



台灣熊跑山俱樂部 TAIWAN BEAR NEWS LETTER

<http://www.taiwanbearhash.com.tw> / 投稿信箱 Kuoyu.jian@msa.hinet.net

台灣熊 報報

2017/03/25

776 次 RUN

※有了新兔名 徐氏兄弟 Hash name

徐伯俊 Credit Good 做信用卡的，信用好。

徐伯宏 Piece Good 做染布，一片一片的。

※AIR 總共約有 435 人參加

臺灣熊 100 人參加’。

※777 次礁溪特跑報名人數 73 位，還有位子

開車時間：新埔站 9:30 桃園 9:00 新店 9:30



陽明山 風櫃嘴

Hare：李進隆 Big head

CoHare：汪明聰 AV reporter

大頭兔子說：風櫃嘴是北部自行車活動中知名度很高的爬坡路線，也是登山活動中陽明山東西大縱走東段的熱門路線，從頂山到風櫃嘴的步道視野開闊，可看整個瑪鍊溪谷、萬里山區，最遠還可看到基隆港區、和平島及基隆嶼，沿路還有隨風起舞的芒花搖逸生姿。

今天的路有 L：7.5 公里，S：6 公里，不要小看這少少的 7.5K，保證讓你哀哀叫直呼好玩，這可是熊友才有的福利，因為走在牛路上，少不了會有牛大便，新不新鮮可要嚐嚐看才知道，如果運氣夠好遇到牛，要繞道喔！

這次跑山最值得一提的是有 5 星級的洗手間，我們的集合點就在天溪教育中心的旁邊，很優美的一棟建築物，大家可要好好愛惜公共設施喔



上週 內湖 照片回顧



周加強 300 次冰水侍候



劉前會長 笑嘻嘻好像有喜事



徐氏兄弟 取兔名 Hash name



第一次來跑山！Y 正乎乾啦！

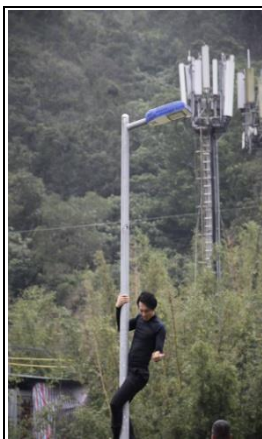


噹噹！創會長 好像偷偷倒掉？



騙子 少林第一式！練蛤蟆功

上週 內湖 照片回顧



有騏跳鋼管舞?



韭菜花跳漫波



創會長最愛玩水



騏快下來天黑了



會長夫人不好幹

下週跑步 礁溪聖母山莊 Hare：高偕化 High class Cohare：李世坤 Gentle Shit

下週本會 777 次特跑，有請新店的高偕化與李世坤會長，在宜蘭礁溪聖母山莊為我們做路。

既然是特跑，路就要特別漂亮，兔子有打包票一定很棒，否則噹一瓶啤酒。看照片就知道風景很美快來報名喔！

兔子說：聖母山莊國家步道位於宜蘭礁溪，入口就在著名的五峰旗瀑布風景區。從五峰旗瀑布風景區進入，沿著主要步道前行，經過第三層、第二層瀑布之後，續往第一層瀑布的途中，遇到叉路，取左行，地面有寫著往「聖母朝聖地」的標誌。不久，至步道終點，接碎石土路，隨即看見了「聖母朝聖地」位於前面不遠的上坡處。這是天主教會所設立的朝聖地，佔地約數百坪，園內有一座天壇造型的圓形天主堂，天主堂左側有一石洞亭，亭內供聖母馬利亞像。



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
慶祝 777 次 特跑	4 月 01 日 下午 14:45 起 跑	礁 溪 聖母山莊	礁溪五峰路 69 號 (老爺大酒店門口) 開始有麵粉 搭乘遊覽車	高偕化 High ciass 0937-064139 李世坤 Gentle Shit 0928-311751
778 次	4 月 08 日 下午 14:45 起 跑	淡 水 淡江農場	登輝大道水源街二段交叉口 萊爾富有記號	丁炎山 Volcano 0932-025335 尤漢儒

※本週麵粉記號

776	3 月 25 日 下午 14:45 起 跑	士 林 風櫃嘴	至善路三段過聖人橋 開始有記號	李進隆 Big head 0933-811621 汪明聰 Av reporter 0922-802983
-----	-----------------------------	------------	--------------------	---