



香港郊野活動聯會

郊聯健步 2017

活動日期：2017年2月19日（星期日）

報名費用：每位 \$40（大小同價）

起點：東涌港鐵站 D 出口附近空地

終點：東涌港鐵站

登記時間：上午 08:45 - 09:45

起步時間：上午 09:30（健行組），上午 10:00（宜行組）

路線：

1. **【健步組】**：東涌港鐵站 ⇨ 婆髻山 ⇨ 爛頭營 ⇨ 伯公坳 ⇨ 地塘仔郊遊徑 ⇨ 石門甲 ⇨ 東涌港鐵站（難度：3星，全程大約 22 Km，步程 7~8 小時）

2. **【宜行組】**：東涌港鐵站 ⇨ 觀景山 ⇨ 東涌小砲台 ⇨ 馬灣涌 ⇨ 候王宮 ⇨ 玄壇廟 ⇨ 羅漢寺 ⇨ 東涌砲台 ⇨ 赤鱸角天后廟 ⇨ 東涌港鐵站（難度：1星，全程大約 11 Km，步程 3~4 小時）

注意事項：

1. 健步組：適合有經驗及體力充沛的行友參加。沿途必須翻山越嶺，上高落低，部份路徑遍佈浮沙碎石，宜小心行進。
2. 宜行組：適合新手及一般行友參加。行程大部份是平坦石屎路，輕鬆易行。
3. 大會沿途不設補給，參加者必須自備足夠糧水。
4. 難度以五星為最艱辛，一星為最容易。
5. 如有需要，參加者請自行購買平安保險。
6. 愛護大自然，只留足印，不留垃圾。

報名辦法：

填妥報名表格後連同劃線支票（抬頭：香港郊野活動聯會）或銀行入帳收據正本（匯豐銀行帳號：030-383681-001）寄往荃灣青山道 201-207 號新青大廈 5 樓 C 座。

活動查詢：9122 7449 吳先生，9877 1362 陳先生（晚 7~11 時）

表格可於本會網站下載：

1. <http://www.hkfca.org.hk/>
2. <https://www.facebook.com/pages/香港郊野活動聯會>

