

捐款協助桃園市好厝邊全人關懷協會



感謝市長來訪 增添活動的光彩 大家快樂啲!



瑞芳 五分寮

Hare : 林茂精 offset

CoHare : 林寶珠 Butterfly

本週跑步地點在瑞芳五分寮，兔子是創會會長林茂精(Offset)與林寶珠(Butterfly)，當日也是他的生日，大家有空來跑步祝賀會長生日快樂、身體健康。

兔子說：「五分寮」步道是往返侯硐、瑞芳所走的道路。中途會經過許多風景優美的瀑布群，是一條極優的跑山路線，也稱為「三貂嶺步道」。

三貂嶺位於瑞芳、雙溪之界，山脈綿延極廣，附近山明水秀，有一種來到與世隔絕，時光停滯般的幽靜風情之地。

沿途有一個觀瀑平台，向右上方沿著溪谷望去便是「合谷瀑布」。合谷瀑布位於「中坑溪」與「五分寮溪」的合流處，是三貂嶺瀑布群的最下游處，瀑布水流從數十公尺的峭壁垂直往下，全景感覺有三層般的壯闊，最後水流如扇子似的形狀伏石而下，氣勢相當磅礴，來這裡跑步絕對是一種享受。ON ON!



上週 桃園市紅洋裝慈善跑步 照片回顧

藝文中心草坪上的 可愛 pose



慈善募款 總金額 75,315 元



桃園市藝文中心草坪上留下美麗的倩影

妖嬌美麗的女孩

胸鏡很大喔!



帥哥美女 都在聚福樓



下週跑步地點在中和烘爐地，由輝鎮和淑芬夫妻檔擔任兔子，雖然很多熊友對於烘爐地並不陌生，但烘爐地風光秀麗，山頂平坦開闊、展望的視野遼闊，山頭上有巨型的土地公像。在這個位置不但可以俯視台北盆地，大漢、新店二溪，遠眺觀音、大屯火山群及淡水出海口，烘爐地更是大台北地區觀看夜景的著名旅遊勝地。



從廟後的石梯可達南山觀音寺，通常是登山者稍作歇息的地方；繼續往上步行，到達竟南宮仙宮廟；外貌金碧輝煌，上面有一座高達 109 尺的土地公巨像是烘爐地的最大地標；由巨像旁石階登上就可到達南山福德宮。

傳說南山福德宮的位置為風水極佳之地，廟址左右兩側各突出一塊山頭，三足鼎立，狀似烘爐，這也是『烘爐地』的名稱由來，福德宮下方約五十公尺處聳立一塊巨石，地理師稱此時為烘爐之火母，烘爐得火母，故能生生不息，當地居民皆相信該處為難得的福地，入廟後，印入眼簾的是高約 2 公尺的土地公像，手中元寶已被信徒摸得閃亮，據說摸著元寶誠心祈求，相當靈驗。

烘爐地擁有特殊的地理環境，造就了美不勝收的夜幕景色，讓人流連忘返，使得一向寂靜的中和夜晚，多了一份喧鬧，帶動了中和旅遊的發展事業，漸漸地中和飯店、中和旅館等業者開始興起，還有旅館飯店與民宿業者使用飯店線上訂房系統，讓外地遊客或是國外觀光人士能夠輕輕鬆鬆遊烘爐地，發現中和地區之美喔！



◎ 1/13 是熊友董植中、陳春柳賢伉儷，家中公子的大喜日子，婚宴地點也在烘爐地 ◎

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
818 次	1 月 13 日 中午 14:45 起 跑	中 和 烘 爐 地	中和南山路、捷運路口 開始有麵粉 (小董兒子結婚的日子,晚上在烘爐地舉辦喜宴)	陳輝鎮 City 0920178335 曾淑芬 Night City
819 次	1 月 20 日 中午 14:45 起 跑	桃 園 山 腳	機場捷運山鼻站出口 開始有麵粉	王大專 0910103993 林文駿 0970308902

本週跑步路線

817 次	1 月 6 日 中午 14:45 起 跑	瑞 芳	62 號道路瑞芳交流道下 106 號公路瑞芳往平溪 開始有麵粉	林茂精 <i>offset</i> 0937-424393 林寶珠 <i>Butterfly</i>
-------	----------------------------	-----	---------------------------------------	--



2018年 元旦快樂





