

遊走青衣自然徑 觀宏偉青馬大橋



青衣自然徑列為全港首個市區邊緣公園，該徑近年已成為遠足熱點，假日可見遊人絡繹不絕漫步山頭，平日早上亦有不少晨運客前往該處健體強身。全長4公里的青衣自然徑，起點在寮肚路，環繞青衣島西北面山嶺而建，行畢整條自然徑只需兩小時。



NORTH ENTRANCE 往北面入口

PICNIC AREA 1 往野餐區1

HEALTH TRAIL 往健康徑

PICNIC AREA 2 往野餐區2

自然徑沿路設有清晰指示牌



「回歸紀念亭」，很多遊人都在此駐足拍照。

★ 人工自然皆巧妙 ★

自然徑的起點是往上的石階，以顏色鮮明的石塊砌成，所以路面平坦易走，沿路種滿超過三棵樹木，遍植灌木叢逾一萬方呎，沿路開滿了一朵朵的杜鵑花，為青衣的山嶺增添色彩。

沿自然徑經過涼亭，轉入青曠徑。宏偉的青馬大橋已呈現眼前，向着山坡往上走，逐漸看到大橋全貌。很多遊人都躍躍地停下來拍照，可惜當天煙霞太濃，景物不太清晰。

自然徑新裝上長達1,200呎的扶手欄杆、數座涼亭、野餐桌、長椅及路牌等，令遊人旅途中更便利和寫意。

■新裝上長達1,200呎的扶手欄杆，令遊人在旅途中更便利和寫意。

★ 青衣名字由來 ★

青衣是荃灣對出的一個小島，其名字的來由，相傳是因為以前青衣島海域有很多青衣魚，故被叫作青衣。青衣第一條南橋於1974年落成，第二條橋及第三條橋亦相繼於1987年及1997年落成通車。由於交通的便利，島上自然大興土木，新的屋苑便像雨後春筍，高樓大廈處處皆是，人口隨之而增加。

現時青衣島上，以青衣城商場最為人熟悉，該商場是集消閒、娛樂、飲食的消費熱點。

★ 遊蹤小貼士 ★

路線：依徑而行到「回歸紀念亭」，右走青曠徑（左為葵青慶回歸教育徑），分支路繞右轉踏上石級到小山崗。先往右首「3號觀景亭」，沿途欣賞汲水門大橋。返回小山崗，下走右踏青雲徑經野餐桌區到「2號觀景亭」（直走亦可）。再沿路走至「1號觀景亭」，觀賞青馬大橋景色，最後隨「葵青慶回歸健康徑」下走至青衣西路行畢全程。

前往方法：於青衣港鐵站 A1出口的巴士總站搭乘248M至長宏邨巴士總站，沿寮肚路上轉入青衣自然徑入口。



對於喜愛郊遊的人士，遊走青衣自然徑是個輕鬆、愉快的郊遊體驗。

青衣自然教育徑景致宜人，美不勝收，沿途可遠望山水相伴的青馬大橋及汀九橋的嫵媚風景，馬灣及深井沿岸景觀也一一映入眼簾。該路段距離短，指示清晰，輕鬆易走，適合一家老少健行；在日落時分行走，更可欣賞變幻多端的美景。



遠足線

長征旅行隊

6月5日「石芽金鐘」晨8時30分沙田亞公角沙田醫院巴士站側集合，花心坑、石芽山、梅子林、石坑水源地休，午後鹿巢、大金鐘、黃竹洋、西貢散隊。山行7小時，量力參加。

查詢：2634 0243 封德梅

冬梅之友「汀九河青走八鄉」

6月5日星期日早上8時45分荃灣地鐵站A出口附近認旗集合，準9時正乘車往汀九起步，循大路入山徑蝴蝶坑口緩登清快塘坳入大路順源河水塘順賞塘光山色，中午適當地點大休，休後過馬鞍崗直出八鄉巴士站散隊，交通糧水自備。

聯絡電話：何國雄 9229 0611

綜合線

攝影遊

會訊：本會與香港市政總會合辦「實用攝影技巧興趣班」，對象為初學數碼攝影朋友。課程以三堂上課，一堂外影。日期6月22日、29日、7月1日（外影）及12日。上課於灣仔晚上7時半至9時半，名額有限，須報名收費。4日（周六）、5日（周日）、6日（周一）小組活動。史蹟賞遊「海上遊覽導航燈塔」12日（周日）額滿，多謝支持！預告：集思廣益「香港潮州孟蘭勝會的流程與儀式」講座7月20日（周三）晚7時半至9時半柯士甸道童軍中心舉行。香港特區政府已將潮人孟蘭勝會申報為國家級非物質文化遺產，但相關資訊如流程及儀式等背後意義，並非人人明白！講者臨場逐點和大家分享。

查詢：7551 3804 郭志標

網址：http://photohiking.com

珊瑚海「街渡」渡輪服務

三家村（鯉魚門）——東龍島乘雙層渡輪經鯉魚門往清水灣半島對岸之南佛堂東龍島，島上有古炮堡和古石刻「石壁畫龍」遺蹟。戶外露營、燒烤場地、垂釣、拾螺、攀石、觀賞日出日落、星象和觀浪旅行的好去處。回程更可往著名旅遊地點鯉魚門品嚐海鮮或參拜天后廟。逢星期六、日及公眾假期啟航。來回票HK\$30，大小同價。

查詢熱線：2513 1103

售票處：九龍鯉魚門三家村小輪碼頭。乘搭港鐵者，可在油塘站A2出口，步行約10分鐘便到達三家村小輪碼頭。

星藝旅行團

麥徑酒澳頭·港島精選遊

5號晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發，行程包括風光如畫麥徑第四段精華、漫步曲徑通幽龍嶺、木棉山、連接十四鄉南亞與澳頭古村古祠、途經之處飽覽維維維維牛尾海各島嶼、美景連生（午餐品嚐羊城美點）續遊峰巒坐擁歌賦山、舒步林蔭蓋天、雀鳥鳴鳴貝露露、潭清水潔蕩花潤、沿途涼風迎面瀏覽歷史古堡建築群、放眼千帆並舉海岸線暑氣全消，冷氣車隨團每券\$130 父親節6月18/19中山葵荔，僑鄉攬勝美食遊

券站：△中環大道中151號英記茶莊△北角琴行街26A金牌藥行△九龍旺角道英記茶莊△2565 8691、6417 0168。

友誼之旅會

全港首創單身會，飛越二十五載

歡迎正職男女（色情免問）
5/6海上燒烤釣魚樂；12/6下午茶聚；19/6生態美食團；26/6麻雀美食耍樂。逢三社交舞班，逢四卡拉OK連自助餐。以上節目請早報名，額滿即止。本會為非牟利團體，歡迎正職男女（色情免問）。

地址：九龍油麻地碧街46號祥興大廈406室（油麻地港鐵站A2出口，彌敦道540-544號）

電話：2771 3900、2384 1156

網址：http://marybeauty.com

2011年5月31日 今日電視節目表 (星期二)

(節目內容如有更改，以電視台臨時公佈為準。)

<p>無線翡翠台</p> <p>6:00 人魚小姐 6:25 瞬間看地球 6:30 香港早晨 8:35 瞬間看地球 9:00 交易現場 9:45 金曲挑戰站 9:50 快樂長門人 10:00 天龍八部之六脈神劍 10:30 幸福的抉擇 11:30 宣傳易 11:35 新聞提要 11:40 交易現場/棟篤神探 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 1:00 午間新聞/瞬間看地球 1:20 左右紅藍線/都市閒情 2:10 宣傳易及無線收費電視情報站 2:15 今日VIP 2:45 理想投資話我知及交易現場 2:50 皆大歡喜 3:50 雙子公主及交易現場 4:20 放學ICU/寵物小精靈DP 5:20 花漾明星/財經新聞 5:55 有營養 6:30 六點半新聞報道 6:55 天氣報告/瞬間看地球 7:00 誰家灶頭無煙火 8:30 花花世界花家姐 9:30 怒火街頭 10:30 街坊廚神 11:00 晚間新聞及新聞檔案 11:35 天氣報告/瞬間看地球 11:45 娛樂頭條 11:55 理想投資話我知 12:00 今日財經及無線收費電視情報站 12:10 宣傳易/ID精英 1:50 宣傳易/今日VIP 2:25 無間音樂 3:25 粵語長片：無敵鴛鴦</p>	<p>無線明珠台</p> <p>6:00 Bloomberg財經第一線 7:00 Bloomberg財經第一線 7:30 NBC世界新聞 8:00 普通話娛樂新聞報道 8:30 教育電視 10:30 交易現場 11:00 金融行情 1:00 學習之神 2:00 終極一家 3:00 型宅族 3:15 冒險王 4:15 無間音樂 5:15 巨聲工房 5:45 型宅族 6:00 KERORO軍曹V 6:30 特備節目 7:00 娛樂新聞報道 7:30 螢之光 8:40 世界那麼大 9:30 藍圖 10:00 火影忍者疾風傳 10:30 學習之神 9:00 熊貓人 10:00 老千 11:05 偷心大聖P.S.男 12:00 真我電聲 1:00 熊貓人 1:45 老千 3:00 偷心大聖P.S.男 4:00 真我電聲 5:00 熊貓人 5:45 老千 7:00 偷心大聖P.S.男 8:00 真我電聲 9:00 熊貓人 9:45 老千 11:40 封神榜II 12:00 偷心大聖P.S.男 1:00 老千 2:15 熊貓人</p>	<p>J2數碼頻道</p> <p>9:00 神風怪盜 9:30 機動警察 10:00 蓋之光 10:50 型宅族 11:00 冒險王 12:00 巨聲工房 12:30 Big Boys Club 1:00 學習之神 2:00 終極一家 3:00 型宅族 3:15 冒險王 4:15 無間音樂 5:15 巨聲工房 5:45 型宅族 6:00 KERORO軍曹V 6:30 特備節目 7:00 娛樂新聞報道 7:30 螢之光 8:40 世界那麼大 9:30 藍圖 10:00 火影忍者疾風傳 10:30 學習之神</p>	<p>亞視本港台</p> <p>6:15 勁線有"功" 6:29 亞洲早晨 8:45 把酒當歌 9:15 理財博客之即時錦囊 10:15 通識小學堂 10:45 iFi@tv 10:50 四季養生堂 12:20 馬上全接觸 12:25 當年今日 12:30 十二點半新聞報告/天氣報告/經濟快訊 1:00 生活加油站 1:25 iFi@tv 1:30 理財博客之投資多面睇 3:00 香港百人 3:30 踏愛仍是愛 4:00 通識小學堂 4:30 亞視普通話新聞 5:00 勁線有"功" 5:50 iSports@tv 5:45 左右紅藍線 5:50 天氣報告 6:00 六點鐘新聞 6:40 經濟快訊 6:55 體育快訊 7:00 超級小吃費 7:58 iFi@tv 8:00 信不信由你 9:30 六合彩 9:35 李添 10:25 馬上全接觸 10:30 夜間新聞 11:00 把酒當歌 11:25 馬上全接觸 11:30 ATV焦點 11:45 經濟快訊 11:50 勁線有"功" 1:10 香港百人 1:40 封神榜II 3:25 音樂茶飯 4:25 街市忍者 5:20 可憐天下父母心</p>	<p>亞視國際台</p> <p>6:00 星光伴我行 6:35 生命真道—豐盛人生 7:00 新聞早點—中國新聞報道 7:30 Music 120 9:30 BabyTV 10:00 中央電視台新聞-直播-綜合新聞 10:30 旅遊指南 11:00 綜合新聞 11:20 成長漢語 11:40 中國新聞報道 12:00 MUSIC 120 2:00 教育電視 4:00 好奇小花貓 4:10 神奇+快 4:40 海綿寶寶 5:05 星際保衛隊 5:30 亞視普通話新聞 5:48 經濟快訊 5:55 天氣報告 6:00 中國新聞報道 6:25 海客談 6:55 時事內幕追擊 7:25 財經匯報 7:30 新聞及天氣報告 8:00 美食角鬥士 8:30 經典處境劇：Friends 9:00 六十分鐘時事雜誌 10:00 信不信由你 11:00 夜間新聞 11:18 夜間經濟快訊 11:20 賽馬預測 12:30 經典處境劇：Friends 12:55 中國新聞報道 1:20 自然 1:45 文化報道 2:10 焦點點點 2:40 Music 120</p>	<p>中央電視台-1 (數碼頻道)</p> <p>9:18 一套專視 9:22 葉挺將軍 10:11 一套專視(7) 10:15 葉挺將軍 11:06 葉挺將軍 11:55 一套專視(8) 12:00 新聞30分 12:30 一套專視(9) 12:35 今日說法 1:20 一套專視 1:10 看見 1:41 一套專視 1:45 幸福密碼 2:37 幸福密碼 3:28 幸福密碼 4:17 一套專視 4:22 動物世界 4:56 第一動畫樂園 5:57 一套專視(13) 6:02 我們有一套 6:56 一套專視 7:00 新聞聯播 7:31 天氣預報 7:38 焦點訪談 7:50 身邊的感動 8:03 唱響中國-群星最喜愛的原創歌曲-徵集評選活動頒獎音樂會 9:44 精彩一刻 10:00 晚間新聞 10:23 一套專視 12:28 紅色搖籃 11:20 紅色搖籃 12:09 一套專視(18) 12:14 動物世界 12:46 一套專視 12:51 今日說法 1:25 看見 1:55 一套專視 2:46 一套專視 2:48 正大綜藝 3:38 一套專視 3:45 動物世界</p>	<p>中央電視台 (國際頻道)</p> <p>9:00 快樂漢語 9:15 胡楊女人 10:00 中國新聞 10:10 胡楊女人 10:56 北京風光 11:00 中國新聞 11:10 國寶檔案 11:30 海峽兩岸 12:00 中國新聞 1:00 華人世界 1:20 快樂聯站 1:30 走遍中國 2:00 中國新聞 2:15 井岡山 3:01 井岡山 3:47 井岡山 4:00 中國新聞 4:10 井岡山 4:43 北京風光 4:45 精彩一刻 5:05 開卷八分鐘 5:15 音樂論壇 5:25 有聲天天 5:50 健康新觀念 5:55 娛樂大風暴 6:00 中國新聞 6:15 中國文藝 6:45 國寶檔案 7:00 中國新聞 7:15 刀鋒1937 8:00 忠誠 8:30 海峽兩岸 9:00 中國新聞 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:35 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 馬道悲情 12:58 北京風光 1:00 中國新聞 1:15 探索發現 2:30 新聞聯播 2:40 華人世界 2:50 快樂聯站</p>	<p>鳳凰衛視中文台</p> <p>9:00 鳳凰大視野 9:35 地球語言 9:40 鳳凰全球連線 10:05 龍崗的故事 10:55 時事開講 11:20 健康新觀念 11:25 鳳凰天下 12:00 鳳凰新聞特快 12:25 鳳凰氣象站 12:30 有報天天讀 1:00 華人世界 1:20 快樂聯站 1:30 走遍中國 1:30 中國新聞 2:05 音樂中國風 2:15 鳳凰劇場 3:10 名歌金曲 3:15 鳳凰劇場 3:50 珍貴聽動員 3:55 完全時尚手冊 4:20 鳳凰大視野 5:05 開卷八分鐘 5:15 音樂論壇 5:25 有聲天天 5:50 健康新觀念 5:55 娛樂大風暴 6:00 中國新聞 6:15 中國文藝 6:45 國寶檔案 7:00 中國新聞 7:15 刀鋒1937 8:00 忠誠 8:30 海峽兩岸 9:00 中國新聞 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:35 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 馬道悲情 12:58 北京風光 1:00 中國新聞 1:15 探索發現 2:30 新聞聯播 2:40 華人世界 2:50 快樂聯站</p>	<p>有線電影1台</p> <p>7:00 下一站...天后 9:10 金雞 11:30 最佳損友阿嬌 1:35 玻璃之城 4:00 大奧電影版 6:30 奧芝魔法官 8:50 A-1頭條 11:05 奪命 1:30 整蠱王 3:35 妃子笑 5:40 我要富貴</p> <p>有線體育台</p> <p>6:00 北京國際桌球邀請賽 7:00 體育王 8:00 世界盃體操賽-科特布斯 9:00 韋伯盃保齡球賽 10:00 體育王 10:30 美國游泳錦標賽 11:30 世界盃體操賽-科特布斯-德國公開賽 12:30 體育王 1:00 北京國際桌球邀請賽 2:30 體育王 3:00 世界盃體操賽-科特布斯 4:00 韋伯盃保齡球賽 7:30 北京國際桌球邀請賽 8:30 世界盃體操賽-科特布斯 10:00 體育王 10:30 世界盃體操賽-科特布斯 11:30 北京國際桌球邀請賽 1:00 體育王 1:30 韋伯盃保齡球賽 2:30 世界盃體操賽-科特布斯 3:30 體育王 4:00「香港運動員就業及教育計劃」</p>
--	--	---	---	--	---	--	---	--