



台灣熊

跑山俱樂部

報報·抱抱

TAIWAN BEAR HASH NEWS LETTER

<http://www.taiwanbearhash.com.tw/>



白御豪/小白 0937-877 744
馬龍/Longsanity 0922-050586

934 RUN

2020.4.4

宜蘭冬山

集合地點：冬山振安宮 宜蘭縣冬山鄉得安一路1號
麵粉記號：梅林路 鹿梅路路口

兒童節 白馬馬力奔抓不到喝不倒

暗暗兔子 筆2020.03.23

4/4兒童節？是小孩的節日？是孫子的節日？不！4/4是跑山的日子.....

還有！！是兔子阿母的母難日，兔子生日啦！！（兔子的媽，辛苦您了♥♥也祝福兔子生日快樂♥♥）

這幾天連假應該有很多人要掃墓祭祖，也很多人想出遊踏青，如果在這非常時期不知道要去哪的人，不用擔心，兔子安排了好山、好水、好無聊.....喔...不！是好美麗的宜蘭冬山秘境給各位熊友跑，遠離市區，遠離人群，接觸大自然來運動流汗，增強抵抗力，才能跟那個xx肺炎疫情抵抗。

兔子陣容相信大家應該都不陌生，台灣熊路線組超瘦的公子--小白，和怎麼喝都不會倒的-馬龍；這兔子很厲害，不管什麼天氣，跑步都不穿衣服的（啊寒流來時是都不會冷喔？），跟我們台灣熊的牛肉大哥一樣，有著好身材，六塊肌，跑得又很快，是不是只要不穿衣服跑，就可以跑很快呢？各位大哥可以試試看喔.....兔子表示，路絕對是現撒麵粉的，不怕熊友們去抓他，各位，衝吧，看能不能抓到小鮮肉兔子。副兔子來路也不小，是2019年亞聯經典路線聖人瀑布的兔子--馬龍，那條路線也是美到讓外國Hasher讚不絕口，話說，馬龍有個很厲害的肚子，是專門裝啤酒用的，想喝酒的找他準沒錯(哈，這是題外話)，總之，由他們倆操刀做的路絕對有一定的水準，不會讓各位熊友失望的。

路線到底有多美呢？光聽到“宜蘭冬山”這個地方就令人感到療癒了，整路的可跑性非常高，

想要看風景慢慢走、慢慢拍照的也可以，這條路絕對能讓各位暫時忘卻生活上所有的壓力，沿路有些風景是有歷史典故的，別急著跑過去，請各位熊友好好的享受這一趟美景與知識之跑吧。疫情時期，再一次提醒各位，勤洗手、戴口罩，與人聊天請保持距離，用酒精消毒體內的病毒，祝各位熊友身體健康，保持愉快的心情來跑山。

想要怎麼跑？歡迎來，兔子跑給你追；想要怎麼喝，也非常歡迎，副兔跟你喝...

再次叮嚀，開車不喝酒、喝酒不開車、更不能邊開車邊喝酒喔.....荷包很重要，生命更重要，千萬

別存一時僥倖的心理，祝各位開開心心跑山平平安安回家。



投稿信箱：carloswu@ms25.hinet.net

本周特殊跑次

活動預告



4/4路線：有分S,L
S:約5公里、L:約9公里
提醒：L路線非常非常非常滑，請斟酌自身體能和狀況。

次數 RUN NO.	日期 DATE	跑步地點 RUN SITE	記號地點 MARK SITE	兔子電話 HARE&TEL
935	4月11日 2:30 起跑	金山 八煙	集合地點： 綠峰渡假村 麵粉記號： 台二線環金路& 陽金公路 路口	黃素春/超嫂 0921174068 林佳甫/Ke Bo 0912068156
936	4月18日 2:30 起跑	三峽 天南寺	集合地點： 三峽天南寺 麵粉記號： 往三峽方向介壽 路2段138巷 (橫溪橋)有記號	周永泉/ :Charger 0935330602 周平國/ Evil Apple 0912672168

台灣熊 933跑次花絮 109.07.18

