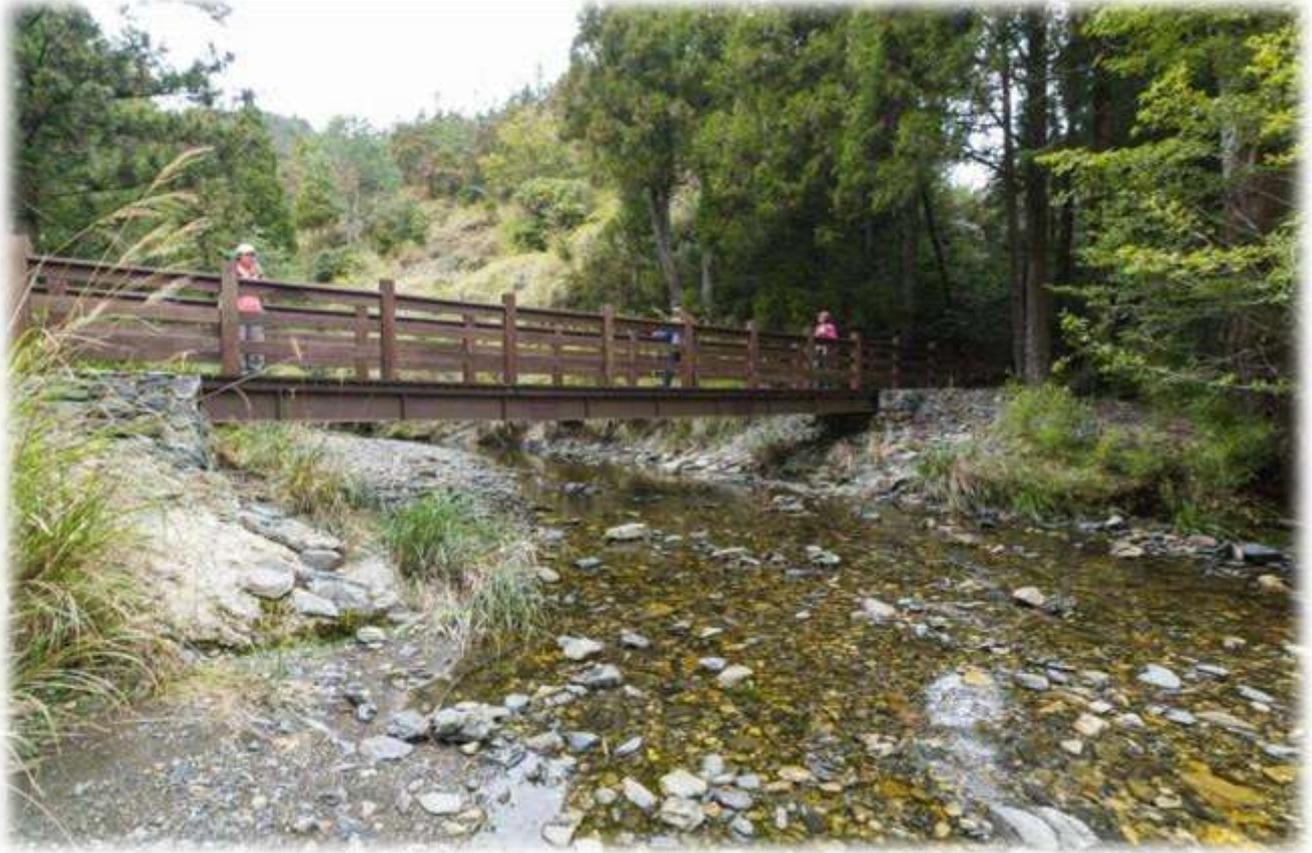


# 觀霧榛山步道 (純走步道)

一條充滿芬多精，躲避 PM2.5 的步道



山社概略登山分類等級：

- 1 級(悠遊山林的初始)：飛鳳山，觀音山，東眼山，七星山，劍湖山，錐鹿古道...
- 2 級(體驗群山的延續)：北插天山，馬崙山，塔曼山，鵝公髻山，水漾森林，霞喀羅古道，合歡山，南橫三星.....
- 3 級(另類驚奇的開始)：玉山主峰，雪山主東峰，奇萊南峰南華山，巴魔塔縱走，三叉向陽嘉明湖，北大武山，大霸群峰，八通關山，郡大、西巒山...
- 4 級(體能精進的磨練)：玉山群峰，奇萊主、北峰，南湖大山，烏來三姑(郊山)，武陵四秀，屏風山.....
- 5 級(耐力毅力的考驗)：南湖中央尖山縱走，北二段，能高安東軍山縱走，南一段，南二段，...
- 6 級(完成百岳的淬煉)：新康橫斷(6 天)、馬博橫斷(8 天)、奇萊東稜(6 天)、干卓萬群峰(5 天)、丹大橫斷(10 天)，南三段(10~12 天)。

【級數】：第 1.5 級(歡迎親子同行)

【日期】：107/03/24

【時間】：06:40(台北)，07:10(林口)，07:40(新竹)

【資格】：任何有興趣者皆可參加，不限元太科技同仁。

【集合地點】：捷運大橋頭站(台北)，長庚急診室外(林口)，元太科技(新竹)

【費用】：1,200 (元太同仁社團補助車資 200/人)

【報名專線】：陳燮(丁一廿)理 \*12651。0936233783

【概說】：

榛山步道位於觀霧山莊的西南方，從山莊沿著大鹿林道西線步行約 2 公里至登山口，再轉入榛山步道，步道全長 4,130 公尺，走完環形步道返回山莊約需 4 小時。

【計畫行程表】：

06:40 大橋頭捷運出發 → 07:40 元太科技 → 10:00 觀霧山莊 → 12:00~13:00 最高點平台用中餐 → 15:10 回觀霧山莊 → 17:30 竹東用餐 → 18:30 回家

注意事項：

- 1.請各位每人自備中餐一份，飲用水自備。
- 2.行車距離稍遠，請準時集合。

【相片】：



最高點賞聖稜線



步道指標



步道涼亭

## 登山要帶的東西

項目	詳述	備註	確認
食			
早餐	自行解決		
中晚餐	中餐自備		
碗筷一組	免		
飲水	自己斟酌約 1000~1500CC	有保溫者更佳	
零食/糧食	依自己喜好(巧克力、餅乾、水果 etc)	行動糧熱量高一點	
水罐或水袋	免		
爐頭，瓦斯	自行斟酌	輕便為主	
擋風板	自行斟酌	可有可無	
衣			
內層	長袖排汗衣	1 pcs	
中間層	保暖層。通常有羽毛衣，聚酯纖維(Polyester)材質衣服，soft shell	主要能保暖者均可	
外層	GORE-TEX 外套、風衣、大衣均可，主要用來防風。	別帶貂皮大衣	
手套	工作手套 1 雙		
保暖帽	防寒用		
雨具	兩截式雨衣，勿用小飛俠雨衣，過山路會被扯破。	一定要帶，	
備用衣物	山上若濕了，可更換。		
泡湯衣著	N/A		
住			
帳棚	免。		
睡袋	免。		
睡墊	免。		
露宿帶	免。		
充氣枕	免。		
行			
登山鞋	若新買者請出發前一週常穿去上班,以適應之	球鞋亦可	
襪子	<del>厚一點佳，可保暖。(怕臭者 2 雙)。(不怕臭者 1 雙)</del>	<del>萬一濕了可以換</del>	
登山杖	自備	分擔膝蓋重量	
頭燈 or 手電筒	必備，需另外再自備電池 1 組。		
背包	能裝下自己上述物品為準。勿帶行李箱	大約 10-20Liter	
攻頂小背包	免		
護膝	可有可無，保護膝蓋		
樂			
相機/底片/記憶卡	記得帶備用電池，山上天氣冷電池效應差。		

個人娛樂用品	自行斟酌(可帶撲克牌,很多時間可打發)		
其他	耳塞, 口罩, 假牙	防止他人打呼	
個人醫用品	綠油精、普拿疼 etc, 威爾鋼, 繃帶, 紗布		
防曬油及太陽眼鏡	高山紫外線可怕		
塑膠袋	裝垃圾、包衣物等。		
地圖,指北針,高度計	選項		
筆記本&筆	記錄行程		
濕紙巾	1 包	擦臭腳用,否則別人睡不著	
衛生紙(棉)	五月花牌,張數不拘		
牙刷牙膏	維持口氣清新		
盥洗用品	回到文明時使用	放車上	
Money	數張		
耳塞	一對	防打呼聲	