

# 西貢半島的明珠

## 大浪灣



俯瞰大浪四灣，由近至遠依次是：西灣、鹹田灣、大灣和東灣。

大浪灣是香港一個大型海灣，位於新界西貢半島東部，連接南海，泛指大浪咀（長咀）及西灣山之間一帶水域，地圖上共顯示有七個灘，當中四個為沙灘，包括西面的西灣，東面的東灣，最大的大灣以及鹹田灣。四個海灣連同大浪灣北部的山峰蚺蛇尖，合稱為「一尖四灣」，更被譽為「香港四大奇景」之一。

這裡終年波瀾壯闊，因四季強風巨浪不絕，故名「大浪灣」，其中又以最長的大灣和鹹田灣最為聞名。大浪灣水清沙幼，群山環抱，海天相連，林木蔥鬱，被喻為「西貢半島的明珠」也不為過。而一尖四灣（一尖指蚺蛇尖）更是香港四大奇景之一。由於遠離人煙，大浪灣得以保持其獨特的自然風貌，是香港難得的世外桃源。

### 西貢大浪灣遠足徑

大浪灣遠足徑是一段非常體力化及適宜有豐富遠足經驗人士使用的山徑，沿途可欣賞西貢最美的山景及海灘。遠足徑由西灣亭作起點，起步往吹筒坳，中途可欣賞萬宜水庫景色。吹筒坳落西灣較為輕鬆，唯大部分路段均無樹蔭，在炎熱夏日之下需要小心防暑。到達西灣後，有多間士多可讓遊人休息一會。士多提供三文治、即食麵及炒

粉麵，飲品方面，還有自製的五花茶及酸梅湯。西灣往鹹田灣的路程並不遠，縱使烈日當空，也不需要一小時，越過沙灘後，便會見到鹹田灣地標——一條殘舊的木橋，經過木橋，又是補給地點。

### 四個海灣四種風景

大浪灣雖然灣多，但絲毫不會給人重複厭倦之感，四個海灣風景各異，都擁有屬於自己的特色。西灣又稱大浪西灣，在四灣中最高，曾於06年的「香港十大勝景選舉」中被選為香港第一受歡迎的郊野景點。鹹田灣的沙灘上有溪澗將沙灘隔開，上面架了簡陋的木橋，是鹹田灣的地標。大灣是四灣當中海岸線最長的沙灘，最適合衝浪。而東灣則是四灣中最小的海灣，但由於人跡較少，因而十分寧靜，是觀星露營的理想去處。



簡陋的木橋是鹹田灣的地標



夕陽西下的大浪灣



夕陽西下的大浪灣



大浪灣擁有可以媲美世界頂級沙灘的風景



空中俯瞰鹹田灣和大灣

## 第1425 旅行資訊

### 遠足線

#### 長征旅行隊

4月8日「田尾黃石」早8時30分，北潭涌海下路口集合，田尾山，螺地墩鹿湖高原，水源地休，午後東心其，黃石碼頭啟隊，山行8小時，量力參加。

查詢：2634 0243 封德梅

### 綜合線

#### 獵影遊

本會4月活動通訊已免費公開索取(港島名峰地球之友松栢Overlander野外用品、九龍三軍香山學社香港攀山中心大自然領峰、新界雄峰欣悅坊坊山站等)。或附回郵貼\$1.4郵票函寄馬鞍山郵政信箱79號收。民俗民情「新界鄧族祭祖」4日(周三清明)須上山。史蹟賞遊「重遊沙嶺墓地尋史蹟」。6日(周五)須上山。探遊十八區考動計劃「灣仔區皇家海軍電台界石」8日(周日)上午，屬報名收費活動，送紀念章。下午小組導賞活動，參與由天主教研究中心舉辦「體驗太古樓——考察導賞團」。小組民俗活動9日(周一復活節)。以上集合時間地點電聯，歡迎會員友好參加。

查詢：7551 3804 郭志標  
網址：http://www.photohiking.com

#### 珊瑚海渡輪服務 歡迎自由行參加

三家村(鯉魚門)——東龍島。乘雙層客船，經鯉魚門往清水灣半島對岸之南佛堂東龍島(又名東龍洲)。該島面積2.42平方公里，除了是攀石、露營、燒烤、觀星象、欣賞日出日落及拾螺垂釣的好去處外，也是探索古蹟的尋幽勝地。島上著名的炮台遺址，以及列為法定古蹟的「東龍石刻」，均值得細看。沿途可觀驚濤拍岸，一睹噴水奇岩，大開眼界。接續往飛機坪，遠眺西貢諸島和香港最南端的島嶼蒲台島，飽覽海上無限風光。

逢星期六、日及公眾假期開航，來回船費\$36

港鐵油塘站A2出口，向左行約10分鐘，便到九龍鯉魚門三家村小輪碼頭  
查詢熱線：2513 1103

#### 友誼之旅會

\*全港首創單身會，飛越二十六載\*

歡迎正職男女(色情免問)  
6日復活節桂林四天團；15日歡樂綠聚宴；22日美食一天遊；29日下午茶敘。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

### 交通

可由西貢市中心乘坐29R村巴前往西灣亭(約25分鐘)。返回時可由赤徑碼頭乘街渡到黃石碼頭(約15分鐘)，再乘坐94巴士返回西貢市中心。

## 2012年4月3日 今日電視節目表 (星期二)

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
6:00 卡拉屋企 6:25 瞬間看地球 6:30 香港早晨 6:55 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 楊門女將 10:30 泡珠之夏 11:30 宣傳易 11:35 新聞提要 11:40 交易現場 11:45 掌上明珠 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 1:25 都市閒情 2:10 宣傳易 2:15 今日VIP及交易現場 2:50 皆大歡喜 3:50 東張西望 4:20 放學ICU 5:20 星光少女 5:50 財經新聞 5:55 西遊記及新聞檔案 6:30 六點半新聞報導 6:55 天氣報告 7:00 星期二檔案 7:30 東張西望 8:00 結·分@謊情式 8:30 盛世仁傑 9:30 當旺爸爸 10:30 靚人靚湯 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 12:00 今日財經 12:10 宣傳易/學警狙擊 1:25 今日VIP 1:55 無間音樂 2:55 粵語長片：呂布搶貂蟬	6:00 Bloomberg財經第一線 7:30 NBC世界新聞 8:00 普通話娛樂新聞報導 9:00 CCTV News - 直播 10:00 金融行情 10:30 交易現場 11:00 金融行情 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 交易現場 3:58 交易現場 4:00 彩色樂園 (II) 4:15 K姐Q&A 4:30 湯姆與謝利 (II) 5:00 小丸子 5:25 全球通話 (V) 6:00 普通話新聞/財經報導 6:20 普通話天氣報告 6:35 亞洲足球新天地 7:00 藝坊 7:30 七點半新聞報導 7:50 天氣報告 7:55 瞬間看地球 8:00 美食天下 (III) 8:30 靚太易做 (VIII) 9:30 波羅的海 10:30 環球金鐘連連 11:30 PS 港生活：港享受 11:35 財經透視 11:40 晚間新聞 11:55 瞬間看地球 12:00 P檔案 (II) 12:55 明珠檔案 1:25 世界足球之旅 1:50 美樂悠揚名畫集 2:00 Bloomberg財經第一線 5:00 台灣緯線衛星電視台新聞 5:30 中國新聞	9:00 愛情研究院 10:00 愛情睡醒了 11:00 冒險王 12:00 巨聲工房 12:30 Big Boys Club 1:00 成均館緝案 2:00 吉列合唱團 2:50 6噸數肌救隊 3:20 世界正美麗 4:15 無間音樂 5:15 巨聲工房 5:45 創意背後 6:25 百變小樓MAGIC咭 7:00 特備節目 7:30 娛樂新聞報導 8:30 世界那麼大 9:30 龍球 10:00 爆笑管家II 10:30 成均館緝案 11:30 Big Boys Club 12:00 巨聲工房	9:15 理財博客之即時錦囊 10:15 通識小學堂 10:45 iTV@x 10:50 縱橫四海 11:50 ATV 每日一歌 12:00 亞姐傾城 12:20 馬上全接觸 12:25 當年今日 12:30 十二點半新聞/經濟快訊/天氣報告 1:00 理財博客之投資多面睇 2:25 iTV@x 2:30 花酒當歌 3:00 左右紅藍線 3:05 我要做特首3 3:50 靚仔百人 4:00 通識小學堂 4:30 海綿寶寶 5:00 X 戰警 5:30 撒播天下 6:00 六點鐘新聞 6:40 經濟快訊 6:50 體育快訊 6:55 天氣報告 7:00 放馬過來 7:28 iTV@x 7:30 我要做特首3 8:00 撒播天下 8:30 靚仔百人 9:00 親密朋友 9:30 六合彩·復活節金多寶 9:35 風之國 9:55 當年今日 10:00 夜間新聞 10:40 經濟快訊 10:45 iTV焦點 10:55 馬上全接觸 11:30 把酒當歌 11:35 ATV每日一歌 11:50 賽爾亞洲一樂也 12:50 我要做特首3 1:20 撒播天下 1:50 靚仔百人 2:20 親密朋友	6:00 自然 6:30 文化報道 7:00 新聞早點-中央台新聞聯播 7:30 貝食新煮意 8:00 台灣好味道 8:25 尋找隱世寶術 9:15 Wiggles, The 9:45 Music 120 11:40 中國新聞報導 12:00 中央電視台新聞-直播: 新聞一小時 1:00 今日話語 1:30 東方 2:00 Music 120 4:00 反斗星 4:30 惡龍行班尼 5:00 青春四人組 5:30 亞視普通話新聞 5:48 經濟快訊 6:00 中國新聞報導 6:25 海客談 6:55 時事內幕追擊 7:25 財經透視 7:30 新聞及天氣報告 8:00 汽車情報 8:30 世界大歷史 9:00 窮兇極惡 10:00 奇風異俗III 11:00 夜間新聞 11:18 夜間經濟快訊 1:05 汽車情報 1:35 中央台新聞聯播 2:00 Music 120	9:26 鎖定美軍特使 10:17 鎖定美軍特使 11:08 鎖定美軍特使 11:55 一套導視 12:00 新聞30分 12:30 一套導視 12:35 今日說法 1:09 一套導視 1:13 被遺忘的女兒 2:02 一套導視 2:03 被遺忘的女兒 3:42 一套導視 2:54 被遺忘的女兒 4:32 一套導視 3:46 被遺忘的女兒 4:32 一套導視 4:39 第一動畫樂園 5:27 一套導視 5:32 第一動畫樂園 6:53 一套導視 6:56 一套導視 7:00 新聞聯播 7:00 新聞聯播 7:30 新聞聯播 7:53 一套導視 7:55 身邊的感動 8:00 前情提要《兒女情更長》 8:05 兒女情更長 8:53 一套導視 8:57 前情提要《兒女情更長》 9:02 兒女情更長 9:54 一套導視 10:00 晚間新聞 10:34 一套導視 10:40 我叫王土地 11:26 一套導視 11:33 我叫王土地 12:19 一套導視 12:26 動物世界 12:56 一套導視 1:01 國際藝壇 1:51 一套導視 1:53 今日說法 2:21 一套導視	9:00 遠方的家 9:45 快樂漢語 10:00 2012年中文國際頻道清明特 別節目 2 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 快樂驛站 1:30 走遍中國 2:00 中國新聞 2:15 2012年中文國際頻道清明特 別節目 3 3:45 張家界天門山風光 3:48 經典歌曲精選版 27 4:00 中國新聞 4:10 百家講壇 4:50 天天飲食 5:00 中國新聞 5:15 遠方的家 5:05 國語八分鐘 6:15 中國文藝 6:45 國寶檔案 7:00 中國新聞 7:15 民工 8:00 走遍中國 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 10:45 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 蓋世英雄方世玉 12:58 張家界天門山風光 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 快樂驛站 3:00 中國新聞 3:15 天涯共此時	9:00 鳳凰大視野 9:35 地宜宣言 9:40 鳳凰全球連線 10:05 說出你的故事 10:55 時事講談 11:20 健康新概念 11:25 鳳凰天下 12:00 鳳凰午間特快 12:25 鳳凰氣象站 12:30 有報天天讀 1:00 鑄鑄三人行 1:25 騰飛中國 1:30 鳳凰點點關注 1:55 娛樂大風暴 2:20 完全時尚手冊 2:40 鳳凰典藏劇場 3:30 名嘴談壇 3:35 鳳凰衛視 4:15 鳳凰點點關注 4:20 鳳凰大視野 5:05 國語八分鐘 6:15 中國文藝 6:25 鳳凰點點關注 7:00 中國新聞 7:15 民工 8:00 走遍中國 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 10:45 快樂漢語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 蓋世英雄方世玉 12:58 張家界天門山風光 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 快樂驛站 3:00 中國新聞 3:15 天涯共此時	6:45 東成西就 8:55 山水有相逢 10:50 整蠱專家 1:00 玉女添丁 2:50 賭城 4:40 九品芝麻官 6:55 最佳男朋友 8:45 風雲II 11:00 七年很癡 12:50 新龍之王 2:45 神奇俠侶 4:50 男歌女唱 10:30 體育王 11:00 中國女排聯賽(1) 北京對天津 12:00 鳳凰衛視體育台 1:00 體育王 1:30 韋伯盃足球賽 2:50 英格蘭超級足球聯賽 3:50 體育王 4:00 中國女排聯賽(1) 北京對天津 5:00 世界乒乓球錦標賽 8:00 歐洲標準舞錦標賽 9:00 中國女排聯賽(2) 浙江對恒大 10:00 體育王 10:30 世界飛鏢錦標賽 11:30 韋伯盃足球賽 12:50 體育王 1:00 中國女排聯賽(2) 浙江對恒大 2:00 體育王 2:15 歐洲聯賽冠軍盃 2:45 歐洲聯賽冠軍盃 半準決賽次回合 11:00 時事講談 12:56 一套導視 4:45 體育王 5:00 歐洲拉丁舞錦標賽