

位於薄扶林郊野公園的「爐峰自然步道」，起點是薄扶林水塘，終點是山頂(起點終點可隨喜好轉換)，全程差不多都是車路，雖然部分路段比較斜，但需時不長，大約一個小時，加上沿途的迷人景色，終點更是大家熟悉的山頂，徒步行畢整個路段，讓遊人在絢麗的夏日滿載寫意及驚喜的心情。



山頂盧吉道遠眺維港

爐峰自然步道 綠蔭步道 山頂攬勝

「爐峰自然步道」沿途設有二十一個傳意牌，介紹「太平山」與「爐峰」名字的由來，並介紹太平山的生態氣候，例如太平山的雨和霧、植物、昆蟲、地形、地質、雀鳥、薄扶林水塘、薄扶林村等；可謂一個生態歷史知性之旅！先說爐峰自然步道中的「爐峰」的由來，傳說以前有一個紅香爐從海飄來，擱淺在銅鑼灣天后廟前的沙灘。當地村民覺得是天后顯靈，於是將之供奉在天后廟前，又將廟前的海灣稱為「紅香爐灣」。後來泛指整個島，而島上最高的山峰——太平山，就被稱為「爐峰」了。

據不少行山人士的見聞，如在早上時間來到「爐峰」，可在沿路瞥見有些小松鼠躍動，毛帶啡色而嬌小的松鼠仔，長相可愛也很饒嘴，時常會跑到地面拾樹果和嫩葉吃，然後又很快地閃回樹影中，郊遊間尋訪牠們的蹤跡，可帶給人驚喜一樂！

生態歷史知性之旅

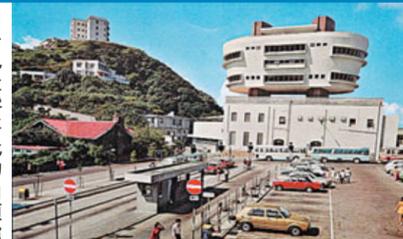
「爐峰自然步道」沿途設有二十一個傳意牌，介紹「太平山」與「爐峰」名字的由來，並介紹太平山的生態氣候，例如太平山的雨和霧、植物、昆蟲、地形、地質、雀鳥、薄扶林水塘、薄扶林村等；可謂一個生態歷史知性之旅！先說爐峰自然步道中的「爐峰」的由來，傳說以前有一個紅香爐從海飄來，擱淺在銅鑼灣天后廟前的沙灘。當地村民覺得是天后顯靈，於是將之供奉在天后廟前，又將廟前的海灣稱為「紅香爐灣」。後來泛指整個島，而島上最高的山峰——太平山，就被稱為「爐峰」了。

據不少行山人士的見聞，如在早上時間來到「爐峰」，可在沿路瞥見有些小松鼠躍動，毛帶啡色而嬌小的松鼠仔，長相可愛也很饒嘴，時常會跑到地面拾樹果和嫩葉吃，然後又很快地閃回樹影中，郊遊間尋訪牠們的蹤跡，可帶給人驚喜一樂！



太平山山頂

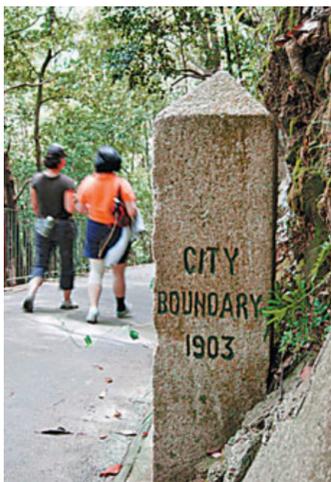
一九七零年代的凌雲閣，改建成今天的山頂爐峰。



交通

- 可乘坐4、7、90B、91及94巴士(經中環)，或40號巴士(經金鐘)。
- 可乘4、7、90B、91、94、40、71、970、970X、M49、43X(新巴)或7、37A、40M、71、90B、973(城巴)前往薄扶林水塘。
- 以山頂為始，則可乘15、515號巴士及1號小巴。

爐峰自然步道



克頓道路旁刻有「城市界石1903」的「維多利亞城」界石

徒步登山細賞維港景

香港維多利亞港的景色聞名中外，平日除了搭乘交通工具到山頂賞維港景色外，下次不妨在明媚的晴天，取道位於薄扶林的「爐峰」，一面郊遊，一面了解香港的生態。短短一小時即到達山頂，山頂標誌凌霄閣近在眼前，比坐纜車上山頂的感覺來得實在而強烈，用體力和汗水換來的賞維港美景體驗，足以讓人忘卻疲倦。

薄扶林郊野公園可謂樹影處處，漁護署這些年來不斷積極的在公園內植樹，讓大眾近距離接觸多樣化的大自然。在陽光映照下的綠樹非常吸引，加上清風輕搖葉片，發出沙沙之聲，在炎熱夏日裡，使遊人增添一份涼意。接連的太平山頂盧吉道、夏力道一帶，向為晨運勝地，平日有不少晨運客前來行山早操強身健體，而城中不少富商、高官、名人均愛到該處行山，所以不時可見到名人在盧吉道一帶小跑健身。



可循爐峰自然步道，環繞山頂一圈。

第1391期 旅行資訊

遠足線

長征旅行隊

8月7日「丹竹漫遊」，晨8時30分粉嶺火車站集合，布格仔，丹竹坑，平頂坳，老龍田大休，午後尤德亭，七木橋，橫山腳村，八仙嶺自然教育徑，大尾督散隊。山行6小時，量力參加。

查詢: 2634 0243 封德梅

綜合線

星藝旅行團

東涌古今遊

(7日) 晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發，今期專車跨越青馬嶼北幹線，直達水鄉情懷東涌舊墟，瀏覽沙龍勝地吊腳棚屋，緩登視野開揚炮台咀，回顧鴉片戰爭陣形奇特珠江口岸海上防線，其後漫步彌勒山下、馬灣涌、磡頭、田心、新舍舊居相映成趣(風味粵菜午餐) 續遊白芒三鄉海濱群村，牛牯塢田園村舍，重踏歷史見證大案情景，冷氣車隨團每券\$140△8月20/21日五星花園酒店休閒·南海三水新景遊。

查詢: △券站中環大道中151號英記茶莊
△九龍旺角道英記茶莊
△2673 7941、6417 0168。

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。

獵影遊

本會8月活動通訊已免費公開索閱(港島士丹利名峰松柏OVERLANDER地球之友、九龍大嶺三軍香山學社嶺峰香港攀山、新界欣悅坊雄峰行山站捷威等。)或附回郵信封寄馬鞍山郵政信箱79號索取。集思廣益「船塢與香港——香港修造船業圖片展」展覽3日(周三)早10時45分尖沙咀香港歷史博物館正門外集合。鄉村探遊「龍躍草地」5日(周五)訪虎地排安樂村馮姓開族太婆山「教子朝天」、軍地河新貌。探遊十八區考動計劃「黃大仙區活化何家園遺址」6日(周六)下午2時九龍塘站沙福道A2出口路面集合。屬報名收費活動。「屏山鄉精華遊」7日(周日)達德近貌、鯉魚出水、永寧廟園、響山觀景。以上集合時間地點電聯。

查詢: 7551 3804 郭志標

網址: http://photohiking.com

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)
7/8私房宴會; 14/8池畔燒烤; 21/8美食一天團; 27/8餐舞會。逢三社交舞班，逢四卡拉OK連自助餐。以上節目早報名，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(油麻地地鐵站A2出口，彌敦道540-544號)

電話: 2771 3900、2384 1156

網址: http://marybeauty.com

2011年8月2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。)

無線翡翠台	無線明珠台	J2數碼頻道	亞視本港台	亞視國際台	中央電視台-1 (數碼頻道)	中央電視台 (國際頻道)	鳳凰衛視中文台	有線電影1台	有線體育台
6:30 香港早晨/新聞看地球 9:00 交易現場 9:45 金曲挑戰站 9:50 快樂長門人 10:00 天龍八部之虛竹傳奇 10:30 鐵甲無敵獎門人 11:30 宣傳易 11:35 新聞提要 11:40 交易現場 11:45 尋秦記 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 1:00 午間新聞/新聞看地球 1:20 左右紅藍線 1:25 都市閒情/宣傳易 2:15 今日VIP 2:45 電視廣告大解構及交易現場 2:50 皆大歡喜 3:50 奇女子魔法Moby III交易現場 4:20 放學ICU/寵物小精靈DP III 5:20 寶石龍圖II 5:50 財經新聞 5:55 營養煮婦及新聞檔案 6:30 六點半新聞報道 6:55 天氣報告 7:00 做個健康快活人 2011世界大學生運動會-深圳動起來 7:30 東張西望及估估品味 8:00 誰家灶頭無煙火 8:30 紫雲雷 9:30 潘行追擊及與別不同的開心閃爍 10:30 千奇百趣香港 11:00 晚間新聞及新聞檔案 11:35 天氣報告/新聞看地球 11:45 娛樂頭條 11:55 電視廣告大解構 12:00 今日財經/宣傳易 12:15 金枝怒孽/宣傳易 1:25 火影忍者IV 2:25 今日VIP 2:55 無間音樂 3:55 粵語長片: 豆蔻干戈	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 9:00 CCTV News - 直播 10:00 金融行情 10:30 交易現場 1:00 金銀市場 11:30 交易現場 11:32 金融行情 12:00 CCTV News - 直播 1:30 金融行情 2:00 交易現場 2:03 金融行情 3:58 交易現場 4:00 彩色樂園 (II) 4:15 K姐Q&A 4:30 卡斯柏與麗莎 5:00 Scooby-Doo捉鬼敢死隊 6:00 普通話新聞 6:10 普通話財經簡訊 6:15 普通話天氣報告 6:20 財經消息 6:30 亞洲足球新天地 7:00 文化長河-鐵道行 7:30 七點半新聞報道 7:55 新聞看地球 8:00 食通街 8:30 靚太唔易做 (VII) 及細說名師名錄匯 9:30 鯊魚天堂 10:30 環球金融速遞 10:35 絕地反擊 11:35 商業精英 11:40 財經速遞 11:45 晚間新聞 12:00 新聞看地球及細說名師名錄匯 12:05 心計 (II) 12:55 明珠檔案 1:25 寰宇地理 2:30 Bloomberg財經第一線	9:00 魔法小神童加旋III 9:30 棋盤王 10:00 偷心大聖P.S.男 10:50 型宅族 11:00 冒險王 12:00 金聲工房 12:30 Big Boys Club 1:00 灰姑娘的姐姐 2:00 花樣少年少女 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 銀河鐵道物語-無盡星塵 6:30 大食懶加菲貓 7:00 娛樂新聞報道 7:30 偷心大聖P.S.男 8:30 世界第一等 9:30 FAIRY TAIL魔導少年 10:00 火影忍者疾風傳 10:30 灰姑娘的姐姐	6:15 勁爆有"功" 6:29 亞洲早晨 8:45 把酒當歌 9:15 理財博客之即市錦囊 10:15 財經小學堂 10:45 iFi@tv 10:50 四季養生堂 12:20 識知天下 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 錯愛仍是愛 4:00 通識小學堂 4:30 超級英雄聯盟 5:00 水果寶貝 5:30 iSports@tv 5:45 左右紅藍線 5:50 天氣報告 6:00 六點鐘新聞 6:00 中國新聞報道 6:25 香港話 7:00 養生自有力 7:25 財經匯報 7:30 新聞及天氣報告 8:00 媽媽招牌案 9:30 Friends Friends Friends 9:30 六不信 10:30 夜間新聞 11:00 把酒當歌 11:25 把酒當歌 11:30 ATV焦點 11:45 經濟快訊 11:50 法網群英 12:30 李小龙傳奇 1:00 自然 1:25 文化報道 2:20 正印出頭天 3:30 我和殭屍有個約會 4:25 三個龍頭佬 5:20 新宋門鬥	6:00 中央電視台新聞-直播: 綜合新聞 6:15 學漢語 6:30 香港話 7:00 新聞早點-中國新聞報道 7:30 天地蒼蒼 8:00 尋找醫術新智慧 8:25 根踪香港 9:15 BabyTV 9:45 Music 120 11:40 中國新聞報道 12:00 中央電視台新聞-直播: 新聞一小時 1:00 今日話題 1:30 東方 2:00 Music 120 4:00 好奇小花貓 4:10 節目名稱待定 4:40 海綿寶寶 5:05 青春四人組 5:30 亞洲普通話新聞 5:48 經濟快訊 5:55 天氣報告 6:00 中國新聞報道 6:25 香港話 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 媽媽招牌案 9:30 Friends Friends Friends 9:30 六不信 11:00 夜間新聞 11:25 夜間經濟快訊 11:30 經典處境劇: Friends 11:45 爆笑大串燒 12:35 中國新聞報道 1:00 自然 1:25 文化報道 1:50 焦點報告 2:20 Music 120	6:00 天天飲食 6:10 焦點訪談 6:24 新聞聯播 7:00 新聞天下 8:34 生活早參考 9:07 第一動畫樂園 9:23 西遊記-續 10:15 西遊記-續 11:06 西遊記-續 12:00 中國新聞 12:35 今日說法 1:10 魔幻手機 2:03 魔幻手機 2:55 魔幻手機 3:47 第一動畫樂園 4:52 正大綜藝 5:00 新聞聯播 7:31 天氣預報 7:55 經濟新聞 8:00 前情提要《中國地》 8:06 中國地 9:00 中國地 10:00 晚間新聞 10:36 蓋世英雄方世玉 11:28 蓋世英雄方世玉 12:22 看見 12:59 動物世界 1:36 今日說法 2:06 正大綜藝 3:13 分秒必爭 4:03 精彩一刻 4:17 精彩一刻 4:28 生活早參考 4:58 今日說法 5:26 人與自然	9:00 快樂漢語 9:15 國寶檔案 10:00 中國新聞 10:12 漂亮女人 10:58 北京頤和園風光 11:00 中國新聞 11:10 國寶檔案 11:30 海峽兩岸 12:00 中國新聞 12:30 存根大天讀 1:20 快線雜誌 1:30 走遍中國 2:00 中國新聞 2:15 解放 2:45 解放 3:47 北京頤和園風光 3:48 香港影視歌曲 4:00 中國新聞 4:10 非常得意 4:40 香港影視歌曲 4:50 精彩一刻 5:00 中國新聞 5:15 遠方的家 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 幸福來臨門 8:00 走嚮中國 8:30 海峽兩岸 8:35 完全時尚手冊 8:55 名歌啟示錄 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:45 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 霧裡看花 12:58 北京頤和園風光 1:00 中國新聞 1:15 探索發現 2:00 新聞聯播 2:30 華人世界 2:50 快樂漢語	9:00 鳳凰大視野 9:35 地球宣言 9:40 鳳凰全球連線 10:05 傑出你的故事 10:55 時事開講 11:20 健康新概念 11:10 國寶檔案 12:00 鳳凰新聞特快 12:30 存根大天讀 1:20 騰騰二人行 1:25 騰騰中國 1:30 娛樂大風暴 2:05 音樂中國風 2:15 解放 3:01 解放 3:47 北京頤和園風光 3:48 香港影視歌曲 4:00 中國新聞 4:10 非常得意 4:40 香港影視歌曲 4:50 精彩一刻 5:00 中國新聞 5:15 遠方的家 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 幸福來臨門 8:00 走嚮中國 8:30 海峽兩岸 8:35 完全時尚手冊 8:55 名歌啟示錄 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:45 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 霧裡看花 12:58 北京頤和園風光 1:00 中國新聞 1:15 探索發現 2:00 新聞聯播 2:30 華人世界 2:50 快樂漢語	7:05 寄人 9:20 出祖天使 11:55 跟蹤 1:50 爆裂刑警 3:50 賭俠大戰拉斯維加斯 5:55 非常青春 8:05 熱血青年 10:00 熊貓回家路 11:50 殺破狼 1:45 戀愛通告 3:55 明日之記憶	6:00 北京國際桌球邀請賽 7:30 體育王 8:00 世界盃足球賽-科特布斯 9:00 台北保齡球賽 10:00 體育王 10:30 美國游泳錦標賽 11:30 北京國際桌球邀請賽-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 台北保齡球賽 3:30 世界盃足球賽-科特布斯 4:00 台北保齡球賽 5:00 體育王 5:30 世界職業乒乓球巡迴賽-德國公開賽 6:30 世界盃足球賽-科特布斯 7:30 台北保齡球賽 8:30 北京國際桌球邀請賽 10:00 體育王 10:30 世界盃足球賽-科特布斯 11:30 北京國際桌球邀請賽 1:00 體育王 1:30 台北保齡球賽 2:30 世界盃足球賽-科特布斯 3:00 體育王 4:00 足球達人 4:30 美國游泳錦標賽