

第一天 ( 4 月 26 日 ) 健行路線

 5 K

博嘉國小 → 木柵路四段 159 巷過馬路 → 進自行車道左轉 → 萬福橋 → 新光路右轉 → 下景美溪左岸步道 → 萬壽橋下 → 道南橋引道口(5K.10K.20K 分叉點) ◎ → 左上道南橋(5K 驗證) ◎ → 道南橋右轉頂堤上 → 下景美溪右岸河濱 → 道南橋下河堤(供水站 5K.10K.20K 會合點) → 萬壽橋下 → 左轉木柵路 4 段 159 巷 → 博嘉國小會場

 10 K

博嘉國小 → 木柵路四段 159 巷過馬路 → 進自行車道左轉 → 萬福橋 → 新光路右轉 → 下景美溪左岸步道 → 萬壽橋下 → 道南橋引道口(5K.10K.20K 分叉點) ◎ → 過道南橋下 → 2K 木樁左轉堤上 → 直行渡賢橋 → 過渡賢橋右轉堤上 → 出柵道右轉環三道 → 飛龍步道登山口(10K.20K 供水站) ◎ → 過飛龍步道登山口 50M(10k 檢印) ◎ → 直行環山二道 → 老蔣銅像左轉 → 出校門右轉 → 上恆光橋靠右走 → 右下右岸河濱恆光橋頂堤(10K.20K 會合點) → 道南橋下河堤(供水站 5K.10K.20K) → 萬壽橋下 → 左轉木柵路 4 段 159 巷 → 博嘉國小會場

 20 K

博嘉國小 → 木柵路四段 159 巷過馬路 → 進自行車道左轉 → 萬福橋 → 新光路右轉 → 下景美溪左岸步道 → 萬壽橋下 → 道南橋引道口(5K.10K.20K 分叉點) ◎ → 過道南橋下 → 2K 處木樁左轉堤上 → 直行渡賢橋 → 過渡賢橋右轉堤上 → 出柵道右轉環山三道 → 飛龍步道登山口(10K.20K 供水站) ◎ → 樟山寺 → 樟樹步道 & 老泉街 45 巷 y 路口左轉 → 樟樹步道路口指標 → 樟樹步道 → 出指南路 3 段 38 巷口 → 大觀園土雞城 → 茶言觀舍 → 過馬路沿樟湖步道指標上行 → 鵝角格山登山口右轉 → 杏花林 A 區嶺頂 → 待老坑山階梯口 → 優人神鼓 → 待老坑山登山口右轉春崎支線 → 出春崎支線路口 → 春崎線 1Km 處有應宮廟(20k 供水檢印站) ◎ → 春崎線 1Km(右轉) → 春崎產業道與春椿產業道叉路口左轉 → 老泉街 26 巷 春椿產業道叉路口左轉 26 巷 → 東山高中 → 慈母宮 → 出 26 巷路口直行上頂堤右轉 → 無名溪抽水站前左下 → 恆光橋引道上後左轉 → 恆光橋左下後右轉頂堤(10K.20K 會合點) → 道南橋下河堤(供水站 5K.10K.20K ) → 萬壽橋下 → 左轉木柵路 4 段 159 巷 → 博嘉國小會場

 5 K

博嘉國小大會會場 →木柵路四段 159 巷過馬路→ 進入自行車道右轉 →右岸行人腳踏車步道 →萬壽橋下(洗手間) → 右轉上道南橋(5k 供水檢印) → 左下走左岸頂堤涼亭→萬壽橋邊右下 →秀明路一段.萬壽橋頭過紅綠燈左轉(5K.10K.20K 會合點) →走新光路一段(右側與動物園同邊)人行道 → 經貓纜門口(洗手間)→經動物園門口→新光路圓環左轉→捷運機廠→過萬福橋→ 左轉木柵路五段 → 木柵路四段 159 巷口 →過馬路回大會 → 博嘉國小會場

 10 K

博嘉國小大會會場 →木柵路四段 159 巷過馬路→ 進入自行車道右轉 →右岸行人腳踏車步道 →萬壽橋下(洗手間) → 過道南橋右上頂堤 → 過恆光橋→ 進入政大校園內左轉→走左楓香步道至渡賢橋 →過渡賢橋行至對面→走右側頂堤 →過濟賢橋 → 經政大游泳池→出政大側門後( 10k.20k.分叉供水站) →政大側門左轉→走指南路二段 → 政大圍牆正門旁人行道(10k 檢印)→政大郵局(指南路.萬壽路口 10K.20K 會合點) →萬壽路直行右轉→過萬壽路.秀明路口紅綠燈 → 沿秀明路右側人行道→新光路一段右轉(5K.10K.20K 會合點)→走新光路一段(右側與動物園同邊)人行道 → 經貓纜門口(洗手間)→經動物園門口→新光路圓環左轉→捷運機廠→過萬福橋→ 左轉木柵路五段 → 木柵路四段 159 巷口 →過馬路回大會 → 博嘉國小會場

 20 K

博嘉國小大會會場 →木柵路四段 159 巷過馬路→ 進入自行車道右轉 →右岸行人腳踏車步道 →萬壽橋下(洗手間) → 過道南橋右上頂堤 → 過恆光橋→ 進入政大校園左轉→走左楓香步道至渡賢橋 →過渡賢橋行至對面→走右側頂堤 →過濟賢橋 → 經政大游泳池→出政大側門後( 10k.20k.分叉供水站 ) →政大側門右轉→至指南路 3 段 33 巷往上→由指南山步道走階梯往上→進入指南宮→往指南宮後山(洗手間)→後山南天門往右上→經貓纜指南宮站(洗手間)→往前 50 公尺處,由左上往猴山岳茶園步道→猴山岳土雞城(20k 檢印供水) →沿新光路 2 段 74 巷直行而下→至萬壽路/新光路二段 74 巷叉路口 →往左下萬壽路→經萬壽路二段小坑溪路口右轉→往下至政大御花園社區門口→過馬路至對面→由政大一街 320 巷下樓梯→出台北米

蘭社區左轉直行→接政大一街 210 巷→再左轉往下→進入政大一街 210 巷→進入親水文學步道→往下至政大一街.指南路口→**指南路與萬壽路口右轉郵局 (10K.20K 會合點)** →萬壽路直行右轉→過萬壽路.秀明路口紅綠燈 →沿秀明路右側人行道→新光路一段右轉 (5K.10K.20K 會合點)→走新光路一段(右側與動物園同邊)人行道 → 經貓纜門口(**洗手間**)→經動物園門口→新光路圓環左轉→捷運機廠→過萬福橋→ 左轉木柵路五段 → 木柵路四段 159 巷口 →過馬路回大會 → 博嘉國小會場