



台灣熊跑山俱樂部 TAIWAN BEAR HASH NEWS LETTER

[http:// www.taiwanbearhash.com.tw/](http://www.taiwanbearhash.com.tw/) / 投稿信箱 Kuoyu.jian@msa.hinet

台灣熊
報報

2017 / 09 / 02

799 RUN

大溪

公告：9/9 日特跑
有參加的熊友，請
攜帶身分證，入山登
記用。

上午 11 時起跑
下午 3 時半噹噹
5 時半 晚餐(晚會)

感謝兔仔來做路 大家快樂呦!



廖雯萍(Apple pie)
傅偉明(Free Beer)
林千祥(Tricycle jr)



龍山寺

Hare : Hare : 江一平 Sitting Bull

CoHare :謝采珍 HotCandy

兔子說：本週跑大溪的龍山寺步道，它位於桃園大溪永福龍山寺後山方，是大溪近郊一處容易親近的登山路線，經過兔子一番的努力開墾，已變成一條很棒的跑山路徑。這處山谷也被稱為「烏塗窟」。登山口有六棵百年荔枝老樹，枝葉茂盛，形成濃蔭大樹。這些荔枝樹是清朝同治 7 年時，黃安邦墾號進入永福地區時，從家鄉移入一百多株荔枝幼苗，如今僅存龍山寺後方這六棵荔枝老樹，樹齡已達 140 年以上。



跑步時會經過寺廟左後方，種植荔枝老樹的平台，接著會經過三個涼亭，然後從寺廟的花園走出來。雖然只是繞後方的小山一圈，但沿途滿是油桐花樹以及小花鋪地，在五月雪的季節裡，知道此路的人真的不多，而且對於台北市的居民來說因為沒有像土城有著完整的大眾接駁系統，所以人一定比較少。

桃園大溪旅遊古道景點眾多，熱門賞桐路線有大芄宮、龍山寺、金面山、打鐵寮、溪洲山、石門山和御成古道等知名古道，其中以大芄宮古道、龍山寺步道為主要代表，本週來到此處跑山健行，保證讓您跑到爽。on.on

上週

聖人瀑布

照片回顧

8Km

Hard

Mid

Easy

泛亞的衣服好看 乎乾啦！



可愛的 王氏 貓家族 Pussy Family

英美 Pussy 1 淑美 Pussy 2 雅文 Pussy 3
添旺 Pussy 4 怡文 Pussy 5



他是否可改名：無尾熊 Koala



這幾位 尚未出師 所以浮不起來



經過台灣熊的歷練 已經可以慢慢的浮起來了！



上週 聖人瀑布 照片回顧

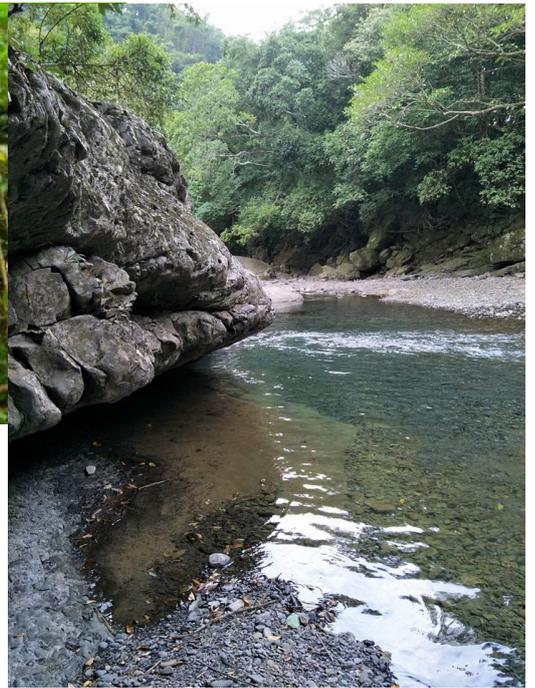


下週 800 次特跑 小烏來→赫威山→霞雲坪

Hare :簡國諭 Old Place

CoHare : 劉玲瑜 Green Water 簡國華 Picture 王耀仁 Building 廖健成 0800

慶祝本會 800 次特跑，下週終於要來了，約有 230 人參加，預定從小烏來赫威山跑到霞雲坪，是 A to B 的路線規劃。整條路線分為三個階段，一為：風景秀麗的赫威山，二為：刺激好玩的山中小徑，三為：清涼有勁的溯溪路程，當然啦！還是請熊友們帶手套保護您的玉手囉。



B 點在復興鄉的霞雲坪部落，座落於大漢溪上游邊，它是一大片平坦地形上的泰雅族部落，噹噹的地

點在霞雲國小的操場，跑完回來有準備好吃的大溪豆乾、蒜泥白肉、綠豆湯、西瓜與香蕉。溯溪之水豐沛、清澈，可在淺灘水域泡水，消除疲勞，讓汗水得以洗清。享受清澈溪水與山水自然風光，熊友趁機享受避暑之樂趣。但霞雲溪已列入封溪護魚範圍，是嚴禁民眾垂釣的唷，ON ON！

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
800 次	9 月 9 日 上午 11:30 起 跑	東眼山 赫威山 ↓ 霞雲坪	新店 07:30 新埔 08:00 桃園 08:30 上車 10 點三民吃便當 11 點起跑 請大家帶手套	簡國諭 Old Place 0938-160999 劉玲瑜 Green Water 簡國華 Picture 王耀仁 Building 廖健成 0800
801 次	9 月 16 日 下午 15:00 起 跑	陽明山 八 煙	陽金公路 7.5 公里處 開始有麵粉 集合點(綠峰山莊)	王從榮 Arthur 0932-002776

本週麵粉記號

799 次	9月2日 下午 15:00 起 跑	大 溪 龍山寺	台三線 南下松柏園有麵粉 北上 35k 有麵粉	江一平 Sitting Bull 0910-087381 謝采珍 Hot Candy
-------	-------------------------	------------	-------------------------------	--------------------------------------------------

