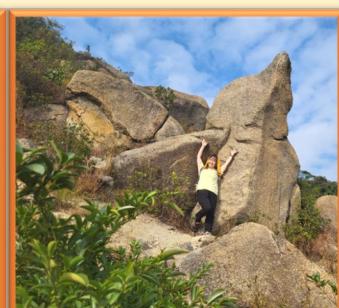
▲大欖角機場多普勒  
天氣雷達站



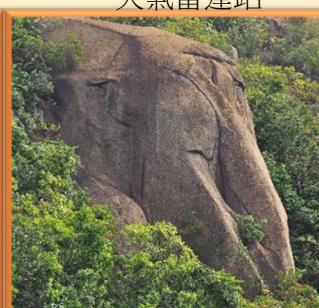
▲沿引水道上龍角山



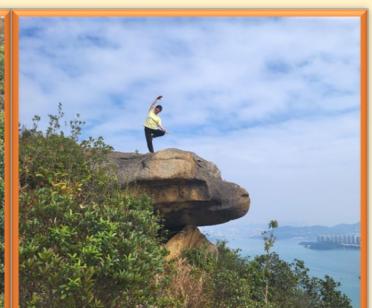
▲龍角山



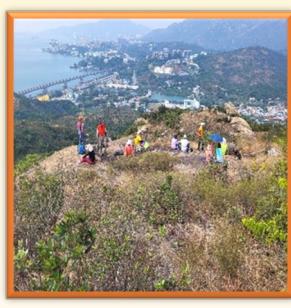
▲企鵝石



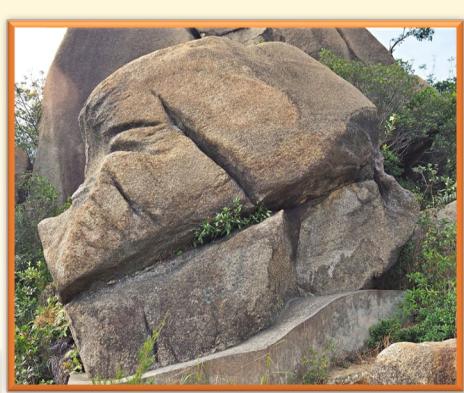
▲大象石



▲猴面石



▲於大窩塘山頂大休



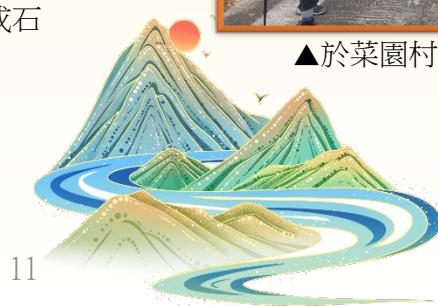
▲豬八戒石



▲於菜園村近豪景花園散隊



▲大休後沿荒徑往豬八戒石



# 勞青旅行隊成立54周年聯歡晚宴



勞青旅行隊於11月2日假座荃灣常滿海鮮酒家舉行成立54週年聯歡晚宴，勞青隊友及多隊友隊行友紛紛到賀。大家共享美酒佳餚，席間並有豐富禮品幸運大抽獎，場面熱鬧溫馨，大家盡興而返。



▲勞青總領隊葉宗富致歡迎詞



▲勞青領隊何偉文致詞



▲勞青全體領隊向來賓祝酒



▲旅聯職委到賀同歡



▲享用豐富晚餐



▲共享佳釀美酒



▲精美背囊幸運獎



▲喜獲現金大獎笑逐顏開

# 友晟之友28周年聯誼聚餐

友晟之友於12月14日假九龍荔枝角宇晴軒商場「名門一號酒家」，舉行友晟之友28周年聯誼聚餐，多隊旅行隊代表及各界行友共聚同歡。席前展出梁榮亨社長的精彩旅遊相片、陳章斌先生介紹：非洲篇～動物大遷徙及胡蔭全先生介紹：俄羅斯極東海岸。

是晚每位行友不但享用了豐富的晚宴，更獲贈梁社長精心編寫的旅遊書及友晟之友成立28周年紀念特刊，席間還有旅遊圖片競猜，豐富禮品及現金抽獎，場面熱鬧溫馨，參加者盡興而回。



▲是晚梁榮亨社長伉儷與來賓行友們暢飲同歡



▲梁社長與嘉賓向全體行友祝酒



▲各界來賓行友大合照



▲享用豐富晚餐



▲豐富禮品及現金大抽獎，幸運得獎者笑逐顏開。

# 聖約翰救傷隊退役長官會潮汕旅遊



▲抵達汕頭高鐵站



▲享用豐富特色的  
潮州牛肉火鍋



▲潮州廣濟橋幻彩燈色



▲遊覽牌坊街



▲潮州茶館品茶看戲

香港聖約翰救傷隊退役長官會於2025年12月7-9日，委托旅聯代辦潮汕三天美食遊。當天下午20位會員於西九龍站乘坐高鐵出發，首往汕頭遊覽，享用特色潮州牛肉火鍋，參觀廣濟橋幻彩燈色。

第二天遊覽牌坊街、廣濟門城樓、開元寺，潮州茶館品茶看戲、登遊廣濟橋，濱江長廊。隨後乘旅遊車沿南澳大橋往南澳島，遊覽長山尾碼頭燈塔觀景台、北回歸線「自然之門」、青澳灣。

第三天遊覽汕頭崎祿石炮臺、百年商埠小公園騎樓步行街，潮汕歷史文化中心，於手信美食街選購各種潮汕地道手信小食，收穫甚豐，滿載而回。晚餐後乘高鐵返回香港西九龍站，結束三天歡樂的潮汕旅遊。



▲參觀開元寺



▲參觀潮汕歷史文化中心



▲北回歸線「自然之門」  
拍照留念



▲遊覽汕頭崎祿石炮臺



▲南澳島長山尾碼頭燈塔



▲團友合影於汕頭  
「民初小公園」



▲民初特色手信美食步行街

# 錦田鄉十年一屆 酬恩建醮盛況



▲協助舞龍的行山隊及義工大合照



▲錦田鄉酬恩建醮盛況空前，  
非常熱鬧。



錦田鄉十年一屆酬恩建醮緣起於清初「遷界令」，當時浙、閩、粵沿海一帶居民必須內遷五十里，以絕其支援避難至台灣之前期官民，錦田鄉先輩於無奈下離鄉別井，過著流離失所、朝不保夕，苦不堪言的生活，期間，幸得廣東巡撫王來任大人及兩廣總督周有德大人上疏朝庭，痛陳利弊，為民清命，於康熙八年終得皇帝下詔復界，錦田鄉先祖們方可返鄉復耕，發展原有基業，直至康熙二十三年（1684年），錦田鄉元氣漸復，先祖們深感周、王二公再造大恩，遂籌建周王二公書院，望能喚起鄉民回憶感恩。1685年書院落成之際，隨即釐定十年一屆建醮酬恩，並設壇超度因遷界而亡之鄉民，至乙巳年（2025年）已達三十四屆，是本港歷史最悠久及最大型之醮會。



◆「健力士世界紀錄」  
認證為全球最大的  
臨時竹構祭壇



# 錦田鄉十年一屆 酬恩建醮盛況



12月16日錦田鄉十年一屆的酬恩建醮正日，廈村鄉錫降村組織大型的舞龍舞獅隊前往錦田鄉參加酬恩建醮，當天旅聯及花尾藪義工隊等亦應錫降村邀請，發動四百多位旅行隊義工前往支持，共同參與此大型酬恩建醮盛會，各參加者更眼界大開，獲益良多。

旅聯特別感謝以下各行山隊及義工隊，熱心參與是次旅聯協助廈村鄉錫降村的舞龍活動，使整個活動得以順利完成，旅聯深表謝意！



## 鳴謝：

旅聯職委、花尾藪義工、山林好友、摯友好友、歡樂好友、石頭谷、開心活動齊參與(Mickey)、鳳舞山川之野行隊(鎮仔)、開心行山樂(周伯)。



▲大會安排「素盆菜」給予各善信及龍獅隊健兒享用



▲多隊舞龍及醒獅隊的精彩表演



▲感謝各行山隊及義工隊熱心支持參與



# 公民體育會成立78周年聯歡晚宴

11月9日公民體育會假座九龍灣百樂金宴國際宴會廳，舉行盛大慶祝公民體育會成立78周年聯歡晚宴，晚宴延開逾五十席，體育界代表、各界嘉賓及旅聯職委紛紛到會祝賀，場面非常熱鬧。



▲公民體育會鈞奇主席致歡迎詞

▲公民體育會全體執委及運動員大合照



▲公民體育會全體執委向來賓祝酒



▲本年度女子成績優異運動員



▲最佳女子足球運動員



▲本年度男子成績優異運動員



▲貝鈞奇主席與旅聯職委合照



▲旅聯職委到賀同歡



▲體育界代表出席  
到賀



2021年9月再率領小組從堤岸路泳渡登熨波洲迷你沙灘上岸，朝南面方向綑邊至石灘，石灘雖小，因位於峽口處風平浪靜，姑且也可作浴場，當然始終不及熨波洲的迷你北灘，石灘前進不久，便抵達離岸岩礁"蓮花臺"，蓮花臺表面無甚可觀，但對沿岸綑遊的泳綑者，有一短暫歇息的平台未嘗不好，從蓮花臺游近崖岸邊，便見一狀若豬頭洲針眼洞入口之鐮刀口，即時題名"鐮刀口洞"，當日潮漲，必須泳綑而入。

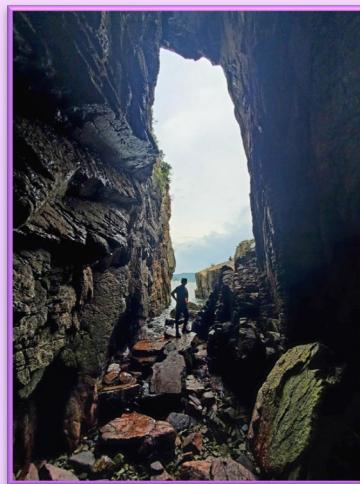
離開鐮刀口洞，就要面對熨波洲最險要，最麻煩的東南岸，經常受湧浪船浪影響，加以絕壁處處，除具攀爬技巧，也要泳綑而過，其中一危崖絕壁形貌甚趣怪，似一老人低聲叮囑"小心前進"，筆者就題名"爺爺的叮嚀"，繞過一系列危崖就抵達熨波洲精華地，首接觸就是要泳綑才可進入的"鎖匙洞"。

鎖匙洞的題名是當日泳綑暢遊時一因圓於海面隨口而命名，整個洞口形態於海面觀賞，確像一條特大金鎖匙直插海面洞口，洞口狹窄僅容一人涉水而入，浪大時湧浪直擊洞篤發出巨响，此洞宜平浪日子進行活動，浪大時需個人體能才可潛進，此洞亦有前輩稱"T骨洞"，再回望洞前形態，T骨之名也甚貼切，更有前輩梁榮亨兄賜一甚有深度內涵之名"熨波幽靈"，佩服！佩服！

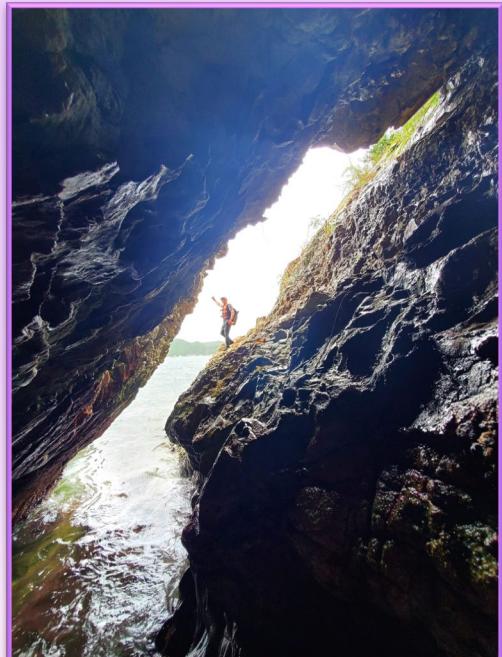
脫離"幽靈石洞"便進入波浪岩海岸，從岩層的波浪形態，就知道這裡最受風浪所侵蝕，波浪岩對岸屹立一神肖怪石，貌似小小麻鷺欲振翅高飛，即時題名"小鷺石"，再綑邊前進，不時見到很多海水積聚的小天池，稍進就到達熨波洲最可觀最闊大的海蝕洞→→"熨波大洞"或稱"熨波南洞"。



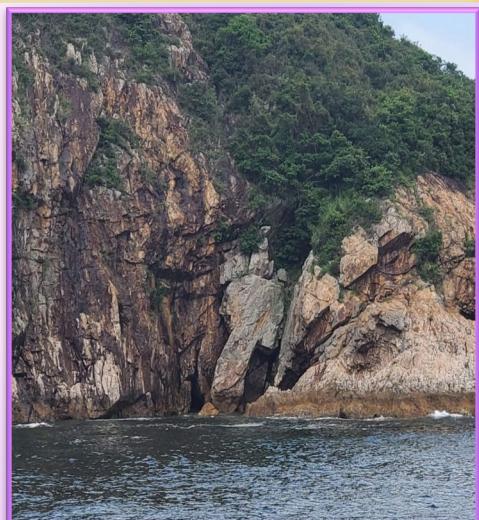
▲鬼面岩



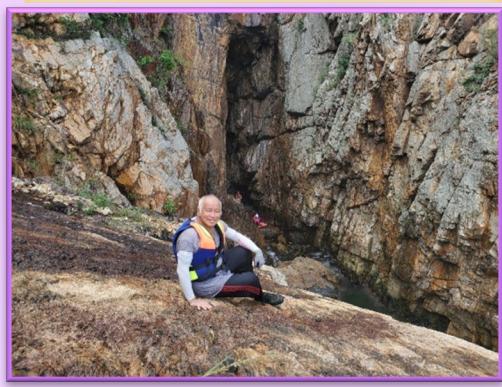
▲熨波大洞



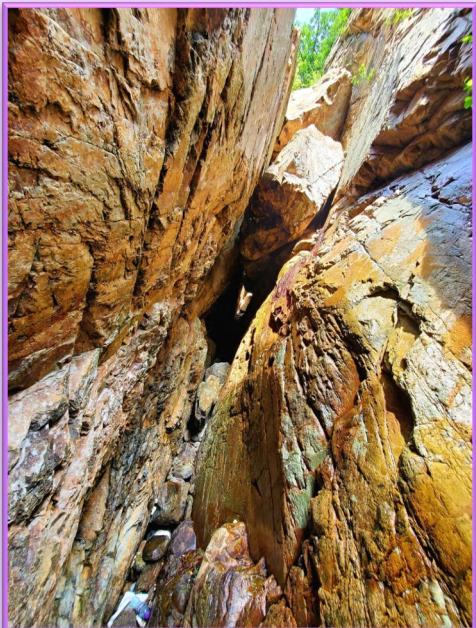
▲鐮刀口洞



▲鎖匙洞(T骨洞)



▲筆者攝於熨波大洞前



▲針眼洞



▲筆者攀爬通天巷弯曲溝



▲廢置泳棚屋

其實熨波洲任何海蝕洞至今都沒有正式名字，此洞也不例外，只不過是次旅程泳綑中發現最大一個海蝕洞，泳渡而入更感受到此洞不同凡響，因而題名“熨波大洞”，突顯此洞的宏觀，因處於南面，亦可稱為“熨波南洞”。

洞前洞道兩岸岩壁，大石高聳橫伸，加以洞前水道頗深，絕對可作跳水平台，洞口高而闊狀若拱門，洞篤岩石色彩斑紅甚搶眼，行友們怎會放過此情景，手機卡卡聲響個不停，盡興熨波大洞，繞過地獄岩柱，再攀爬絕壁天書，抵達一小溪澗源出口，出口處有一組岩石橫伸，構成一個貌似日本風呂的奇景，此行甚有價值的一大發現。

享受偽日風呂的天然奇景，雖不是溫泉，在夏日裡，冷泉更添風味，沿岸再綑邊，幾經艱苦終抵達另一個獨特異景“通天巷彎曲溝”，整個海溝被數億年海浪的衝擊侵蝕破裂，形成一道頗長彎完又彎的破裂巷道，潮漲海水灌入構成海溝，海溝深處竟藏一小洞，恍如天眼，就稱“天眼洞”，天窗眼洞下兩旁皆是絕壁，勉可上攀天窗眼頂部，上攀有一定難度，非高手不可，何況上攀後難回頭，大隊仍要綑邊繞遊，故放棄上攀，熨波洲除“熨波大洞”鎖匙洞，此“通天巷彎曲溝”及“天窗眼”絕對不容錯過。

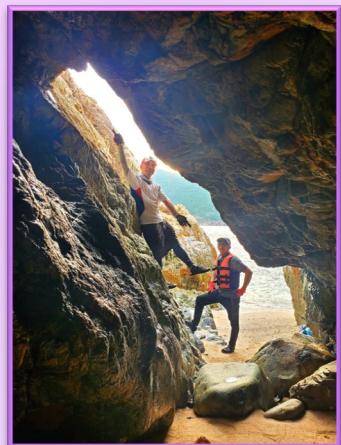
熨波洲北岸有一荒廢疑似僭建的棚屋，不知甚麼用途，但竟然來到，就作一景點順道實地考察，估計是一不知名泳會私自違法僭建的泳屋，泳棚屋雖然荒廢，但環境優美，適逢日落晚霞，若手執一罐冰凍啤酒，坐在廢置的泳棚屋，海風吹來，確是一種享受，再細心察看，棚屋下竟然有一個天然十足十，貌似日本風呂的海岸浴池，郊野間有如此天然景緻，更面對深水灣，難怪選擇這個地方建設一系列泳棚屋，可惜不合法，現今棄置，實屬可惜。

北岸另有一洞，筆者稱為“熨波石室”，洞口細小狹窄，僅容一人進出，洞篤岩石色彩呈翠綠甚耀眼，恍似藏寶的石室，故名，亦藉此石室，熨波洲海岸之旅就此終結。

(全文完)



▲熨波洲蓮花石台



▲熨波石室

# 旅行隊活動消息

## 勝景之友VIP遠足隊

Facebook: www.facebook.com/groups/35888578424  
2001 或者掃描二維碼QR Code加入群組  
查詢：勝哥 97279788

**1月4日(日)上午8:45西貢巴士總站紙船公園集合/出發搭94號巴士高塘站落車，嶂上郊遊徑，登林徑，嶂上營地，參加香港旅聯登山節活動，落北潭坳或高塘散隊，搭車返西貢。嶂上營地大休，請帶備手套，約3小時。交通：94,96R,289R大巴,7號小巴可達。行友亦可於9點半嶂上郊遊徑路岔等大隊。**

**1月10日(六)上午8:45東鐵線中文大學站出口美心快餐廳門前集合，未園湖小橋流水，9:15起步，正門出大埔道，稔凹，四色林徑黃路，荔枝坑，大埔滘，紅路，龍城堡，蓮頭塘散隊。約3小時★★★**

**1月17日(六)上午8:45太古站B出口基利路公園集合，9:15起步，柏架山太古吊車臺，大風坳，柏架山道，鯉魚涌。請帶備手套，約4小時★★★半。B線：中途退出★★★沾**

**1月24日(六)午8:45埔墟站A出口新達廣場扶手電梯旁，乘75K巴士，大美督，春風亭，A線登八仙嶺，犁壁山，黃嶺，落尤德亭，南涌或鹿頸搭小巴或沙頭角公路搭大巴返粉嶺。B線橫七古道，橫山腳，七木橋，尤德亭，橋山橋，南涌或鹿頸搭小巴或沙頭角公路搭大巴返粉嶺。請帶備手套，A線約5小時★★★量力！B線約4小時★★★**

**1月31日(六)上午9:30在落馬洲站7-11店前(海關入閘附近)會合一齊過關。**

建議前往交通工具：由元朗站搭B1巴士到落馬洲站或者搭火車直接到達落馬洲站。

請穿著勝景隊衣(如有隊衣者)

光明大頂嶺綠道至虹橋公園，乘坐地鐵6號線在光明大街站落車A出口，往前行約4分鐘到巴士站，乘B869號到光明滑草場站，步行大約15分鐘見到入口標誌，車費1元；行完虹橋乘巴士到地鐵站。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。

**2月7日(六)上午8:45東涌消防局集合9:15起步，赤鱲角村，黃龍石澗，四龍澗口轉左登薄刀南脊，薄刀峒，天書壁(選擇性)，三台山，二台山，大山台(選擇性)，蓮花山，南山郊遊徑，南山營，梅窩，搭巴士落東涌散隊。請帶手套。A線行程約5小時30分★★★半量**

力。B線由四龍澗口原路折返，約3小時★★★

**2月14日(六)上午8:45大埔小靈山法院，太和地鐵站集合，9:15起步泰國寺，社山村，社山神木古樟樹，太和站散隊。約3時30分★★★**

**2月21日(六)上午8:45坑口站B出口，文曲公園集合，新春平安啟步儀式，灣畔徑，清水灣半島，將軍澳跨灣南橋，海濱公園，將軍澳跨灣大橋，將南遂道公園行大運，調景嶺飲茶。全程石屎平路，約2時30分★★★**

**2月28日(六)上午9:30落馬洲站7-11店前(海關入閘附近)會合一齊過關。**

由元朗站搭B1巴士到落馬洲站或者搭火車直接到達落馬洲站。請穿著勝景隊衣(如有隊衣者)，深圳大梅沙站A出口大梅沙願望塔，太陽廣場，沙灘，梅沙棧道，鹽田綠道，鹽田碼頭，海鮮街，鹽田墟站。全程石屎平路，約3小時30分★★半

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。

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。請預先WhatsApp: 97279788訂購以便出隊時交收。

有對講機行友請帶備，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。不費用，毋須預先報名。

★代表難度最低 ★★★★★代表難度最高。



## 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](mailto:recruit@npad.org)申請面試。詳情請瀏覽北角救護支隊網頁：<http://www.npad.org>

# 旅行隊活動消息

## 友晟之友

1月至2月份活動通訊·行程以下列網頁為準  
<http://www.yaushingtravel.com>

聯絡請致電6130 1712

部分路段崎嶇險峻須，闖林扳岩。毋須報名，行程彈性，可中途離隊。量力參加，責任自負。

1月11日（荃灣穿梭探勝遊）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套、電筒

★★★週日 上午9時30分大窩口地鐵站B出口(站外)集合，走以下路線：大窩口站 → 關門口村 → 九位宮及洪聖宮 → 舊三邨公學 → 荃灣食水配水庫 → 牛牯壟(高105米) → 荃灣濾水廠 → 醫療輔助隊訓練營 → 橫嶺(高132米) → 411機槍堡 → 象山邨西路 → 象山邨 → 海壩村 → 東普陀 → 老圍花園(大休) → 老圍村 → 芙蓉山路 → 竹林禪院 → 觀音巖(天然岩洞內的寺廟) → 城門引水道(高約200米) → 光板田新村(壁畫) → 上光板田村 → 下光板田村 → 白田壩新村 → 愉景新城散隊。  
 【步程約5小時。】

1月25日（壽臣班納兩山連走）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套

★★★週日 上午9:30海洋公園鐵路站C出口外地面空地認旗集合。先沿香島道適當位置登壽臣山(148米)，途中觀賞南朗山、港島南部水域明媚風光，主峰頂部廢壘遺蹟，繼赴副峰瞰賞深水灣景色，適當地點大休。休後復沿壽山村道接黃竹坑道往葛量洪醫院方向附近闖林莽小徑登班納山(214米)，玩賞山頂上一石爆裂如石頭開花的石景，觀賞鴨脷洲及香港仔水塘風光，沿林中崎嶇小徑落回香港仔水塘散隊。

【步程約4小時半。】

## 行山樂

日期	路線	領隊	難度
1月4日	挑戰線: [挑戰篇] 寶馬山頂石林	亞古	3星
1月4日	老少咸宜線: 旅聯登山節	Jacob	3★
1月11日	石碑山	Joe	3★
1月18日	[鳳凰展翅，伴我同行] 凤徑第9段 / 石壁水塘 - 水口	一休	2★
1月25日	高山離島任我行 屏風山八仙嶺	羅倫C	4★
2月1日	《首屆香港行山節》~大枕蓋	羅倫C	3★
2月8日	圍爐/西貢大灘	Tiger	2★
2月15日	新年大休		
2月22日	行山樂x山中人 Cross Over [加碼行] 二肚>三肚>四肚>五肚>減龍脊玩五肚嶺 // 食盤	羅倫C	3★



### 香港行山節網頁

<https://acelung51.wordpress.com/hong-kong-hiking-fs/>

### 首屆香港行山節 個人 報名表格

<https://forms.gle/AjWHwJsKjEwTgVTc9>

### 首屆香港行山節 - 團體 報名表格

<https://forms.gle/mfThHDyz3RjhUMP9>

### 行山樂網頁

<https://www.hikingfun.org/HKF>

### 香港行山節 Hong Kong Hiking Festival Facebook

[https://www.facebook.com/profile.php?id=61579225382717&locale=zh\\_HK](https://www.facebook.com/profile.php?id=61579225382717&locale=zh_HK)



### 香港行山節\_行山樂\_會員\_義務登記

<https://docs.google.com/forms/d/1HgJH7gAilJo2ccNp2vkiwZOllUrvjRDcmHGtmXAPs/edit>

# 旅行隊活動消息

## 山林旅行隊

**1月1日【大城石澗西南坑】(星期四)**野馬主辦  
晨梨木樹巴士總站近榕樹公園仔集合，9時起步，  
經灰橋入溯大城石澗，肥佬麥大休。

午後續走西南坑，澗末往妙高台，響石落川龍散隊。  
步程：5.5小時 ★★★★

\*\*\* 潛道險峻濕滑，敬請量力，需具備行潛經驗  
\*\*\*

### 1月4日【旅聯登山嘉年華】(野馬聯隊)

晨西貢巴士總站旁公園仔集合，9時搭巴士往北潭涌起步，北潭、榕北走廊、畫眉山，  
嶂上參加旅聯主辦之嘉年華會。午後嶂上猴塘溪古道，落海下路出高塘巴土站散隊。

步程：4.5小時 ★★★★ \* \* 行友可提前在北潭涌等大隊 \* \*

### 1月11日【吊手牛押馬鞍山】(野馬聯隊)

晨屯馬線恒安站B出口馬鞍山遊樂場集合，9時起步，山徑上燒烤場，A線；緩登吊手岩、  
牛押山、馬尾登馬鞍山落昂平，適當地點大休。  
午後昂平，大水井落西貢散隊。

步程：5.5小時。★★★★ B線；馬鞍山郊遊徑、  
昂平大休。午後大水井落西貢散隊。

### 1月18日【逢吉圭角打石湖】(野馬聯隊)

晨屯馬線元朗站G2出口集合，9時起步，A線；逢吉鄉上雞公嶺，俗稱「圭角山」，  
適當地點大休。午後雞公嶺落打石湖散隊。步程：5.5小時★★★★

B線；逢吉鄉村路接郊遊徑，便母橋大休。午後參觀水頭、水尾古蹟，樹屋，錦上路站散隊

### 1月25日【蝌蚪坪跨黃大仙】

晨屯馬鐵路沙田圍站B出口集合，9時起步，博康村、水泉澳，蝌蚪坪小休，「觀賞美景」  
貓仔山落引水道，乾隆古道石澗旁晨運藪大休。  
午後乾隆古道上回歸亭落黃大仙散隊。

步程：4.5小時 ★★★ (黃大仙還神) \*\*\*是晚山

## 南山遠足隊

本隊行程上載FB，聯絡請電 94200286 光仔。

## 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](http://hh1977.com)

## 勞青旅行隊

活動消息請留意本會網頁。

林團年聯歡晚宴，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，  
詳情請向領隊查詢 \*\*\*.

### 2月1日【新春郊遊賞春花】

晨荃灣鐵路站A出口集合，9時起步，經愉景新城長廊，荃威花園上引水道、元荃古道，  
田夫仔營地大休。午後出清快塘、沿郊遊徑往觀賞山邊野生吊鐘花，然後落深井散隊。

步程：5小時 ★★★

### 2月8日【萬里長城遊古寺】

晨東鐵線上水站A4出口，上水廣場行人天橋集合，  
9時起步，天平山村、華山、萬里長城、  
下山雞乙，雲泉仙館大休。午後長山古寺出大塘湖村口巴士站散隊。步程：5小時 ★★★

### 2月15日【南朗山漫遊美景】

晨黃竹坑鐵路站B出口落地面近大王爺廟旁集合。  
9時起步，南朗山道，  
沿郊遊徑上南朗山頂觀賞美景。回程往配水庫公園仔大休。午後落深灣遊艇會，  
慢步鴨脷洲大橋落鴨脷洲海旁觀賞景色，利東鐵路站散隊。步程：4.5小時 ★★★

### 2月22日【寺廟連走迎新歲】(大年初六)

晨東涌鐵路站B出口集合，9時起步，石門甲、羅漢寺、寶林寺、昂東古道上寶蓮寺，  
昂坪大休。午後延慶寺落鹿湖古道往靈隱寺，龍巖寺出大澳散隊。

步程：5.5小時 ★★★

查詢：逢星期二至六 晚七至八時

李佩湘 6466 0182 勞偉傑 6417 1774

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

## 華星旅行隊

查詢本隊活動請致電領隊: 97862577。

## 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>

# 旅行隊活動消息

## 歡樂遠足隊

【逢星期二出隊】每期行程約4~5小時

### 1月6日 石龍拱、深井

晨港鐵荃灣站C出口集合，9時起步，經荃威花園走元荃古道上石龍拱，清快塘出深井散隊。（適當地點大休）

### 1月13日 是日小組活動

### 1月20日 衛奕信徑，孖崗山

晨中環交易廣場巴士總站頂層噴水池集合，9時乘6號巴士往“衛奕信徑，赤柱峽道”起步，走衛徑第一段，A線上孖崗山到紫崗橋，B線走引水道到紫崗橋，落燒烤場大休，出大潭道散隊。

### 1月27日 漁翁釣龍蝦

晨港鐵鑽石山站C2出口荷李活廣場集合，9時乘坐91號巴士往“大坳門”起步，上龍蝦灣郊遊徑，在大坑墩停車場大休，接走釣魚翁郊遊徑，出康城散隊。

### 2月3日 大仙回歸鷹巢山

晨港鐵黃大仙站B2出口黃大仙牌坊集合，9時起步走獅沙古道，上回歸亭經筆架山接走鷹巢山自然教育徑、落大埔道或李鄭屋邨散隊。（適當地點大休）

### 2月10日 是日小組活動

**2月17日 是日大年初一 【本隊休息】**  
恭喜發財！ 身壯力健！ 龍馬精神！ 萬事如意！

### 2月24日 城門水塘行大運

晨梨木樹巴士總站花園仔（榮樹樓）集合，9時起步上燒烤場，走緩跑徑，城門林道，城門六號場大休，經菠蘿坳落石蔭散隊。

\*\*\*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。請留意當日天氣預報。

\*\*\*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Facebook



九日天氣預報

## 越野優悠行

### 1月3日 (星期六) [憶舊迎新遊啓德]

九龍灣鐵路站A出口德福花園廣場近匯豐銀行集合，準09:00起步，經九龍灣運動場出啓德體育園，新九龍繞道，啓德遊輪碼頭散隊。全程步行約三小時。

### 1月17日 (星期六) [嘉頓山主教山漫遊]

石硶尾地鐵站C出口集合，準09:00起步，經白田邨美荷樓上嘉頓山，再往主教山出界限街大埔道散隊。全程步行約三小時。

### 1月31日 (星期六) [登太平山落薄扶林]

香港公園東門入口（金鐘地鐵站C出口，太古

廣場扶手電梯直上）集合，準09:00起步，經纜車徑上山頂落薄扶林散隊。全程步行約三小時。

### 2月14日 (星期六) [寶馬奔西灣河]

港鐵炮台山站A出口集合，準09:00起步，經天后廟道，寶馬山道，金督馳馬徑落西灣河散隊。全程步行約三小時。

### 2月28日 (星期六) [車公訪大仙]

屯馬線車公廟站A出口集合，準09:00起步，經新田圍上猫仔山，十二笏落黃大仙散隊。全程步行約三小時。

# 旅行隊活動消息

## 群山任縱橫

### 1月4日 鹿湖牛耳渡雞公

晨9:00北潭涌小食亭集合，起步經萬宜路、大枕蓋、鹿湖郊徑、吹筒坳，順走麥徑2、3段至水浪窩散隊。山行快步7小時，量力參與。

### 1月11日 東洋畢架越針山

晨9:00寶林站A出口集合，經大上托、衛徑、井欄樹、東洋山、基維爾，順走麥徑5-7段至M131，轉經道風山出沙田散隊。山行快步7小時，量力參與。

### 1月18日 小組活動

### 1月25日 黃龍大東地塘仔

晨9:00東涌港鐵站A出口集合，起步經黃龍坑郊遊徑、大東山、伯公坳、地塘仔郊遊徑、昂坪、彌勒郊遊徑全走、360棧道落東涌散隊。山行快步7小時，量力參與。

### 2月1日 柏架孖崗渣甸山

晨9:00西灣河地鐵站A出口集合。經耀東邨、康柏郊遊徑、柏架山路、紫崗橋、孖崗山、引水道、紫羅蘭山徑、紫羅蘭山、陽明山莊、渣甸山、小馬山、金督馳馬徑出北角散隊。山行快步8小時，量力參與。

### 2月8日 狗肚大帽過川龍

晨9:00火炭港鐵C出口集合，起步經落路下、狗肚山、河瀝背、山尾、X石、草山、鉛礦坳、四方山、大帽山、荃錦坳、川龍、龍門郊遊徑、城門水塘、針山至M131，後經道風山落沙田散隊。山行快步8小時，量力參與。

### 2月15日 小組活動。

### 2月22日 深涌蛇石過大灘

晨9:00水浪窩麥徑四段起點集合，經雞公山、榕樹澳、深涌、蛇石坳、白沙澳出海下大休，午後經大灘郊遊徑、黃石碼頭、北潭凹散隊山行快步7小時，量力參加。

## 友行旅行隊

### 1月4日(琵琶山)

地鐵荃灣線長沙灣站C2出口9時30分集合。

### 1月11日(白水碗)

清水灣香港科技大學91號巴士站9時30分集合。

### 1月18日(荔枝窩)

大埔烏蛟騰巴士總站9時30分集合。

### 1月25日(樟上)

西貢北潭涌巴士站9時30分集合。

### 2月1日(南北大頭羊)

粉嶺火車站B出口9時30分集合。

### 2月8日(南丫島)

中環港外線4號碼頭9時30分集合。

### 2月15日(機場觀景山)

東涌警署側9時30分集合。

### 2月22日(太平山頂)

中區電車路匯豐總行正門9時30分集合。

### 3月1日(分流村)

大嶼山11號巴士

沙咀站(石壁水塘公廁側)10時正集合。

### 3月8日(清快塘)

荃威巴士總站9時30分集合。

### 3月15日(木棉山)

西貢巴士總站9時30分集合。

### 3月22日(梧桐河)

上水巴士總站(站長室側)9時30分集合。

### 3月29日(貝澳-梅窩)

大嶼山貝澳羅屋村3M巴士站10時正集合。

## 自助旅遊

### 1月24日（周六）昔日沙頭角兩岸走

指定地點集隊，在沙頭角烏石角起步，訪遊港境最北風水極佳的天后廟，然後闖一段密林上警哨崗鳥瞰沙頭角內海風光。繼入沙頭角禁區-需預早申辦沙頭角一日禁區紙，入禁區後從另一角度回望港境，遊小區/天后廟/舊街區等，午嚐鄉村客家菜。必須預早報名。有限額。謝拒臨場參加。

本行程分組，行山組/3小時內，及不行山組。

報名時聲明以便安排。（嚐鄉村菜者優先）

### 2月1日（周日）暮春縱走黃竹角咀

由黃石碼頭包船橫越赤門海峽，適當地點靠近鬼手岩上岸，穿越橫嶺山脊，直趨淡水湖，單程約15公里，上落高低，長途跋涉，需有行山經驗，遇險解困能力。須預早報名。

聯絡whatsapp：簡培發90496694

網頁：[kanbackpackers.com](http://kanbackpackers.com)

# 旅行隊活動消息

## 康樂遊

設於沙頭角禁區內的「康樂遊」，代辦沙頭角禁區深度遊，遊覽閉關七十多年的「沙頭角」禁區導賞團，不容錯過。

資深導賞員帶你全面搜覽沙頭角今昔典故；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。

### 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。

\*全港最長；達280米的沙頭角碼頭。

### 第三段：

\*鹽寮下天后廟，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。

\*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



## 香港樂群康樂會

活動查詢/報名電話：2323 9399 / 6655 0031 WhatsApp : +852 6655 0031

Facebook專頁：香港樂群康樂會

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、自備糧水、晴雨具、交通費、保險責任自理。活動如有更改，恕不另行通告。紅雨、黑雨或三號風球發出，當天活動取消。請愛護郊野，自己垃圾，自己帶走。



Facebook: 香港樂群康樂會

## 野馬旅行隊

1月1日【大城石澗西南坑】(星期四)野馬聯隊

晨梨木樹巴士總站近榕樹公園仔集合，9時起步，經灰橋入溯大城石澗，肥佬麥大休。

午後續走西南坑，澗末往妙高台，響石落川龍散隊。步程：5.5小時

\*\*\* 澄道險峻濕滑，敬請量力，需具備行澗經驗 \*\*\*

△以上各項節目凡三星或二星半皆兒童不宜，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>

## 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每個星期日  
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 電話5616 1788    Rebecca 電話9322 9491

