



# 台灣熊跑山俱樂部 TAIWAN BEAR HASH NEWS LETTER

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

## 台灣熊報報

2017 / 12 / 02

8 12 RUN

### ★兩天一夜特跑

日期：12月16/17  
地點：阿里山  
奮起湖 & 瑞里  
第一天：奮瑞古道  
第二天：瑞里風光

### 馬來西亞好朋友 “狗屎棍” 來訪 土城跑步



### 感謝兔子來做路大家快樂啲! Thank you ありがとう!



## 大溪 香穹古道

Hare：余政哲 Litter Fish

CoHare：陳應賢 Coal Black

本週的香穹古道它是早年大溪通往復興鄉、羅浮等內山地區的重要便道，也是農作物運送下山到市集販賣的農道。兔子小魚(Litter Fish)和阿賢(Coal Black)特別在此規劃出一條非常美麗的跑山路線，要讓熊友們讚歎與歌頌：

### 大溪之美、台灣熊之讚

兔子說：跑步途中會經過全台僅有的水中土地公廟，當地居民如果要拜拜，是真的要搭船的，當初是先有土地公廟，後來因為要建造灌溉水塘，土地公又不肯搬家(無法擲出聖擲)，反而造就了今日的奇景，沿途景色優美。

踩踏著泥土路，緩緩跑步而上，看到了昔日的古道舊石階，邊緣生長著溼滑的青苔，新的步道則在舊石階旁，以木板工法，做成土階，新舊步道並存。走在新的步道上，可避開溼滑的舊石階，而又可欣賞到舊石階的古道風華，這種步道施工理念，頗令人欣賞。



## 上週 江子翠迷你馬拉松 照片回顧 15Km Hard Mid Easy

太犯規了 10Km 前三名 被判失格 哈! 哈!



會長 跑完了 照張相 耶!



正義聯盟 正義哥 加油!



到達終點 大紅綵帶等你來衝刺! Taiwan Bear 補給雙人組好長的香蕉!



**上週 江子翠迷你馬拉松 照片回顧**



**21 公里 勇腳出發了 奪金回來囉!**

**21 公里女生組前三名 將代表 台灣熊 參加全國馬拉松大賽 加油!**

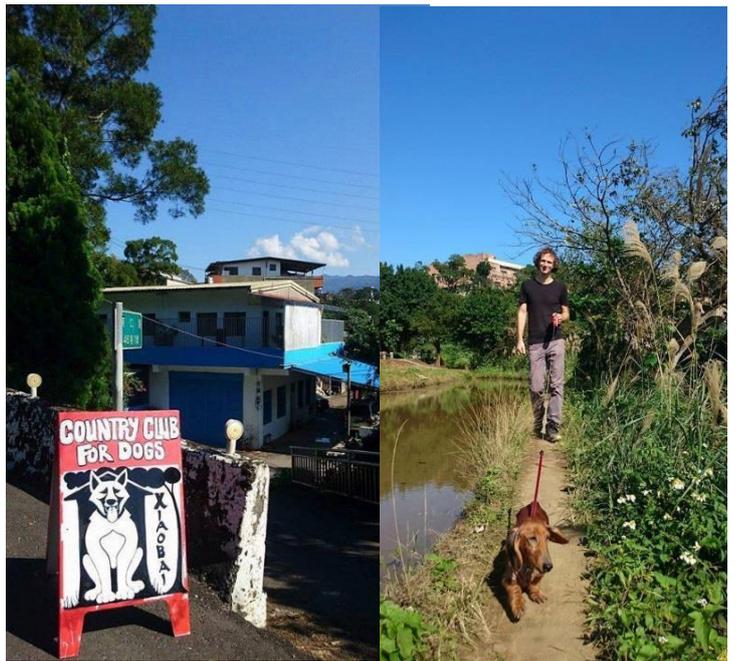
**理事長 帶隊陪狗屎棍 跑土城**

**下週 淡水 Hare : Sue Addenbrooke CoHare :**

下週在淡水洲子灣附近 Sue 的家集合跑步，還記得六個月前也曾到過此地一遊那時是 MC 做路，此次換成小白鄉村俱樂部的主人 Sue 做路。

那時我們曾參觀了一次，因為大家從來沒到過狗飯店，對我來說好新鮮，沒想到經過六個月後，Sue 的寵物旅館營業生意更興隆，又再邀我去看看。

當時我們覺得他們外國人在台灣經營寵物旅館很不簡單，而且覺得他們真的是愛動物，真心在乎寵物的人，我們那這次參觀的感覺：是他們提供不是只讓狗寄宿的地方而已，他們還在乎狗開不開心，這些狗都玩在一起，狗跟狗之間都很和平相處!



Sue 說：在淡金公路旁的洲子灣附近，為大家做一條依山傍水、富有海洋風味的跑步路線，吹著海風跑步的感覺很棒的。歡迎熊友們今日到洲子灣附近來玩，它面對台灣海峽，屬於半月形海灣，沙灘平坦多沙，曾為知名的海濱遊樂區-洲子灣海水浴場，吸引許多人前來此外拍取景。冬天又來臨了，雖然 12 月造訪洲子灣附近的山似乎有點冷，但是對於跑步而言卻是恰恰好的天氣。

次數 RUN NO.	日期 DATE	跑步地點 RUN SITE	記號 MARK	地點 SITE	兔子電話 HARE & TEL
813 次	12 月 09 日 下午 14:45 起 跑	淡 水 小白鄉村 俱樂部	Sue 的家：淡水興仁路 46 巷 1 號 淡金公路旁的洲子灣		Sue Addenbrooke 0966079007
814 次 2 天 1 夜 特跑	12 月 16 日 中午 13:00 起 跑	阿里山 奮瑞古道	搭乘遊覽車 乘車表 請看公告	陳春木 Cunt Packer 0919-343650 藍坤海 Blue Coach 0936-828516 黃興國 0939-032076 黃明基 0937-872095	

# 本週跑步路線

812 次	12月02日 下午 14:45 起 跑	大 溪 香 穹 古 道	省 4 號 道 路 大 溪 過 崁 津 大 橋 有 記 號	余政哲 Litter Fish 0928209909 陳應賢 Coal Black 0936-920928
-------	---------------------------	----------------	----------------------------------	--



