

旅行隊活動消息

山林旅行隊

3-4月行程

3月2日【蝌蚪坪觀賞美景】

晨屯馬線沙田圍站B出口集合，9時起步，博康村、水泉澳、蝌蚪坪小休，賞美景。貓仔山落引水道，乾隆古道石澗旁晨運藪大休。午後乾隆古道上九龍坳，回歸亭，獅沙古道落黃大仙散隊。步程：4.5小時

3月9日【東梅古道老虎頭】

晨東涌鐵路站B出口集合，9時起步，經東梅古道往白芒三鄉，A線郊遊徑，仙桃石，老虎頭落愉景灣散隊。B線望渡坳落梅窩銀礦洞，瀑布休憩大休，午後落梅窩碼頭巴士總站散隊。步程：5小時

3月16日【錦上四排大棠谷】

晨錦上路鐵路站C出口集合，9時起步，有機農莊上大欖涌郊遊徑，四排石落吉慶橋大休。午後郊遊徑，二伯公坳出大棠散隊。步程：5小時

3月23日【緩登金山仔指徑】

晨美孚鐵路站B出口萬事達廣場集合，9時起步，鐘山台、九華徑上村、長坑村、郊遊徑緩登金山，金山直升機平台大休。午後仔指徑落城門水塘，梨木樹散隊。步程：5小時

3月30日【井欄大圍企壁山】

晨寶琳鐵路站C出口集合，9時起步，經寶翠公園、小夏威夷、井欄樹、黃廢坳、大藍湖，界咸上大圍廢村大休。午後小徑上萬里長城、打瀉油坳〔又名水牛坳〕、三塊田，企壁山落白沙臺散隊。步程：5小時

4月6日【曹公漫遊白石橋】

晨荃灣鐵路站A出口集合，9時起步，經愉景新城長廊，曹公潭、下花山村、引水道，郊遊徑上白石橋大休。午後郊遊徑落川龍，蝴蝶地落荃灣散隊。步程：5小時

4月13日【博康東洋山蠔涌】

晨沙田圍鐵路站B出口集合，9時起步，經博康邨、水泉澳、沙田坳、茅撻村，基維爾大休。午後東洋山落引水道，大藍湖出蠔涌散隊。步程：5小時

4月20日【鶴藪平山沙螺洞】

晨粉嶺鐵路站A3出口左轉落的士站旁「粉嶺鐵路休憩處」集合，9時起步，粉嶺康樂公園、唐坑村、九龍坑村，舊軍路上桔仔坳小休，舊軍路接衛奕信徑落鶴藪水塘大休。午後平山寨、沙螺洞落鳳園散隊。步程：5小時

4月27日【芙蓉古道響石山】

晨荃灣鐵路站A出口集合，9時起步，芙蓉山古道上引水道，蝴蝶地上川龍，秘徑上響石山舊軍路，適當地點大休，午後郊遊徑、松樹徑落荃灣散隊。步程：4.5小時

查詢：

逢星期二至六 晚七至八時

李佩湘6466 0182

勞偉傑 6417 1774

網址：<http://www.facebook.com/shanlamhiking>

或<http://www.shanlamhiking.com>

友行旅行隊

3月2日(老人山)大嶼山貝澳(羅屋村3M巴士站)10時正集合

3月9日(望夫山)港鐵大圍火車站D出口9時30分集合

3月16日(嶼東鹿頸村)港鐵欣澳站A出口9時30分集合

3月23日(九龍坑山)港鐵太和火車站(7-11門外)9時30分集合

3月30日(丫髻山)元朗西巴士總站公園仔9時30分集合



St John

聖約翰救傷隊招募隊員

香港聖約翰救傷隊是一個慈善志願服務團體，主要服務包括：免費救護車服務、為足球比賽、賽馬活動、運動會及各種大型市民活動提供免費急救服務。

香港聖約翰救傷隊，港島總區北角A支隊，現正招募男女隊員，凡年滿17歲，擁有良好品格及體能，有志加入救傷隊成為義務隊員之人士，請把中英文姓名、年齡、性別、聯絡電話及地址等資料，寄回：香港大坑道2號香港聖約翰救傷隊港島總區北角A支隊收或電郵至 recruit@npad.org 申請面試。詳情請瀏覽北角救護支隊網頁：<http://www.npad.org>

旅行隊活動消息

勝景之友VIP遠足隊

Facebook:

www.facebook.com/groups/358885784242001

或者掃描二維碼QR Code

加入群組

查詢：勝哥 97279788

2025年



3月1日(六)上午8:45大埔富善邨73X,75X,K17巴士總站側集合，9:15起步，富善，鳳園，沙羅洞，平山仔，郊遊徑，石坳山，流水響水塘，布格仔，粉嶺站。3小時30分★★交通：73X,75X,大埔站K17直達。

3月8日(六)上午8:45黃泥涌水塘站落車，黃泥涌水塘休憩處集合，上午9:15起步，陽明山莊，P8徑，大風坳。3小時30分★★交通：中環交易廣場乘6號巴士或北角站B3乘41A巴士可達。

3月15日(六)上午8:45西鐵錦上路站B出口集合，9:15起步，吉慶圍，水頭村二帝書院，水尾村樹屋，天后廟，左邊直往逢吉鄉路口，逢吉鄉，登雞公嶺副峰雞公山374，雞公嶺羅天頂585，山上多奇石，例如：鰲魚石，雞泡魚石，鯊魚頭石，獅頭石，猴頭石，食鬼石等等，龍潭山550，下降圭角北坑，蕉徑，橋頭，打石湖，粉錦公路散隊。請帶手套，A線5小時★★★★量力！B線不登雞公嶺。3小時★半

3月22日(六)上午8:45東涌站B出口東薈廣場，9點搭23號巴士至昂坪，彌勒山,落東山法門,中道亭轉林路到石門甲，東涌站散隊,山路難行，請帶手套。3小時30分★★半

3月29日(六)上午8:45火炭站B出口地下集合，9:15起步，火炭路，駿洋邨，蚊坑，牛湖托，竹林，右轉山徑登草山，交叉石，下降黃竹洋駿洋邨散隊，請帶手套。3小時30分★★

4月5日(六)上午8:45大埔墟A出口集合，9點搭64K巴士嘉道理站落車，白牛石南刀坳，大刀坳，牛牯塢，舊軍路落林村，梅樹坑公園，太和站散隊，

請帶手套。3小時30分★★

4月12日(六)上午8:45杏花邨站廣場出口集合，9:15起步，杏花邨，西灣山，佛爺別墅，柴灣道散隊。3小時★★

4月19日(六)上午8:45大埔墟站A出口集合，9點搭275R巴士至烏蛟騰，荔枝窩，小灘，三楹村，三楹涌，上下苗田，九擔租，烏蛟騰，請帶手套。4小時★★半

4月26日(六)上午8:45上水巴士總站柒水部集合，9:15起步，天光甫，燕崗村，河上鄉，緩登大石磨，下降豆品廠，上水站散隊。4小時★★半

重要聲明：所有行程，以活動舉行前whatsapp及Facebook群組宣佈(如有)為準。

★歡迎掃描右上方二維碼加入Facebook群組★

免責聲明及注意事項

本遠足隊是一義務組合，參加者必須了解是次活動之行程、性質難度及安全性，預先自行購買個人意外保險，本隊不會替參加者購買任何保險，如途中不幸發生任何意外，引致參加者財物受損、身體損傷或死亡，所有責任自負，一切與本隊無關，亦不得要求本隊或個人作出任何賠償。

行友請穿著勝景之友VIP隊衣，通風-索汗-易乾-勝景隊衣，隊衣有長袖及短袖，備有中碼M、大碼L。其他碼號已經無存貨。請預先 WhatsApp: 97279788訂購以便出隊時帶到交收。有對講機行友請校定頻道為：409-800或者5-20，行友必須穿著適當行山裝備、足夠糧水、晴雨具、手套、個人物品等。當天7點天文台掛三號風球或以上，紅雨，黑雨，活動取消。如因天氣影響或其他因素，路線隨時更改，量力而為，注意安全，不設保母式陪伴，不設殿後。不收費用，毋須預先報名。

★代表難度最低★★★★★代表難度最高。

青山友之行

每逢星期日出隊，行程專欄：Facebook 專頁點擊加入查詢活動。

行程資訊:

<https://Facebook.com/groups/423563204434250>

行友要參加/星期日活動，再點擊加入whatsapp(五)群組：

<https://chat.whatsapp.com/FW94gcbtkLIFTYCT6m5YJ3>

加入活動群組報名參加，方便計算參加人數。以獲知當日詳細行程資訊。

以上行程義務性質，無任何專業人士或醫療人士，無任何牌照，自由報名參加，自備旅程裝備，自備糧水交通費用。

旅程有一定風險，量力而行，責任自負。

路線會因應天氣或其他原因隨機應變，以青山友之行當日活動whatsapp群組通知。

掃描QR code加入青山友之行

Facebook群組。

報名查詢：

林經理 手機電話5616 1788

Rebecca 手機電話9322 9491



旅行隊活動消息

歡樂遠足隊

【逢星期二出隊】每期行程約4~5小時

3月4日 火炭、大埔滘

晨港鐵火炭站B出口集合，9時起步，經馬料村、長瀝尾，經大埔坳出運頭塘散隊。（適當地點大休）

3月11日 柴灣石澳大頭洲

晨港鐵柴灣站B出口集合，9時起步，走港島徑經馬塘坳、大浪灣、石澳到大頭洲，返回石澳巴士總站散隊。（適當地點大休）

3月18日 龍仔大澳牙鷹山

晨港鐵東涌站B出口東薈城廣場集合，9時乘坐11號巴士往“龍仔”站起步，走羗山郊遊徑到萬丈布，牙鷹山落大澳散隊。（適當地點大休）

3月25日 漁翁釣龍蝦

晨港鐵鑽石山站C2出口荷李活廣場集合，9時乘坐91號巴士往“大坳門”起步，上龍蝦灣郊遊徑，在大坑墩停車場大休，接走釣魚翁郊遊徑，出坑口散隊。

4月1日 獅紅八仙賀隊慶

晨港鐵大圍站D出口集合，9時起步，走獅紅古道上回歸亭，接走八仙徑落黃大仙散隊。（適當地點大休）是日隊慶假在黃大仙中心北館百樂金宴酒樓設宴款待。

4月8日 荷蘭徑 香港仔

晨港鐵金鐘站C1出口入太古廣場沿扶手電梯直上香港公園入口處集合，9時起步，活水公園上荷蘭徑、八爪魚公園，香港仔水塘大休，香港仔散隊。

4月15日 漫步青衣寮肚山

晨港鐵青衣站A1出口集合，9時起步經海濱長廊上寮肚山北峰，葵青回歸健康徑到青衣四村，青衣站散隊。（適當地點大休）

4月22日 油塘坑口跨大橋

晨港鐵油塘站A2出口集合，9時起步，經三家村走衛奕信徑上炮台山，走跨灣大橋出坑口散隊。（適當地點大休）

4月29日 梅子茅坪大水井

晨港鐵大水坑站B出口恆德亭集合，9時起步，走梅子林路、茅坪古道，五聯達大休，古道落西貢散隊。

***若當日起步前2小時發出：紅雨、黑雨、三號風球或以上，行程將會取消。

***領隊會因應當時的天氣、環境或特殊情況，有可能決定當日行程作出更改或取消。

行友須知：遠足活動具一定危險性，應量力而行，時刻注意安全，參加者須自行承擔個人所有風險責任，需要時請自行購備法定的保險，在活動期間引致任何意外，責任自負，一概與本隊及義務服務行友無關。

行程查詢：

許啟科 5226 6408

黎炳新 9376 3421



歡樂遠足隊



歡樂Facebook



九日天氣預報

香港樂群康樂會

2025年3月9日(星期日) 港島龍脊樂悠遊

集合時間/地點：上午九時正/筲箕灣港鐵站地面9號巴士總站(準九時十分乘車出發)

路程：步行約三小時 難度2星-2星半

2025年4月6日(星期日) 鷹巢山自然教育徑-蘇屋邨之旅

集合時間/地點：上午九時正/太子港鐵站E出口地面(準九時十分乘車出發)

路程：步行約兩小時半 難度：1星半-2星

參加者需知：費用：免費（自備糧水、晴雨具、交通費、保險責任自理。）

**備註：參加者請預先報名，查詢集合時間/地點等資訊。注意安全，量力參加，責任自負。活動如有更改，恕不另行通告。參加者請愛護郊野，自己垃圾，自己帶走。紅雨、黑雨、三號或以上風球懸掛，當天活動取消。

查詢/報名電話：2323 9399 / 6655 0031 傳真：2324 7133 WhatsApp：+852 6655 0031

Facebook專頁：香港樂群康樂會

旅行隊活動消息

康樂遊

設於沙頭角禁區內的「康樂遊」，代辦沙頭角禁區紙，遊覽閉關七十多年的「沙頭角」禁區導賞團，方便行友，不容錯過。

資深導賞員帶你全面搜覽沙頭角故事；三段路線睇真啲！

第一段：

*沙頭角禁區最「繁忙」的馬路，八十年代的屋邨歷史、順平街街畫。

*沙頭角舊消防局、最小的郵政局、商業區、中英街入口及中英街花園、復古「沙頭角」火車站。

第二段：

*北區現存最大型的廣州式樓群；沙頭角歷史地標新樓街、分隔深港兩地的「分界河」、沙頭角之角；「日出沙頭，月懸海角」石碑。

*長達300米的沙頭角碼頭。

第三段：

*鹽寮吓天后廟，天空之鏡「避風塘」、魚燈廣場、沙頭角乾貨市場、地道茶餐廳及各種小食。

*小組訪覽，每組10人起。

*日期：全年任何日期都可安排導賞。

歡迎查詢：5488 3811 Johnny Chow

電郵：kkchow830@gmail.com

友晟之友

3月至4月份活動通訊行程以下列網頁為準

<http://www.yaushingtravel.com> 聯絡電話6130 1712

3月9日（橋福探秘綠連線）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套、電筒★★★★週日上午9:30「橋福道,山頂道」巴士站集合。行友可在中環乘坐15號巴士或1號綠色小巴到「橋福道,山頂道」巴士站。起步後下行維修坡石級，走進橋福道地段下的綠林荒徑，尋找4塊軍部界石，1個日軍直洞，及4塊郊區建屋地段界石。其後走港島徑第3段一小段，穿林落香港仔水塘道尋找另一塊軍部界石。續走荒徑下行，橫過金鴨石澗出口，上走荒徑，下走山徑到「香港炭山」古墓。沿香港仔上水塘邊，穿林到港島徑第四段。賞遊香港仔上下兩水塘。接走班納山下引水道，下行綠色連線到黃竹坑地鐵站散隊。

【步程約5小時。部分山路崎嶇，毋須報名，行程彈性，可中途離隊。量力參加，責任自負】

3月16日（三支香覓景探勝遊）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套★★★★週日上午9:30青衣港鐵站A1出口外認旗集合。自費乘坐公共交通工具至美景花園啟步，沿細山徑登北峰麒麟頭，先訪熊仔石，續循脊下賞得意兔石、猿猴頭等奇趣石景，林間墓地右移沿荒徑接走小徑上走中峰覓賞任步石窗，適當地點大休。午後續往南峰（南灣山）下訪龍頭石，接回山徑下山，細山路散隊。

【步程約5小時。部分路段須闖林扳岩，浮沙碎石。毋須報名，行程彈性，可中途離隊。量力參加，責任自負】

3月23日A（嶼南肥豬石、大小鴉洲一日遊）專船駁艇交通費260元◆友晟社員240元自備糧水、晴雨用具★至★★《西海荒嶼探秘、窺看船民遺跡之旅》▲海上肥豬▲企猴怪石▲天池賞蝶（名額約60人）週日上午8時45分尖沙咀公眾碼頭認旗集合。約下午5時尖沙咀散隊。《報名超過20人，減收一人交通費》

【行程視風浪彈性處理，量力參加，責任自負】
【報名6位或以上贈送定價HK\$78《旅遊狂遊記》乙本】

3月23日B（突擊樟木頭仙樂溝，小鴉洲下角探奇）專船駁艇交通費280元◆友晟社員260元自備糧水、晴雨用具★★★半《西海荒嶼探秘、奇岩異景之旅》▲仙樂海溝▲下角脚板（報名超過20人，減收一人交通費）晴雨用具、手套週日上午8時45分尖沙咀公眾碼頭認旗集合。約下午5時尖沙咀散隊。【行程視風浪彈性處理，量力參加，責任自負】【報名6位或以上贈送定價HK\$78《旅遊狂遊記》乙本】名額約30人。

4月6日（慈沙石林任意遊）自備糧水、交通費、晴雨用具、手套、電筒香港旅聯·友晟之友合辦★★★★週日上午9:30沙田圍港鐵站B出口外空地認旗集合。徒步至慈沙古道入口，先訪古道旁碳窯遺蹟，橫越慈沙石澗後循旅人闢就的石林入口上走，循林中支徑探訪鴨頭石、蘇眉石等奇趣石景。復穿林沿小徑覓賞石臺上的石筍、鬥氣互撼石等，適當地點大休。午後接訪大咀烏石，水泉澳邨散隊。

【步程約4小時。部分路徑崎嶇陡斜費力，須闖林，扳岩。毋須報名，行程彈性，可中途離隊。量力參加，責任自負】

自助旅遊

南台灣雙島遊--綠島/蘭嶼/台東池上：3月24--4月3日
聯繫電話：90496694 簡培發 網頁：kanbackpackers.com

旅行隊活動消息

群山任縱橫

3月2日 川龍九龍過龍山

晨9:00荃灣港鐵A出口集合起步，經川龍、龍門郊遊徑、肥佬麥、鉛礦坳、元墩下、衛徑8段至九龍坑山頂，後經流水響水塘、龍山落粉嶺散隊。山行快步8小時，量力參加。

3月9日 柏架孖崗渣甸山

晨9:00西灣河地鐵站A出口集合。經耀東邨、康柏郊遊徑、柏架山路、紫崗橋、孖崗山、引水道、紫羅蘭山徑、紫羅蘭山、陽明山莊、渣甸山、小馬山、金督馳馬徑出北角散隊。山行快步8小時，量力參與。

3月16日 小組活動

3月23日 五桂東洋吊手岩

晨9:00油塘港鐵站A出口集合，起步經衛徑、五桂山、井欄樹、東洋山至沙田坳大休，經饅頭墩出麥徑，之後逆走麥徑昂平，再經大金鐘、馬鞍山、牛押山、吊手岩落馬鞍山公園，出恆安邨散隊。山行快步8小時，量力參與。

3月30日 狗肚大帽過川龍

晨9:00火炭港鐵C出口集合，起步經落路下、狗肚山、河瀝背、山尾、X石、草山、鉛礦坳、四方山、大帽山、荃錦坳、川龍、龍門郊遊徑、城門水塘、針山至M131，後經道風山落沙田散隊。山行快步8小時，量力參與。

4月6日 深涌蛇石過大灘

晨9:00 水浪窩麥徑四段起點集合，經雞公山、榕樹澳、深涌、蛇石坳、白沙澳出海下大休，午後經大灘郊遊徑、黃石碼頭、北潭凹散隊山行快步7小時，量力參加。

4月13日 石芽雙牛過畢架

晨9:00馬鐵大水坑站B出口集合，經梅子林村、女婆坳、石芽山、水牛山、黃牛山、石芽背接麥徑，經基維爾營至沙田坳大休，午後順走麥徑6段至城門水塘，再經針山落沙田散隊。山行快步8小時，量力參加。

4月20日 小組活動

4月27日 雲頂南涌渡紅花

晨9:00太和港鐵站集合，起步經大埔頭、九龍坑山、流水響、鶴藪、新屋仔、南涌郊遊徑、鹿頸路、鹽灶下、紅花嶺、山塘、馬尾下散隊。山行快步8小時，量力參加。

越野優悠行

3月8日(星期六)【大廟田下出清水】

鑽石山地鐵站C2出口對開集合，乘9時班次91號巴士往大坳門起步，沿郊遊徑出大廟後返回清水灣巴士總站散隊，全程步行約三小時。

3月22日(星期六)【大埔捉松仔】

大埔墟鐵路站B出口(近的士站)集合，準9時起步，經荔枝山，松仔園出大埔道散隊，全程步行約三小時。

4月5日(星期六)【康伯徑漫遊】

基利路休憩處(港鐵太古站B出口左轉)←向鯉魚

涌方向，約200米)集合，準9時起步，上大風坳出康柏徑落耀興邨往鯉魚涌散隊。全程步行約三小時。

4月19日(星期六)【望夫慈雲行】

大圍鐵路站D出口集合，準9時起步，經紅梅谷上望夫山出慈雲山散隊，全程步行約三小時。

本隊隊名：越野優悠行

聯絡電郵：tgb002021@gmail.com

Facebook: CrosscountryrecreationClub (越野優悠)

聯絡人：司徒小姐



南山遠足隊

本隊行程上載FB，聯絡請電 94200286 光仔。

友峰會

本會公開活動，請留意本會網頁最新公報。

行者之友旅行隊

每月行程請瀏覽行者之友網頁 <http://www.hiker.hk>

華星旅行隊

查詢本隊活動請致電領隊: 97862577。

恆行之友旅行隊

如欲參加每週活動，請與領隊聯絡或網上追蹤：
恆行討論區：hh1977.com