



台灣熊 報報

823 RUN

2018 / 02 / 17

北投 奇岩山

Hare: 簡志成 Gun Shit

CoHare: 謝美玲 boot's wife

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.net

本週大年初二無 Bash，兔子有準備滷味、小菜，另本會提供鹹湯圓及魚丸湯，請備碗筷

今天是大年初二，鄭會長在此向熊友們拜年。

祝福大家：

新年快樂，狗年行大運，萬事亨通，財源廣進，身體安康，闔家平安，幸福美滿

感謝兔子來做路 大家快樂啲!



Thank You Very Much ありがとう!

很感謝本週兔子，大年初二在北投為我們做路，犧牲了春節假期，真是太感謝他們了，沒回娘家的熊友就可以來此地踏青。今日無 Bash，備有小菜，鹹湯圓及魚丸湯，請備碗筷

兔子說：北投奇岩山西峰海拔 67 公尺，從西峰叉路口往奇岩山主峰跑。可到日晷儀平台，平台中央置有一日晷儀，旁邊有一水泥涼亭，風景很美。

於奇岩山西峰與主峰叉路口，取直沿稜線往奇岩山主峰，沿途展望亦佳。不久來到奇岩山主峰，海拔 91 公尺。基石並不在最高點，右側五公尺有座三角鐵架。1950 年代台灣山區造林政策的結果，造成相思樹、琉球松、刺竹、楓香、鳳梨、林頭等經濟作物的植株出現在步道上，除了造林與美化，並達「水土保持」之功用外，這些植物與人類的的生活息息相關。。ON ON!



上週 三峽 鳶山 照片回顧

鳶山風景美麗 跑步真爽



Bash 晚上良景美食 又放煙火!



好像過年氣氛的跑步活動



No Kiss 慶祝 300 次 沖個冰水 涼快一下



出發了 來拍個團體照 好像特跑耶!



下週是春節後的跑步，由 Nuke 和 What I Say 在萬里的瑞泉古道為我們做路，瑞泉古道位於陽明山國家公園東北區域，屬於後山地區。附近的富士古道、[鹿堀坪古道](#)與瑞泉古道之間互有



山徑相連，三條古道皆連接磺嘴山生態保護區，可通往[擎天崗](#)，是萬里經大嶺(擎天崗)往返土林的古道。

因為位於後山，位置偏遠，交通不便，這三條古道的知名度及熱門度皆不如陽明山國家公園的[魚路古道](#)、[坪頂古圳步道](#)或天母水管路等古道，而瑞泉古道尤為冷僻，知名度及熱門度又不如富士及鹿堀坪古道。

兔子說最近細雨紛飛，但這雨不惱人，反而因為雨，山間的空氣變得更清新，吸聞起來，充滿新鮮清芳，心情便融入這森林芬多精的氣氛裡。抬頭望，半山腰以上的山巒飄漫著薄薄嵐霧。雨天或許無緣一睹富士坪的草原景觀，然而微雨中、清新的空氣應可稍補遺憾！往上走，細雨，地上的落葉，伴我同行，沿途不時可見到柳杉樹，樹雖筆直高挑但樹幹不粗，看起來應比我們年輕。



瑞泉古道穿越大片的森林區，如今遍植著過去砍伐森林後所種植的柳杉林，從柵欄旁的小徑進入。取右直行，路左側有蓮花池，更左前方有一大片魚池，道路右側亦有魚池，更右前方有淙淙溪流，為瑪鍊溪上游。左方魚池的上方山坡上則有農家，彼此連成一氣。在這溪流畔的山谷間，竟有這樣的農家園圍魚池，宛如一處桃花源地。我不禁駐足欣賞這田園美景。春節吃太多由膩，熊友們來跑步可以去脂、疏筋、活骨、通血路，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
824 次	2 月 24 日 中午 14:45 起 跑	萬 里 瑞 泉	至善路故宮博物院前 開始有麵粉	吳逸群 Nuke 0955307303 黃公誠 What I said
825 次 週年慶	3 月 03 日 中午 14:45 起 跑	桃 園 龜 山	年會會場：龜山良美農場 國道一號林口交流道第二出口 往龜山方向開始有麵粉 或台一線省道，龜山往林口方向 忠義路口也有麵粉	鄭茂榮 Tongboy 0923-568139 高偕化 High Class 0937-064139

本週跑步路線

823 次 大年初二	2月17日 中午 14:45 起 跑	北 投	奇岩捷運站出口開始有麵粉	0928-257556 謝美玲 boot's wife 098374337
---------------	--------------------------	-----	--------------	---



