



台灣熊 報報

2017/05/13

783 次 RUN

台灣熊跑山俱樂部 TAIWAN BEAR NEWS LETTER

[http:// www.taiwanbearhash.com.tw](http://www.taiwanbearhash.com.tw) / 投稿信箱 Kuoyu.jian@msa.hinet.

***公告：** 5月21日(日)，台北挺進隊年會
請台灣熊二桌，在林口金湯匙餐廳，尚有名額。

兔子說：週六來跑山的熊友，可以搭火車到鶯歌前站出去，跟著麵粉走約 300 公尺到集合點。
開車的朋友，可能要停第二停車場，第一停車場較滿勒。

***號外** ↓

6/12~6/19 有興趣參加
馬來西亞(東馬)聯誼的熊友，請和小董連絡。

■吉隆坡轉東馬美里 Hash
■3 天後，再參加其它 Hash 活動

鶯歌

Hare: 施宗明 (Shit Old Big)

CoHare: 林冠宏 Ass Crack

兔子說：今天的路線 L 約 7K，(前 1KM 有點挑戰性，請戴手套，如果手掌皮不夠厚的話) S 約 5K，(前 300M 有點挑戰性，有公用繩子可拉) 備有用 XS，跑 S 的覺得已經夠了、累了，有一條下山捷徑。全程 3.5K，三條線桐花都看得到。

鶯歌石附近有十八條登山步道，今日跑的路線雖有一點小挑戰，但高低起伏不大，這些隱身鶯歌市區的山林秘境，它可是新北市十大登山步道之一哦!!今日可要好好欣賞一下囉!

鶯歌附近這幾條很休閒的郊山步道，環環相連可與福源山步道連成一線，也連到大棟山。很適合熊友跑山的，歡迎大家來運動。ON! ON!



上週 雙溪 翠山公園 照片回顧



美女如雲



帥哥成群



帥哥+美女 每週都有妳(你)



新人參加，請介紹人負責帶好



人數超過 200 人，兔子好人氣



另類的變裝秀

上週 雙溪 翠山公園 照片回顧

後起之秀，了不起！



新人加油！好玩吧



資深美少女！辣媽的身材
少女的心懷！



長江後浪推前浪，前浪累癱在山上



下週 介紹 七 堵

Hare: 白建國 Country Ktv

CoHare: 卡鏈楊 Caltrate



下週跑步地點在七堵舊驛，為臺鐵古老火車站，屬日本時代的遺產，在全台鐵道驛站中自始未經拆建為促進土地利用與地方發展，昔日七堵舊站於民國 96 年 1 月 21 日配合鐵路局路線



切換裁撤後，木造舊站房無償點交基隆市政府文化局接管，經過文化局聘請專業設計公司，依照原始樣貌加以整修，在昔日站房原址新建鐵道文物紀念公園一座，除可保留地方文化特色外，更提供遊客一個兼具文化與休憩功能的景點。

從基隆七堵站到八堵車站有一條：七上八下縱走（益壽山-臥龍山-拔西猴山-三疊山-八堵山），風景非常優美，基隆市有五堵、六堵、七堵、八堵名稱的由來？在台灣的地名中，凡是用「堵」為名的，都和漢人墾拓時為防止、抵禦凱達格蘭族的侵犯有關。古時候防禦用的土牆，以一丈為板，五板為堵。從地型地勢來看，獅球嶺山系為基隆水系分水嶺，北為基隆港，南為基隆河。早期漢人由基隆往南開墾，時常因土地紛爭和平埔族人產生糾紛，於是先期移民便利用基隆河彎彎曲曲的地勢，設堵來阻止凱達格蘭族的攻擊與入侵，久久成為一個個封閉的聚落。換句話說，「堵」是一個據點、聚落的意思。頂堵也就是頭城、二堵、三堵在宜蘭的冬山鄉，四堵在台北坪林鄉，五、六、七、八堵在基隆。

以上的介紹熊友了解了嗎？會長說以後週報要好好閱讀，請重點背起來，噹噹時會長要考試的喔！

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
784 次	5 月 20 日 下午 14:45 起 跑	七 堵	七堵火車站開始有麵粉 集合地點：舊七堵鐵道紀念公園 離七堵車站 200 公尺 旁有兩處收費停車場	白建國 Country Ktv 0988226996 卡鏈楊 Caltrate
785 次	5 月 27 日 下午 14:45 起 跑	淡水 洲子灣	麵粉開始地點： 登輝大道與淡金公路交叉口 集合地點：洲子灣	葉進益 MC 0935-283174 李豔珠 Kotex

※本週麵粉記號

783 次	5 月 13 日 下午 14:45 起 跑	鶯 歌	鶯歌火車站前站有麵粉 鶯歌陶瓷博物館前也有麵粉	施宗明(Shit Old Big) 0934-150-000 林冠宏 Ass Crack 0933-545-341
-------	-----------------------------	-----	----------------------------	--

