



活動預告

投稿信箱 pigfortune@gmail.com 秘書組 吉祥

855 RUN

2018.9.29

瑞芳

蔡錄州(阿豪)

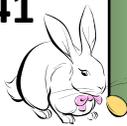
Good

0909983141

Wendy

Beautiful

0932305573



次數 RUN NO.	日期 DATE	跑步地點 RUN SITE	記號地點 ARK SITE	兔子電話 HARE&TEL
856	10月06日 14:45 起跑	泰山	集合點：泰山綜合體育場 開車機捷泰山站只有一個出口，出口斜對面新北大道上詩肯柚木開始有記號	劉玲瑜 Green Water 0919-563781 林致鴻 Hippo Mouth 0988-370680
857	10月13日 14:45 起跑	三峽	集合點：三峽保安宮 110縣道三峽橫溪往新店35K，或新店往三峽36K開始有記號	陳春柳 Paper Womam 0989-071868 謝永峰 Box Shit 0936-228061

南雅奇岩 黃金八稜 RUN

文/阿豪

S路線：老少咸宜 美女路線 稜線快走 360度環繞山海景 漁港風情 自然海水游泳池 鬼斧神工南雅奇岩(婚攝重點) 真正有水！
 L路線：驚險刺激 危機重重 90度攀岩拉繩直上 懸崖就在你身邊！
 登高望遠 鼻頭角 南雅漁港 陰陽海 盡收眼底 最高稜線奔跑！
 八次拉繩垂降 考驗個人體力和耐力！

強烈要求參加 L 路線條件

- 1 手腳協調及靈活
- 2 無懼高症 3 手腳有夠力
- 4 有膽量 5 有攀岩經驗

歡迎來挑戰 後果自付！

#建議穿 長袖 長褲！

#一定要戴防滑手套！

跑完還有精彩可期的美女過關遊戲！

Bash地點可以一邊用餐一邊欣賞夜景！

保證所有參加的好朋友們大家跑的痛快 喝的爽快！

感謝台灣熊熊友 暗光鳥跑友 桃園星光幫跑友 與好朋友們大力支持！

感謝廖松沅沅哥 董植中董哥桃園許群育 暗光鳥Eva Litashi

台北陳品叡 調度整理遊覽車事宜！

更感謝 Gary Lu哥 不辭辛勞更費盡力氣 陪小弟探路5次！

黃素春 吳惠惠 Ju Chien 縱走S路線！

美麗的Wendy Sun精心策劃過關遊戲！

小弟保證 沒來的一定後悔！



854-磺港之 Run



在神秘沙灘遇上熊麻吉

文/雯齡

淨灘初體驗

以前常看人家在揪淨灘，怕曬又怕熱的我只會點讚卻不曾用行動投入，這次台灣熊+麻吉兔攜手在世界清潔日結合跑步發起淨灘活動，認真撿後才發現，累積的力量很恐怖，一兩公里的海灘就讓人有種怎麼清都清不完的無力感！真的要好好教育每個人都要為自己製造的垃圾負責。不論任何事，只要每個人都願意做一點點，我們生活的環境就會更美好。

傳言不可盡信

聽聞華翠幫幫主阿舅不久前因跑步摔傷，這一傳再傳的消息來到我這邊，變成是脊椎骨折，天啊！這是何等嚴重的事，但我細瞧阿舅生龍活虎，難道這之間有什麼誤會？阿舅笑著說，他在跑步時不慎拉到鬆動的植物，滑落土坡約三公尺後直接撞上樹塊，造成肋骨骨裂，好在他平常有運動才能恢復這麼快。

慶幸阿舅恢復健康，卻也感慨被加油添醋的來龍去脈。

細說路線

兔子貼心規劃了 369 三種距離路線，新手散步、高手競速，皆可滿足。

在熱鬧的的老街上 Checking 要抗拒美食的誘惑，在碉堡下的坑道探險會發現滴落的水珠和突然飛竄的蝙蝠是暗黑中才有的驚喜。跑經開滿天人菊和小野花的水尾河畔時有種寫意的浪漫，進入水尾沙灘後，在廢棄的漁船與拍打的浪花間，咀嚼著單憑撿拾的微薄之力難以與巨量垃圾抗衡的無耐... 金色礁岩、燭台雙嶼、神秘沙灘，一趟下來各種感官體驗滿滿。



世坤會長 + 旺哥
他們二位是為炒熱氣氛，犧牲形象補做1000次，還是恭喜囉！

~ 取兔名 ~

謝明慧
兔名 Bamboo Lady
粘丁立
兔名 Nian bi gu
(黏屁股)





一起跑就跟著兔子的腳步往前邁進，磺港 Run 也就從魚路古道的起點開始了 ~ ~ ~

當碰到第一個 Checking 時，總是會在原地等候的我也展開了如勇咖尋找路般的動力，而腦海裡也有個聲音告訴著我，出老街往左再往左切入小巷中哈...就這樣不費吹灰之力被我找到囉！開心！謝謝兔子並沒有把 Checking 做的太難！

跑著跑著！第二個 Checking 也出現了，幸運的我碰到了生命中的貴人，指引著我往前奔去（嘻嘻），不久後隨即進入光武坑道，洞內完全沒有照明且蔭涼潮濕，偶爾還有蝙蝠來做伴，而坑道岩壁還會滴水，被稱為「忘情水」，據說被滴到會走桃花運喔，ㄅㄅㄅ...有人被滴到嗎？

最後重頭戲淨灘活動來囉！短短的一段沙灘，大家的袋子已經裝不下這些原就不屬於這片沙灘的垃圾，看到大家用手撿拾垃圾的畫面，著實讓人感動，每個人都盡心盡力的想把這片沙灘恢復最原始最乾淨的閃亮沙灘，或許因為我們的一點小付出，也許就能拋磚引玉，更藉由這次的淨灘活動，讓我們更堅信，做好環境維護不可少，才能使地球更美好！

謝謝在高會長的提倡下，讓大家能在愛護環境中盡一份心，也感謝 6 位兔子成功的把跑山 + 淨灘環成一個 Run，更要謝謝我們可愛的熊友及麻吉兔一起來成就囉！大家都好棒棒啦！

