




A2 遠足研習採芙蓉 (4.5公里, 4/3小時, ↑ 22米, ↓ 275米)

<https://youtu.be/5Uy5TLkzYo8?rel=0>

領隊：葉錦熙 (6199-3347) 如中途迷失者，請立即致電領隊

路段	時間	地點 / 路段	工作 / 路段資料	圖片
1 ♂♀	10:15 – 11:30 1.4公里 (1小時)	扶輪郊野公園 (日晷處) → 三徑聯走 	<ul style="list-style-type: none"> - 大帽山家樂徑長0.5公里，需時15分鐘，是一條環迴繞圈而走的林間石徑，整段路鋪上石砌小徑，平坦易行，一路上都是樹木林蔭；在家樂徑的觀景台，可看到大帽山的全貌，更可遠望中環、灣仔，甚至南丫島。 - 大帽山遠足研習徑，介紹遠足基本知識及技巧，全長約930米，步行約40分鐘內完成，沿途設有多個傳意站，透過活動讓遊人認識遠足安全須要注意的事項。 	 
2	11:30 – 12:30 1.9公里 (1小時)	 → 川龍  	<ul style="list-style-type: none"> - ↑ 22米 ↓ 175米 - 由日晷處正式出發沿大帽山自然教育徑往川龍，自然徑是一條往下走的下坡路，主要是行樓梯，也有少量泥石路，沿途設有植物指示牌和風景瞭望台。 - 教育徑盡頭是馬路，沿着馬路繼續往下行，就是川龍川。 - 入村前經過一間1958年興建，1988年停辦的川龍貫文公立學校，電影《五個小孩的校長》曾在此處取景。發展局資助5.12億，2023年底化身為攝影文化中心。 - 川龍位於大帽山腰，村內主要居住新界原居民曾氏，祖籍為廣東龍川縣，600多年前南遷至香港荃灣一帶(包括打磚坪)聚居，其後先祖大璋公擇居川龍立業。 - 高山的氣候，適合種植山茶，村民早年曾以種茶為生，但1920年代後，茶園已經荒廢。後來基於水源充沛，山上溫度適中的地利因素，居民成功改種西洋菜，每逢中秋過後十一月左右就是西洋菜的收成季節，吸引不少食客一嚐本地新鮮西洋菜。 - 午膳大休1小時 	
4	1:30 – 2:00 1.1公里 (30分鐘)	→ 引水道 	<ul style="list-style-type: none"> - ↑ 0米 ↓ 110米 分組點名出發 - 走過小橋，參觀西洋菜田，亦可親手採摘購買，疫前前數年都是20一袋。 - 這裡的西洋菜主要用有機肥種植，種出來的菜味更香且無『渣』，但需3星期才收一次。 - 繞行帽南幽徑下行至引水道 	 
5	2:00– 2:30 1.2公里 (30 min)	→ 老圍分岔路口  	<ul style="list-style-type: none"> - 平路緩跑徑約1.2公里至紅油欄杆 轉右落石級至避雨亭 - 沿途遠眺朗逸峰、上下花山 - 經過小瀑布溪澗、休憩涼亭 - 可在第二個涼亭小休等齊人再出發 	

6 ♂♀	2:30 – 4:00 500米 (30 min)	→ 竹林禪院	<ul style="list-style-type: none"> - 沿芙蓉山南坡到達竹林禪院終點 - 芙蓉山是香港佛教勝地，途經很多佛寺廟宇，包括福慧龕、南天竺、觀音巖、結蓮庵等，大多是建於上世紀20-60年代期間。 - 其中最大的寺院為竹林禪院，佔地4公頃，由融秋老和尚由1932年開始興建，直至1982年整座禪院才正式完工。禪院背山面海，風光明媚，盡覽荃灣新市鎮的景色，亦可以俯瞰藍巴勒海峽及青衣島。 - 可自由參觀五百羅漢、四面佛，3:45回程。 	
				

領隊會於以下紅色標示的時間和地點點人數，如你不在該位置，請立刻致電領隊 (61993347)，以免阻礙大隊繼續旅程。如你在旅程中有迷途或遠離隊伍，也可隨時致電領隊求助。

