

嶂上是新界大埔區的一片草坪,位於西貢半島,石屋山、岩頭山和畫眉山之間,四周被西貢西郊野公園所包圍。嶂上四周連接多條路徑,包括麥理浩徑第三段、榕北走廊、嶂上郊遊徑,以及一些未命名的小徑等,其上有士多和漁農自然護理署的嶂上營地,有燒烤爐、枱、櫈和旱廁,因此每逢假期及遠足季節,都會十分熱鬧。

條條大路通嶂上



■嶂上一號營地



■由嶂上郊遊徑前往,沿途有清晰的路牌指引。



■每到周末或公眾假期,嶂上草坪總是遊人如織。

■由嶂上遙望榕樹澳。



登臨嶂上,從四方八面不下有十數條之多。由坪墩走上嶂上,最理想的起步點是在大網仔的石坑附近,由於大網仔的仁義路既長斜又行來乏味,倒不如循專車直入,到了盡頭停車場便是石坑村。下車後,由另外一條石屎路直入,經石坑圍、坪墩等村後,便到達坪墩圍,這裡原是一個T字路口,前方是往北潭涌的路向,右邊是往大墩和斬竹灣「烈士碑園」的方向,冷不提防左邊還有一條被雨水沖出來的石徑(此徑是沒有標記的),緩緩的引上山。那個山正是鼎鼎大名的雷打石山。

在還未到達雷打石山時,要有一段頗陡的山徑,橫過雷打石山腰後,不久便有一條隱藏在草叢中的斜下小路,直至榕北走廊交匯點為止。稍作休息後,循指引往該處的方向直登畫眉山(又名花苗山),經過兩座主要大山後,便會到達嶂上平原。嶂上是一個很理想的大休地點,「林記」士多在正常的假日通常都會在該處售賣一些簡單飲食,包括拿手的豆類製品,方便行旅。

登臨嶂上有多條線,那麼相對來說,若要離開嶂上,也同樣地有很多條路線,最傳統有東面的經坳門落天梯抵榕樹澳,沿引水道出水浪窩,南面再重踏畫眉山落榕北走廊出北潭涌或鯉魚湖。離開嶂上,主要還有兩條易行,和兩條較考驗骨力的路線。首先介紹兩條易行路線,其一是向東行約十五分鐘沿右邊小徑直落高塘便是,此線亦是眾多路線當中最短的一條。另外一條是按上述的路線直行下走約三十分鐘經黃竹壩落到猴塘溪附近,直出大灘,也是本文標題的路線。至於較考驗骨力的路線是:從嶂上緩登石屋山,或過坳門天梯口,落蛇石坳、南山洞出向沙澳;另一路線也是經石屋山落老虎騎石,直抵海下路,便可乘車返市區。



■前往嶂上有多種選擇,或沿平緩易行的郊遊徑,或攀登無名山野小,各有情逸。

交通 由西貢市巴士總站乘7號往海下專線小巴,在嶂上郊遊徑起步點下車。沿嶂上郊遊徑上行,沿途均設有指示牌,步行約1小時,便可抵達營地。

第1492期

旅行資訊

遠足線

長征旅行隊

7月28日「雙馬戲麒麟」,8時30分粉嶺聯和墟遊樂場集合,馬屎埔,梧桐河,得月樓,料望,馬草壩,古洞街市購物中心休,午後登麒麟山,蓮塘尾,大龍出上水散隊。山行約7小時,量力參加。

查詢: 9878 7146 封德梅

綜合線

獵影遊

旅訊:坊間近有旅行書刊出版:(一)香港中華書局出版《變遷中的香港郊野》,作者是旅行界前輩陳溢晃。(二)三聯書店出版《香港本土旅行八十載》,作者郭志標。書屬「細味香江系列」,分類:中國歷史專題。(三)萬里機構出版《香港廢墟導賞》,作者劉李林。全書共探索了香港25個作者心目中值得人們關注的廢墟,包括灣仔南固臺、薄扶林牛奶公司牧場、馬鞍山礦洞等。

會訊:史蹟賞遊「港南堤岸 遊名灣賞史蹟」27日(周六)與史蹟民俗探究會合辦。集合時間、地點電聯。行程包括黃竹坑新圍二級歷史建築、深水灣、淺水灣等。宜影宜遊,適宜會員友好參加。集思廣益「香港客家人風情」講座,8月2日(周五)晚7時半至9時半柯士甸道香港童軍中心11樓1107室舉行。資深研究員徐月清主講,須報名及現場收費30元以扣除租場開支。

查詢: 5402 0372 郭志標

網址: http://photohiking.com

星藝旅行團 華景三塘·鏡蓉連賞

(28號)晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發,首遊山不高、景開揚華景山莊叢林區,舒步流水連綿古道縱橫交錯,金山坳,仔徑徑全賞三塘美景,涼風送爽暑氣全消(午餐精選清心素宴)。續遊邊區沙頭角,候鳥天堂鹽灶下、拾豐田圍村舍、上禾坑法定古蹟「鏡蓉書室」孔子學說,另設金牌奶茶,美點茶敘。冷氣車隨團。每券\$160。△8月17/18日中珠聯遊,斗門海鮮,空中花園酒店休閒遊。

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,飛越二十七載 歡迎正職男女(色情免問)

7月28日海上燒烤釣墨魚樂。8月4日私房宴。8月10日餐舞會。8月18日離島美食團。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:九龍油麻地鴨打街33號雅達商業大廈21C室(紅茶館酒店對面),油麻地港鐵站C出口(文明里)

電話: 2771 3900 網址: http://marybeauty.com

2013年7月23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 花漾明星III 6:25 瞬間看地球 6:30 香港早晨 8:53 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 神醫俠侶 10:30 華麗明星賽 草蜢終極對決 11:30 宣傳易及新聞提要 11:35 交易現場 11:45 花漾世界花家姐 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 1:00 午間新聞 1:15 瞬間看地球 1:20 左右紅藍球 1:25 都市閒情 2:10 宣傳易 2:15 今日VIP 2:40 霎時感動 2:45 香港點心 3:50 我家3姊妹II 及 交易現場 4:20 放學ICU 5:20 寶石寵物IV 5:30 財經新聞 5:55 和味濃情 及 新聞檔案 6:30 六點半新聞報導 6:55 天氣報告 7:00 中評 7:30 張張西望 及 樓樓轉轉點一點 8:00 愛·回家 8:30 師父,明白了 9:30 網上雲南II 及 家添空間好簡單 10:30 千奇百趣玩FREE D 11:00 晚間新聞 11:35 新聞檔案 11:40 天氣報告 11:45 霎時感動 11:50 娛樂頭條 12:00 今日財經 12:10 宣傳易 12:15 潘心風暴 1:20 宣傳易 1:25 今日VIP 1:55 張西望	6:00 Bloomberg財經第一線 7:00 Bloomberg財經第一線 7:30 NBC世界新聞 9:00 CCTV News - 直播 10:00 金融行情 10:30 交易現場 11:32 金融行情 12:00 CCTV News - 直播 1:00 萬里活樂速遞 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 芝麻街 (XXXXIII) 5:00 反斗星一通 5:30 青年在野 (I) 6:50 普通話財經新聞 6:15 普通話財經報導 6:20 普通話財經報導 及 普通話新聞檔案 6:25 財經消息 6:35 亞洲足球新天地 7:00 藝坊 7:30 七點半新聞報導 7:55 天氣報告 7:55 新聞及天氣報告 8:00 芝麻街 (VI) 8:30 新紮伊人 9:30 網上雲南II 及 家添空間好簡單 10:30 千奇百趣玩FREE D 11:00 晚間新聞 11:35 新聞檔案 11:40 天氣報告 11:45 霎時感動 11:50 娛樂頭條 12:00 今日財經 12:10 宣傳易 12:15 潘心風暴 1:20 宣傳易 1:25 今日VIP 1:55 張西望	9:00 KERORO軍曹 VI 10:00 借用一下你的愛 11:00 冒險王 12:00 音樂工房 12:30 Big Boys Club 1:00 當王子遇上女軍官 2:00 智勝劇場 3:00 豪宅門 3:15 流行速遞 3:50 世界第一等 4:45 音樂工房 5:15 趣夜趣美味 5:45 豪宅門 5:55 麵包超人 6:25 機動戰士AGE 7:00 娛樂新聞報導 7:30 借用一下你的愛 8:00 芝麻街 (XXXXIII) 9:30 食勻全世界 10:00 翠星上的加爾岡緬亞 10:30 當王子遇上女軍官 11:30 Big Boys Club	6:00 把酒當歌 6:30 亞洲早晨 8:35 ATV焦點 8:45 國際財經視野 9:15 理財博客之即時錦囊 10:15 通識小學堂 10:45 iFi@tv 11:00 大內群英續集 12:00 ATV2013感動香港周人物推選 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 iFi@tv 2:30 把酒當歌 3:00 左右紅藍球 3:05 ATV2013感動香港周人物推選 3:20 ATV每日之歌 3:30 ATV粵語知音 4:00 通識小學堂 4:30 Thomas & Friends湯瑪士小火車 5:00 徵之進 5:30 徵播天下 / 當年今日 6:00 六點鐘新聞 6:35 ATV焦點 7:25 財經快訊 7:55 經濟快訊 7:00 天氣報告 7:05 ATV亞洲小姐競選25th亞洲百人II 7:30 iFi@tv 11:00 晚間新聞 8:30 徵播天下 9:00 點播 9:30 六合彩 9:35 懸塵 10:00 國際財經視野 / 當年今日 10:30 晚間新聞 10:55 ATV焦點 11:00 把酒當歌	6:00 Music 120 7:00 新聞早點 - 中國新聞報導 7:30 文化報道 8:00 奇風異俗 9:00 奇幻百寶箱 9:30 The Wiggles Show! 10:00 中央電視台新聞 - 直播: 綜合新聞 10:30 文化報道 11:00 綜合新聞 11:30 旅遊指南 12:00 自然 12:30 中國新聞報導 12:50 Music 120 3:00 齊唱齊跳馬蹄仔 3:30 神奇Pet Pet 4:00 我係阿發仔 4:30 精靈靈筆仔 5:00 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 中國新聞報導 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 焦點報告 8:30 大巴遊世界 9:00 健康美食大搜尋 10:00 回收先鋒 11:00 晚間新聞 11:20 健康美食大搜尋 12:00 中國新聞報導 12:50 大巴遊世界 1:20 汽車情報 1:50 中國八大名菜 2:50 Music 120	9:03 CCTV-1 時段專視 9:07 天天飲食 9:22 CCTV-1 時段專視 10:17 電視劇 新施公案 11:07 電視劇 新施公案 11:54 CCTV-1 時段專視 12:00 新聞30分 12:30 CCTV-1 時段專視 12:35 今日說法 1:10 CCTV-1 時段專視 1:13 電視劇 精忠岳飛 1:59 CCTV-1 時段專視 2:04 電視劇 精忠岳飛 2:34 電視劇 精忠岳飛 4:29 CCTV-1 時段專視 4:33 生活提示 4:41 第一動畫樂園 5:56 CCTV-1 時段專視 6:02 綜合頻道特別節目 2013士兵突擊 6:56 CCTV-1 時段專視 7:00 新聞聯播 7:32 天天飲食 7:40 焦點訪談 7:59 CCTV-1 時段專視 8:04 電視劇 前情提要《花木蘭傳奇》 8:08 電視劇 花木蘭傳奇 8:56 CCTV-1 時段專視 9:01 電視劇 前情提要 9:05 電視劇 花木蘭傳奇 9:56 CCTV-1 時段專視 10:00 晚間新聞 10:34 CCTV-1 時段專視 10:38 綜合頻道特別節目 搬瓦寧時間 11:32 CCTV-1 時段專視 11:38 "綜合頻道特別節目 爭奇鬥豔""蒙萊維回朝舞社""冠軍歌手爭霸賽聯歡盛典" 1:06 CCTV-1 時段專視	9:00 快樂漢語 9:15 電視劇 我和老媽一起嫁 10:00 中國新聞 10:10 中文國際時段專視 10:12 電視劇 我和老媽一起嫁 10:58 請您欣賞: 浙江普陀山風光 10:59 中文國際時段專視 11:00 中國新聞 11:10 國寶檔案 11:25 中文國際時段專視 11:30 中國新聞 1:00 百集大型系列片"客家人足跡行"*** 1:20 快樂驛站 1:30 走遍中國 2:00 中國新聞 2:10 中文國際時段專視 2:15 國寶檔案 3:00 電視劇 洪湖赤衛隊 3:45 中文國際時段專視 3:50 國寶檔案 4:40 快樂驛站 4:50 天天飲食 5:00 中國新聞 5:10 中文國際時段專視 5:15 完全時尚手冊 2:35 全球體壇全時空 3:00 資訊快遞 3:30 金曲點點 3:35 名歌金曲 3:40 風采風采 3:50 世界看中國 4:35 中文國際時段專視 4:40 快樂驛站 4:50 天天飲食 5:00 中國新聞 5:10 中文國際時段專視 5:15 完全時尚手冊 5:20 心相隨 5:25 有線天讀 6:15 中文藝文 6:45 國寶檔案 7:00 中國新聞 7:15 雙語劇場 江山 8:00 走遍中國 8:30 中國新聞 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:45 快樂共語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 中國文藝	9:00 鳳凰大視野 9:35 地球新聞 9:40 鳳凰全球連線 10:05 鳳凰你的故事 10:55 時事開講 11:20 健康新概念 11:25 鳳凰新聞 11:30 鳳凰新聞 1:00 鳳凰新聞 1:25 騰飛中國 1:50 鳳凰焦點關注 1:55 文明啟示錄 1:55 鳳凰大視野 2:15 完全時尚手冊 2:35 全球體壇全時空 3:00 資訊快遞 3:30 金曲點點 3:35 名歌金曲 3:40 風采風采 3:50 世界看中國 4:35 中文國際時段專視 4:40 快樂驛站 4:50 天天飲食 5:00 中國新聞 5:10 中文國際時段專視 5:15 完全時尚手冊 5:20 心相隨 5:25 有線天讀 6:15 中文藝文 6:45 國寶檔案 7:00 中國新聞 7:15 雙語劇場 江山 8:00 走遍中國 8:30 中國新聞 9:30 今日關注 10:00 天涯共此時 10:45 快樂共語 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家 12:11 中國文藝	6:05 絕世好賓 8:10 歲月神偷 10:30 霹靂先鋒 12:25 霹靂計劃 2:35 勇飛飛霸王花 4:35 玻璃樽 7:00 喜慶夜蒲 2 9:00 阿郎的故事 11:00 美麗密令 1:00 老虎出更 2:55 東京攻略 5:00 爛賭鬥門賭妻