



台灣熊跑山俱樂部

TAIWAN BEAR HASH NEWS LETTER

台灣熊 報報

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

投稿信箱 pigfortune@gmail.com 秘書組 吉祥

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
843	7月07日 14:45 起跑	五股 觀音山	64號快速道路觀音山 交流道下去後開始有 麵粉記號	張安囡 Rubber King 0937-183607 王志仁 Sesame 0918-281388
844	7月14日 14:45 起跑	雙溪 蝙蝠山	集合點：雙溪明天宮 雙溪區中山路41巷7號 火車：雙溪火車站前 開車：台2丙20公里處 近雙溪高中附設國中 開始有記號	江婷薏 Mentholatm 林忠平 Carlos 0909-141931

842 RUN

2018.6.30

三峽六寮山

周平國

Evil Apple

0912-672168

廖雯萍 Apple Pie

0911-315092



2 個 Apple

文/周平國



時間過的真快，記得第一次叔叔（周永泉）帶我來台灣熊跑山已經是13年前的事了，也就是勇咖江文鑑當會長時期，猶記當天跑烏來內洞直上直下的路線跑到我喘吁吁，心裡幹瞧跑這是什麼路啊！但當跑回終點時心中卻有莫名的痛快感，也從此愛上了這有些自虐又有點瘋狂的跑山行列。

今天的路線大約7K上下，沿路都在樹蔭下超級無敵涼快的，而至於蜜蜂呢？在上星期日開路時，跑跑姐已經身先士卒餵飽了牠們，大家更無需害怕啦！而我的副兔子Apple Pie雖然是做三杯兔用的肉腳兔子，但也盡力了，感謝一路陪伴完成這一條 RUN！

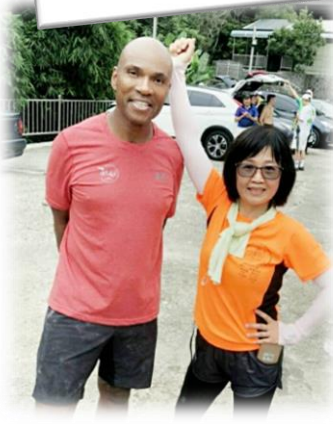
蘋果我做路那當然要有現泡的冷泡茶，6/30日邀請大家來奉茶！

嘿嘿嘿...偶把蜜蜂消滅了





♥3 唉！不是做現場的嗎？阿郎攏走去兜，只剩這寥寥可數的熊友在做暖身操，哈哈.....兔子一起跑，我們也都跟著跑囉！



♥1 早上9：30分來到石牌奉天聖母宮，看到 Mark 在路上灑指引麵粉，看到我一頭霧水的問，今天是幾點起跑？我說下午2：30分才起跑喔！那我也來太早了是嗎？殊不知我們是來練舞的啦！

高山青~澗水藍~阿里山的姑娘.....

♥4 很難得今天終於可以追到這幾位大哥，平常他們早就不知跑到那去了，那有幫他們拍照的機會！那當然要上上週報囉！



♥2 正當大家左顧右盼時，兔子終於在2：30分出現了，雖知做現場的也太準時到集合點了，哈...但也難得在這個時間上還可以看到這麼多熊友聚在一起聊是非，唉唷！美賣喔！！
兔子起跑囉！！

♥6 來到S、L分岔點，早上練舞已經走了一萬步了正當心裡猶豫著要跑L或S時，不知不覺就跟著大家往L狂奔去，但但....這又滑又陡的坡，爬到我快崩潰了，真的要哭哭惹！



♥5 五位熊花照過來照過來，但大家有沒有發現什麼啊！公主的臉上是不是有什麼不一樣，唉呀！公主怕招蜂引蝶，只好把自己罩起來囉！還好不是怕.....！自己想吧！

♥7 拄著checking走來走去，呵呵呵.....當大家找不到路一頭霧水時那就來拍張帥照吧！走山走山真趣味，咿啊咿啊啲！





♥ 8哇~視野極佳可以俯瞰大台北地區，心情超療癒的，看看手錶跑了幾K，~奇怪手錶怎麼停了，那安捏....毛毛滴！請問有人跟我一樣嗎？



♥ 9此時的我已體力耗盡，還好有熊友邊走邊哈拉！及即時的鼓勵，讓我有力氣走下去，不要再叫我勇咖，我真的不強喔！



♥ 10來到軍艦岩怎麼好像菜市場，人超級多的，顆顆...來拍張照嘛！會長有被操到喔！連續拍了幾張就是笑不出來，二哥不錯嘛！一樣保持著親切的笑容！
哈...會長您累了嗎？



♥ 11今天Down Down大家表現讚喔！會長講話有在聽，請繼續保持下去，每每看到會長記錄滿滿的筆記本，每週總有喘不完的事項，用心的會長您辛苦了！



♥ 12最後感謝 Mark 來做路，謝謝一直以來對台灣熊的支持，雖然不久後您將要離開台灣，但我們會想您喔！



雖然暫時欲分開
只有真情放心底

總是有緣來作伙
期待你我再相會