



台灣熊 跑山俱樂部

報報·抱抱

TAIWAN BEAR HASH NEWS LETTER

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



高偕化 / High Class 0937064139
李世坤 / Gentle Shit 0928311751
吉祥 / Pig Fortune 0932048387
鄭深太 / Cheng Tai Shit 0910957915



919 淨灘 run



958RUN

2020.9.19

出水坑

集合地點：出水坑聚落
麵粉記號：台15線22K轉進東華球場
新北市接駁巴士F237或桃園客運5020
出水坑站有麵粉

高偕化會長不遺餘力推動淨灘活動已邁入第三年，
每年看他出錢又出力帶著滿滿的熱忱著實讓人感動！淨灘除了達成
清除海灘廢棄物，更要從源頭減量著手。讓垃圾減量是你我的責任！
再美的景色都禁不起破壞，人類製造出來的垃圾，就自己動手撿吧！
919邀請您一起加入淨灘 run · Do it! [#除了撿](#) · [更要減](#)

[#凡參加淨灘的冰友即贈送海盜帽一頂](#)

[#本週無Bash](#)

精心為大家準備烤大豬、龜鹿二仙膠土雞湯、清蒸鴨肉、燉杏鮑菇
炒筍尾、炒青菜、油飯、炒米粉、菜頭貢丸湯等等.....

[#採無痕飲食](#)

[#請熊友自備餐具](#) [#請熊友自備餐具](#) [#請熊友自備餐具](#)

※※台灣熊跑山俱樂部與台灣熊跑山協會共同主辦此場淨灘活動，協會也提撥贊助二萬元，共襄盛舉年度公益活動。※※



投稿信箱：carloswu@ms25.hinet.net

本周特殊跑次

活動預告

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
959	9月26日 14:30 起跑	基隆	集合地點： 八斗子停車場 麵粉記號： 海洋大學有麵粉	江一平/ Sitting Bull 0910-087-381 江政謙/Land Slide 0978-096-313
960	10月3日 14:30 起跑	大屯山	集合地點： 氏宗祠 麵粉記號： 北投復興高中	王義雄/ Hormon 0937-084-023 高敏慧/Brown Owl 0911-210-088



50次



300次

919台灣熊淨灘愛地球

台灣熊淨灘RUN已邁入第三年，祇憑著一股 " 為台灣這片淨土，盡點小小心意 " 的信念，義無反顧傻傻的簽路，感謝一路相挺的熊友及各友會的Hasher，您們的支持是我前進的力量。

今年承蒙坦克及吳董協助，利用他們人脈資源找到集合地點出水坑聚落，更感謝當地黃氏家族大方提供場地與協助，讓我們順利的在下福頂寮沙灘進行淨灘活動！

記取前二次經驗，今年改變方式規劃，也就是路線不要長，強化主題可讓淨灘RUN更加踏實，因此啓先由兔子帶領大家至頂寮海灘進行淨灘活動，這沙灘是由土黃色的海沙所覆蓋的海岸線，可能是洋流的關係垃圾也沒有想像那麼多，對我們來說更容易將沙灘清理乾淨，淨完灘Beer Check來杯清涼透心的啤酒、飲料可謂一大舒暢，並可洗滌酷熱的身心，接著直搗兔子筆路藍縷開闢一條銜接淨灘的山路，由林口登山步道至廢棄的環保公園，整個路徑因年久失修有些棧道木板已腐化，甚至被雜草完成覆蓋，部份路段長滿了林投樹，我們出動7個人4支柴刀，一路整理及排除障礙，就是要給大家一條安全路線，路不在長在於精彩，全程不到4公里充滿野蠻的路徑絕對可預期，對所有參加者算是輕鬆的run，所以在此呼籲大家不用先跑喔！

此次淨灘RUN，承蒙幾位熊友的慷慨解囊及協會的大力贊助，讓整個淨灘RUN增加了豐富性，High Class在此深深一鞠躬。

適逢中秋節前，來個應景的Bash，請大家自備碗筷，一起來參與這一場無痕飲食，感恩！ON! ON!



High Class

HASH界年度盛事

47年又9個月...

風雨無阻

17,500公里...

跋山涉水

千呼萬喚

眾兔期盼

2500次

2020.11.21 特跑

即將登場

恭賀雞爺100次



日期：2020/11/21

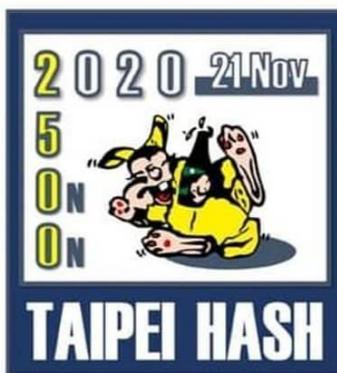
地點：雪霸國家公園

雙修：男女合抱 2500/對

獨奏：1300/人

自駕：1000/人

路線：有長有短有破蛋



2020 全球 Hash 最大盛事

眾兔尋路千百度、兩千五百次跑步