港島徑上的明珠 龍虎山郊野公園

港島徑獲最新出版的Lonely Planet的1000 Ultimate Adventures選為全球最佳城市行山徑第10位。港島徑全長50公里，共分8段。以山頂纜車站作起點，向東面曲折延伸，橫跨5個郊野公園及港島所有水塘區，最後以大浪灣為終點。此徑有一明顯特色，就是山徑與市區相距不遠。行山人士可以一邊享受靜謐自然的風景，一邊欣賞繁華鬧市的風貌。今期綠野遊蹤帶大家遊玩的就是位於港島徑的龍虎山郊野公園。

■龍虎山郊野公園的龍虎亭

龍虎山郊野公園，為全港面積最小的郊野公園，位於港島西環對上的小山峰，約253米高，佔地約47公頃，覆蓋範圍為龍虎山和夏力道以北的西高山山腰，於1998年12月被劃為郊野公園。

松林炮台　尋幽探秘

龍虎山郊野公園的東面為扯旗山以克頓道為界；南接西高山以夏力道為界，沿夏力道向西走至盡頭，為龍虎山郊遊區2號場。內有座建於1938年間的西高山機槍堡，後來已改建為龍虎山觀景台，從觀景台上可俯瞰港島西陲的風貌。而西面和北面則以一條由水務署建造的引水道為界，引水道上面築有一條名為碧珊徑的小徑。香港大學部分建築群，亦座落在龍虎山東北部山腰部分。

由龍虎山夏力道尾公園郊遊場地為起點，龍虎山郊野公園共有兩個郊遊場地，其中一個觀景台建設於一座機槍碉堡上，是日戰時期歷史遺跡，在天朗氣清下，站在此處，可依照觀景台的介紹牌，細心欣賞牌內所介紹之景點，亦可清楚遠眺龍虎山郊野公園松林炮台範圍的一部分戰時遺跡。

松林炮台及堡壘等遺跡是園內最大特色，而附近的松林郊遊區，則設有涼亭、燒烤爐、晾衣架、茗茶設施及平台等，在平台上可遠眺青洲一帶的海港風光。松林炮台作防衛港島西之用，乃軍事歷史遺跡。獲保存於公園內的廢堡，設有說明牌簡介其歷史，供遊人參考。松林炮台乃建於1903年的軍事遺跡，與其他的海防炮台相比，松林炮台位處海拔307米的高地上，以地勢來說，實為全港炮台之冠。原來的炮床、指揮台及多座的掩蔽體，仍保存得相當完整。

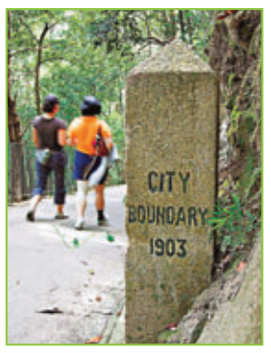
隨心而行　風景處處

沿夏力道尾公園盡頭小路落石級至中段，可遙望瑪麗醫院、數碼港及南丫島海景；落石級尾段有分叉路，左邊是港島徑，右面則是張保仔古道入口。張保仔古道是一條歷史悠久的山徑，現時很多行山人士，都喜歡沿港島徑第一段再接張保仔古道往龍虎山郊野公園。張保仔古道全長約3.5公里，走畢全程需時約一小時。

■龍虎山環境教育中心

■龍虎山「松林炮台」

張保仔古道位於高處，清新和潔淨的空氣助長了植物的生長，故路徑兩旁植物種類繁多，為野生雀鳥和昆蟲提供不少棲息地。行至古道中段，近西林佛堂可看見兩旁廟宇遺址，亦可聯想起早期晨運人士在龍虎山一帶所興建的設施。步行至另一段古道口，可發現涼亭附設的衣架位，及首次引進郊野公園的的茗茶配套設施，供晨運人士使用。沿石級落古道繼續沿平坦山徑而行，不久，由平路上石級，看見大手指標柱，便是張保仔古道一號涼亭段出口，而通往克頓道段的古道，因為山泥傾瀉，已於2000年中封閉。



■龍虎山郊野公園的克頓道路旁刻有「城市界石1903」的「維多利亞城」界石。

■朱肯啄花鳥 相片由漁護署提供

■大頭茶 相片由漁護署提供

■從龍虎山郊野公園遠眺

第1503期

旅行資訊

遠足線

長征旅行隊

10月13日「赤徑走牛頭角」晨8時30分西貢北潭凹起步，赤徑、北坑、鹿湖高湖、鯽魚湖、黃毛應、大環出西貢墟食肆大休，午後菠蘿輋、五聯達、基維爾、飛鵝山道、牛頭角散隊。全程8小時，量力參加。

晚9-11，電：28187786 葉永常

冬梅之友 寶馬跑落笪箕灣

10月13星期日早上8時45分長沙灣蘇屋邨巴士總站認旗集合，準9時正乘專車往寶馬山起步，首經晨運藪，涉水坑走金督馳馬徑，中午適當地點大休，休後穿越山徑順落笪箕灣散隊。交通費糧水自備。 **聯絡電話：何國雄 9229 0611**

綠合線

獵影遊

旅訊：環保團體「香港地球之友」於12月15日在香港仔郊野公園舉行「水樂行 — waterchallenge」，遠足競賽行山樂（活動前稱為飲水思源 — 東江行）。沿途欣賞眼前自然美景是戰後植樹造林和自然再生的結果，並體驗水資源的重要性，行程有一連串比賽及遊戲，結合了競技及體能元素，有豐富比賽獎品。截止報名11月29日。詳情查詢：www.foe.org.hk或致電31841502/25285588。

會訊：集思廣益「清水灣道香港三育書院」8日（周二）。「粵港澳歷史建築攝影大賽優勝作品展」9日（周三）。以上集合時間地點電聯。自然景觀「廣西北海瀾洲島火山國家地質公園」12日（周六）至15日（周二）四天，額滿，多謝支持！集思廣益「影遊情趣16年」講座，25日（周五）晚7時半至9時半，九龍童軍總會柯士甸道香港童軍中心11樓1101室，是本會成立16年誌慶活動，須報名及收費30元。

查詢：5402 0372 郭志標
網址：http://photohiking .com

星藝旅行團 赤望飛鵝港島遊

（13號）晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發。首往群峰疊翠飛鵝嶺（古稱赤望崗）漫步石磴古道、田園村舍大籃湖、鉸剪屋、田寮、界咸，途經之處樹綠林蔭、清泉匯集，賞攝牛尾島嶼美景連生（午宴精選東江河鮮佳餚），續遊華洋集處聖士提反灣，舒步波光帆影護航觀音、環龍園、關帝古廟尋覓神奇井與赤柱美利樓均入旅程。冷氣車隨團，每券$150。

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）

10月12日舌尖上的中國美食三天。10月17日生日會卡拉OK連自助餐。10月20日秋郊美食一天遊。10月27日交友燒烤樂。11月3日交友遠足樂。11月10日下午茶聚。11月24日廿八周年酒店聯歡自助餐晚會。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：九龍油麻地鴉打街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

今日電視節目表 2013年10月8日 (星期二)

（節目內容如有更改，以電視台臨時公佈為準。）

無綫翡翠台
6:00 都市方程式
6:25 瞬間看地球
6:30 香港早晨
8:55 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 倚天屠龍記
10:30 審死官
11:30 宣傳易 及 新聞提要
11:35 交易現場
11:45 陀槍師姐
12:40 宣傳易
12:45 交易現場
1:00 午間新聞/瞬間看地球
1:20 左右紅藍綠
1:25 都市閒情
2:10 宣傳易
2:15 今日VIP
2:40 霎時感動 及 交易現場
2:45 游劍江湖
3:50 旋風四驃王 及 交易現場
4:20 放學ICU
5:20 寶石寵物IV
5:50 財經新聞
5:55 同撈同煲 及 新聞檔案
6:30 六點半新聞報道
6:55 天氣報告
7:00 星期二檔案
7:30 東張西望 及 周轉要及時
8:00 愛．回家
8:30 巨輪
9:30 神鎗狙擊 及 理財有策
10:30 最佳女主角
11:00 晚間新聞/新聞檔案
11:40 天氣報告 及 瞬間看地球
11:45 霎時感動/娛樂頭條
12:00 今日財經
12:10 宣傳易
12:15 拳王/宣傳易
1:25 今日VIP/東張西望
2:25 無間音樂
3:25 粵語長片：假玉郎

無綫明珠台
6:00 Bloomberg財經第一線
7:30 NBC世界新聞
8:00 普通話娛樂新聞報道
9:00 教育電視
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
1:00 金融行情
2:00 交易現場
2:03 金融行情
3:58 交易現場
4:00 潮上小天地
4:30 小鎮「動」起來！
5:00 小王子
5:30 青年在野 (II)
6:00 普通話新聞/財經報道
6:20 普通話天氣報告 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 天使在人間
7:30 七點半新聞報道
7:50 天氣報告
7:55 瞬間看地球
8:00 食通街 (III)
8:30 新紮伊人
9:30 細看進化島
10:35 環球金融速遞
10:40 福爾摩斯新傳
11:35 PS 港生活．港享受
11:40 財經速遞
11:45 晚間新聞
12:00 瞬間看地球
12:05 俏特務
1:00 明珠檔案
1:30 世界足球狂熱
1:55 音樂熱點
2:00 Bloomberg財經第一線
5:00 台灣無綫衛星電視台新聞
5:30 中國新聞

J2數碼頻道
9:00 自由發揮旅行團
10:00 兩個爸爸
11:00 冒險王
11:55 讀上癮
12:00 姊妹淘
12:30 Big Boys Club
1:00 善良的男人
2:00 狙魔人VI
3:00 藝宅門
3:15 流行速遞
3:50 世界正美麗
4:45 越夜越美味
5:15 姊妹淘
5:45 藝宅門
5:55 忍者小靈精
6:25 向銀河開球
7:00 娛樂新聞報道
7:30 兩個爸爸
8:30 世界那麼大
9:30 食勻全世界
10:00 姊妹淘
10:30 善良的男人

亞視本港台
9:15 理財博客之即市錦囊
10:15 通識小學堂
10:45 iFit@tv
10:50 ATV每日一歌
11:00 我來自潮州
11:55 碧桂園．十里銀灘 微電影
12:05 ATV2013感動香港周人物推選
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 iFit@tv
2:30 把酒當歌
3:00 左右紅藍綠
3:05 ATV2013感動香港周人物推選
3:20 ATV每日一歌
3:30 林家聲戲寶承傳系列
4:00 通識小學堂
4:30 Tomica Hero搜救戰隊
5:00 爆球HIT！轟烈彈珠人
5:30 星動亞洲 / 當年今日
6:00 六點鐘新聞
6:35 經濟快訊
6:45 體育快訊
6:50 天氣報告
6:55 左右紅藍綠
7:00 天下父母心 - 與孩同行 / iFit@tv
7:30 亞洲政策組-港人不能治港?
8:00 星動亞洲
8:30 婆婆來了
9:00 秦直道
9:30 六合彩
9:35 秦直道
10:00 國際財經視野 / 當年今日
10:30 夜間新聞
10:55 ATV焦點 / 馬上全接觸
11:00 把酒當歌
11:40 ATV2013感動香港週人物推選
11:55 膽識過人
1:15 ATV每日一歌
1:25 亞洲政策組-港人不能治港?
1:55 星動亞洲

亞視國際台
6:00 Music 120
7:00 新聞早點 -中國新聞報道
7:30 文化報道
8:00 觸不到的遺產
9:00 瘋狂馬特
9:30 童話王國
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 中國新聞報道
12:50 Music 120
3:00 教育電視
4:00 我係阿發仔
4:30 奇幻尋寶記
5:00 動物通通識
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 焦點報告
8:30 無悔追夢人
9:00 缺失的百萬
10:00 鄉關何處是 - 世界公民
11:00 夜間新聞
11:20 賽馬預測
12:50 中國新聞報道
1:20 焦點報告
1:50 鄉關何處是 - 世界公民
2:50 Music 120

中央電視台-1 (數碼頻道)
6:00 朝聞天下
8:33 生活早參考
9:07 天天飲食
9:27 神秘人質
10:17 神秘人質
11:07 神秘人質
12:00 新聞30分
12:35 今日說法
1:13 天涯赤子心
2:07 天涯赤子心
2:58 天涯赤子心
3:47 天涯赤子心
4:36 生活提示
4:47 第一動畫樂園
7:00 新聞聯播
7:31 天氣預報
7:38 焦點訪談
8:04 前情提要《大秦帝國之縱橫》
8:08 大秦帝國之縱橫
9:01 前情提要《大秦帝國之縱橫》
9:05 大秦帝國之縱橫
10:00 晚間新聞
10:37 開講啦
12:29 中國漢字聽寫大會
2:09 動物世界
2:43 尋寶
3:36 開講啦
4:31 今日說法
4:59 新聞聯播
5:29 人與自然

無綫劇集台
9:00 我可能不會愛你
10:00 拜托機長
11:05 美人罷湯
12:00 女管家三田
1:00 我可能不會愛你
2:00 美人罷湯
2:45 拜托機長
4:00 女管家三田
5:00 粉愛粉愛你
5:45 拜托機長
7:00 美人罷湯
8:00 女管家三田
9:00 粉愛粉愛你
9:45 拜托機長
11:00 女管家三田
12:00 美人罷湯
1:00 拜托機長
2:15 粉愛粉愛你

有線電影1台
6:00 滅門
8:00 辣手神探
10:40 九品芝麻官
12:50 高度戒備
2:50 賭神
5:25 豪情蓋天
7:30 痴情快婿
9:30 新戀愛世紀
11:30 富貴吉祥
1:20 回魂夜
3:00 談談情說說性
4:45 寶島雙雄

有線體育台
6:00 體育王
6:30 韋伯盃保齡球賽
8:00 協會盃網球賽決賽 捷克對 塞爾維亞
10:00 體育王
10:30 韋伯盃保齡球賽
12:00 體育王
12:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站
2:00 體育王
2:30 韋伯盃保齡球賽
4:00 體育王
4:30 協會盃網球賽決賽 捷克對 塞爾維亞
6:30 體育王
7:00 韋伯盃保齡球賽
8:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站
10:00 體育王
10:30 韋伯盃保齡球賽
12:00 體育王
12:30 協會盃網球賽決賽 捷克對 塞爾維亞
2:30 體育王
3:00 韋伯盃保齡球賽
4:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站