

台灣科技大學營建系系友會

劍潭山親山步道半日遊



- 一、活動日期：108年10月26日（星期六）
- 二、集合時間：09:00~09:10
- 三、集合地點：捷運文湖線劍南路站1號出口
- 四、活動費用：300元（含保險、小禮品及午餐。並歡迎各界贊助）
- 五、活動對象：全體系友、系上師長及職員（師長及其眷屬們免費）
- 六、活動內容：

時間	項目	內容
09:00~09:10	集合出發囉！	早起的鳥兒有蟲吃，別遲到囉！
09:10~09:35	劍潭古寺	約有三百七十年歷史的劍潭古寺，是臺北目前最古老的廟宇，市定古蹟。
09:35~10:00	衛星天線營房	讓心情放鬆的平緩路線，一起感受大自然的芬多精饗宴吧！
10:00~11:00	老地方大合照	擦乾汗水，整裝一起微笑唷！
11:00~11:40	圓山風景區、劍潭福正宮、中山橋	臺北市最美麗的後花園圓山風景區，運動也要保健，膝蓋保持彎曲才不會受傷唷！
11:40~12:00	海霸王餐廳聚餐	揮汗後一定餓，美食當前一起大快朵頤吧！另舉辦摸彩遊戲獎品豐富！
13:30~	賦歸	滿載著娛悅的心情回到溫暖的家。

- 七、注意事項：1. 登山口交通方便，請多利用大眾運輸系統。
- 2. 炎炎夏日，請著輕便服裝，並自備雨具及充足的飲用水，沿途請多注意防曬及蚊蟲叮咬。

八、主辦單位：國立台灣科技大學營建系系友會
 主辦人：賴建宏理事長

九、報名處：系友會 李泉慧（手機 0927-091-691）

E-mail：lch@mail.ntust.edu.tw

營建系辦公室 TEL. (02)27301228 FAX. (02)27376606 請以傳真或 E-mail 報名。

報名傳真回聯

參加人員(為辦理保險請確實填寫)

姓名	出生年月日	身份証字號	行動電話 (務必填寫)	師長 請 V	校友 請 V	素食 請 V

PS.

- 1.請儘早以傳真或 E-mail 報名，並以電話確認。
- 2.為確定活動人數，保障活動品質，請於報名後務必準時參加。
- 3.為午餐訂桌及保險，報名同時請將活動費用匯至國立台灣科技大學營建系系友會收，或親自繳交，

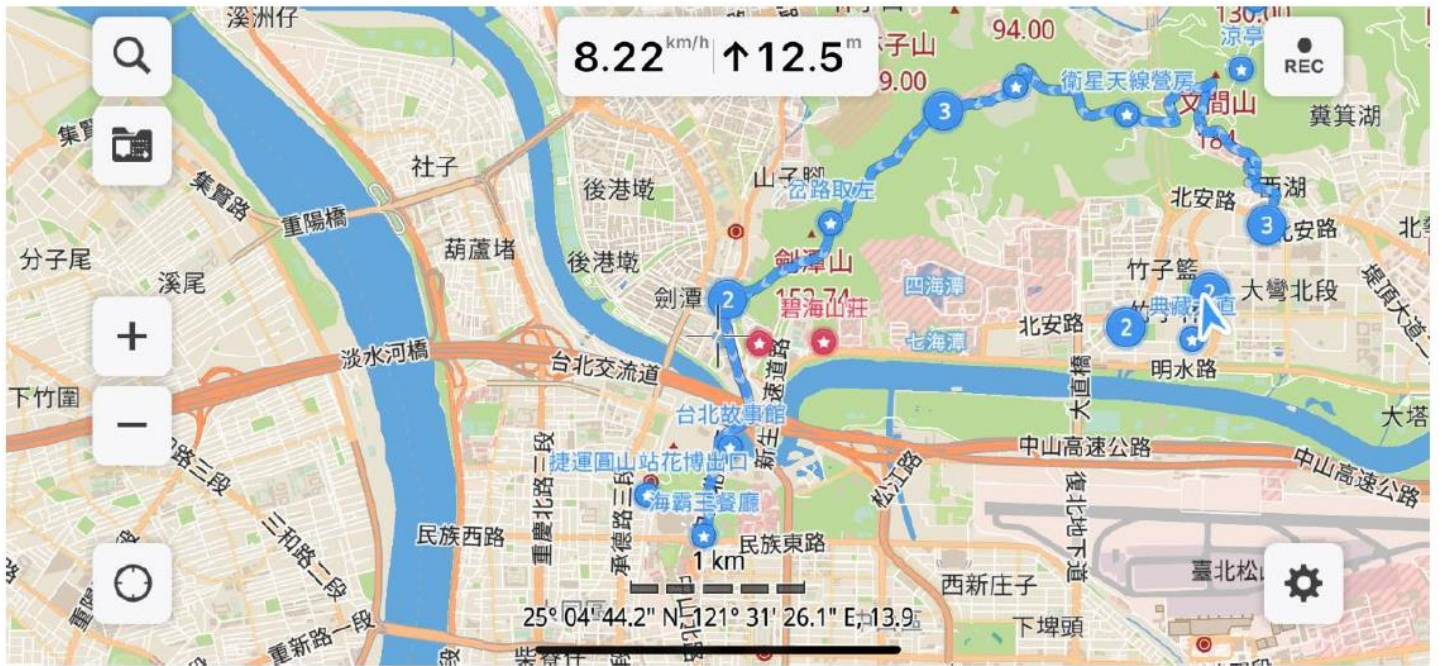
帳號：台灣科大郵局

戶名：中華民國國立臺灣科技大學營建系系友會，

郵局代號：700，帳號：00019070140065，

請將報名表連同繳款收據傳真至 FAX.(02)27376606)。

捷運文湖線劍南路站1號出口集合 -> 劍潭古寺 -> 衛星天線營房 -> 老地方 -> 圓山風景區 -> 劍潭福正宮 -> 中山橋 -> 海霸王餐廳



9 步道入門初體驗

劍潭山親山步道

如果你初嘗登山步道，體力尚待加強培養，或是你還不習慣遠離熱鬧的塵囂，那來這走一趟正是恰恰好。



由高速公路進入臺北市區，瞥見富麗堂皇的圓山飯店所在的山頭，那一片青翠連綿的山巒就是劍潭山。

由於這一帶以前是軍事管制區和保安林地，所以自然林相得以保持，密林遍佈整個步道。樹木不受人為干擾，恣意展放他們最美麗的姿態，棲息其間的物種也能悠遊自得。抬頭仰望，說不定就能看到松鼠跳躍林間，還有披著五色彩衣的五色鳥、翠綠小巧的綠繡眼也是這裡常見的鳥類。雖然軍事管制解除之後，原始山林因為人為開發起了變化，步道

兩旁多見人工種植的園藝植物或經濟植物，綠意盎然的山徑步道魅力猶存。

臺北之心 坐擁山林

爬山真的一點也不難，尤其是從劍潭山入門。由捷運劍潭站出發，輕輕鬆鬆就能找到登山口；若是公車族，劍潭公車站旁就是入口處，拾級而上即能通達綠意山林。沿途放眼望去，步道兩旁盡是休憩空地或涼亭，走走停停，不一會兒就完成步道初體驗。

劍潭山是本書介紹的20條親山步道中，最接近市中心的小山，而你對它一定不陌生。無論是搭乘捷運淡水線往淡水方向，或是



瞭解第一步

- 地理位置
五指山系最西側
- 行政區域
中山區
- 步道長度
登山步道長度2.7公里，全線長度3.3公里
- 步道最高點海拔
198公尺
- 步行時間
約需2小時20分鐘
- 旅遊特色
 - * 交通便捷
 - * 老少咸宜
 - * 休憩涼亭多
 - * 可觀賞飛機起降
 - * 飽覽基隆河沿岸風光

2740m



特寫登山口

■「劍潭」公車站旁，入口有「圓山風景區」牌門

■要找便利商店或吃喝東西，捷運站附近最方便

■步道口附近有山莊或大飯店，非簡便用餐之選。建議往市區或實踐大學一帶，蕃茄牛肉麵館、素食麵、鹽酥雞、豆花、各式餐廳應有盡有，滿足學生及登山客。

現在的劍潭山已成為臺北市民晨間健身運動的重要場地之一，稜線上的「老地方」是大家熟悉的健身據點。沿途各式各樣的早覺會、山友會、羽球社羅列步道兩旁，數量驚人蔚為奇觀，儼然是一座設於山間的都市型公園，又像是民眾的「戶外客廳」，銀髮族把這裡當作KTV俱樂部，有人在這忘情高歌唱卡拉OK，還有人打起麻將，當然聊天、泡茶更不在話下。「親民」之後的劍潭山可是熱鬧得不得了。

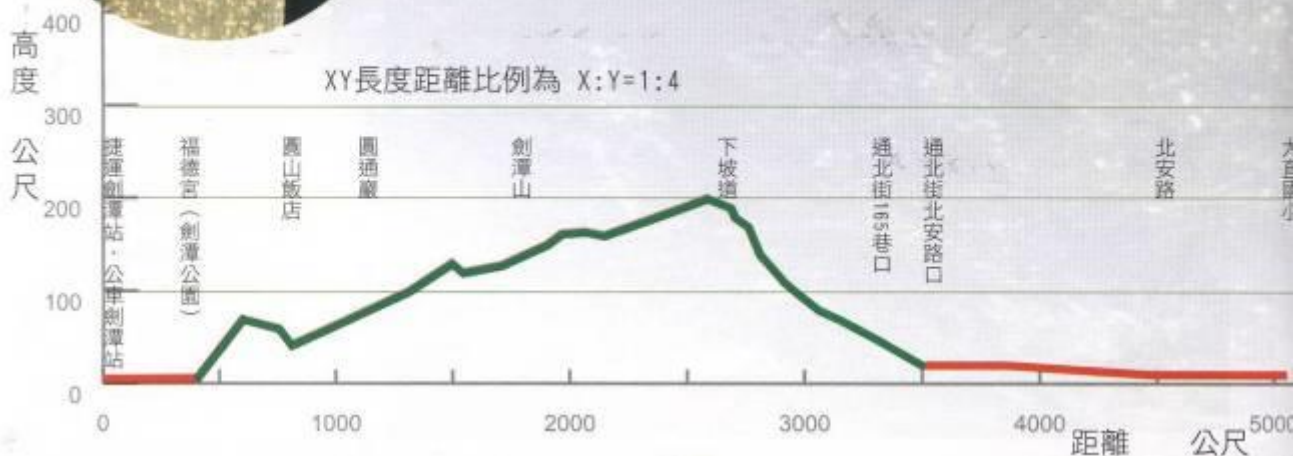
與天齊高 坐收美景

在歌聲簇擁中往前行是難忘的登山經驗，和步道上不絕於耳的蟬鳴聲相較，不知會是東軍勝出，還是西軍技高一籌？先撇開如此的奇觀不談，別忘了登高遠望四周的好風景。登劍潭山讓人津津樂道之處，其一是可以站在山上迎風觀賞飛機起降。

往實踐大學方向，有處山友稱之

為「觀機坪」的觀景區，視野開闊幾無遮蔽物，絕對讓你看得過癮。如果往接近山頂的木棧道去，景觀可就更豐富。映入眼簾的視覺焦點是造型特殊的大直橋和醒目的臺北101高樓。大佳河濱公園全景在此一覽無遺，基隆河截彎取直之後形成的河濱公園綠地、每逢整點固定噴水半小時的「希望噴泉」、臺北市首座釣竿式斜張橋「大直橋」，還有每年龍舟競賽的司令台和周邊廣場，駐足觀景瞬間心曠神怡。

當然，無論白天夜晚都是世人注目焦點的圓山大飯店，也是不可錯過的賞景好據點。這裡的夜景人氣指數一直高居不下，自有其獨特之處。站在後山山丘向前望可遠眺臺北市區，往左方眺望河濱公園噴泉和綠色河堤，向右



隱約可見基隆河波光粼粼，還有更遠處的觀音山。同時欣賞繁華的市景燈火和朦朧靜謐的夜色，若是恰好有飛機掠過星空，那可是別處沒得比的私房景觀。

走趟短短的路程，就能一飽如此炫目的豐富美景，你怎麼還捨得待在家中？

<行程小叮嚀>

1. 劍潭山步道由圓山接稜線步道至「老地方」，左線可通往銘傳大學；右線步道經「觀機坪」可到實踐大學，可視個人體力及時間充裕度繼續前行。在「老地方」折返圓山的半日遊，是一般健行客的選擇。
2. 上午半日遊，建議7:00前抵達登山口，可順便逛早市；想欣賞圓山夜景，建議下午4:30前抵達登山口。



3. 圓山飯店後方往圓通巖的路上，由清晨到中午，在地菜販、水果攤販一字排開，還有賣衣服喔！
4. 回程到捷運「圓山」站，轉搭紅34公車到大佳河濱公園逛逛兼賞景，也可到公園旁的大佳碼頭搭渡輪遊基隆河；由1號出口往劍潭站方向前行約5分鐘，可到最受小朋友歡迎的「兒童育樂中心」。

圓山風景區路線圖附近

靠近靜心園，有一小平台可眺望基隆河口、觀音山，以及高速公路奔流的車潮。

益壽亭

長形台地，除了可在此運動，往盡頭去可清楚看到北投焚化爐彩繪煙囪和周遭市景，和不遠處的高速公路、基隆河、以及觀音山。

山友社團場地多

步道沿途佈滿密密麻麻的早覺會、山友會、羽球社等活動場地，可見這裡是許多市民健康生活的最佳去處，登山健行絕不寂寞。

夜色美景在圓山

走到陳列許多運動器材的早覺會附近，站在福德祠前平台上，可由林間遠望夜間仍燈火通明的圓山大飯店，也是遠眺士林區、廢河道以及基隆河夜景最佳據點。

木棧道前眺望

近萬壽園的新穎木棧道，前景是大佳河濱公園全景，噴泉水池、河濱公園綠地、耀眼奪目的大直橋近收眼底，另可清楚看見臺北101高樓矗立前方。

穿越風景線

