

亞洲最佳市區遠足徑

# 龍脊



由土地灣起點上山, 遙望大潭灣。

**龍脊**遠足徑坐落於港島東, 遠觀恰似龍背, 因此而得名。這裡曾被《時代周刊》(亞洲版) 選為亞洲最佳市區遠足徑, 方便易達, 沿途上可以欣賞南中國海、石澳、大浪灣、赤柱及大潭一帶的壯麗景色。

龍脊遠足徑是港島徑第八段也是最後一段, 由土地灣開始直至大浪灣, 全程8.5公里, 總行程約2.5小時, 行走難度在港島徑中屬較難, 但總體仍算輕鬆。

龍脊是指打欄坳頂山至雲枕山之間的一段山路, 在此山路中間海拔約284米的位置設有觀景台, 360度全方位飽覽美景。此外, 山頂平地處還設有一個三角測量站, 標高指示牌以及由觀景台望出四周的地域指示圖供遊人參考。

走下觀景台, 接著深入樹林之間, 山溪處處, 寧靜的環境與先前壯麗的景色截然不同。於馬塘坳往大浪灣, 遠觀澎湃的海岸, 細賞醉人的景致, 實在令人心曠神怡。



遠足徑以及港島徑的終點——大浪灣



龍脊是滑翔傘愛好者的樂園



龍脊遠足徑是港島徑的最後一段



回望打欄坳山頂

遙望石澳泳灘以及高爾夫球場

# DRAGON'S BACK

交通: 於港鐵港島綫筲箕灣站乘9號巴士前往土地灣下車。

## 第1507期 旅行資訊

### 遠足線

#### 長征旅行隊

11月10日「深井白虎」8時30分深井街市集合起步, 引水道尾登山下藍獄, 主孺, 白石坑水源大休, 午後九時訊號背過老虎坑礦場背出藍地散隊。山行約7小時, 量力參加。

查詢: 9878 7146封德海

### 冬梅之友

11月10日小組活動, 大隊暫停。

聯絡電話: 何國雄 9229 0611

### 綜合線

#### 獵影遊

旅訊: 漁護署與香港旅遊發展局合辦「香港郊野全接觸」之「山頂廣場至薄扶林水塘」10日(周日) 集合在山頂廣場, 起步時間下午十二時半, 啟動禮於中午十二時正舉行。活動即場登記, 參加者在活動當日出示於網頁(www.natureintouch.gov.hk) 下載的電子券可獲精美禮品一份。數量有限, 先到先得。

會訊: 本會十一月活動通訊經已免費派發(九龍三軍大嶺山香山學社、港島名峰松栢Overlander、新界行山站雄峰等) 或附回郵信封連\$1.7郵票寄馬鞍山郵政信箱79號索閱。探遊十八區「南區石澳大浪灣」。9日(周六) 早上行經石澳豪宅區、大浪灣村。下午自由出席講座。鄉村探遊「企嶺下鄉村群」10日(周日), 近賞三杯酒和烏洲風光, 西貢返。以上活動集合時間地點電聯。適宜會員友好參加。「珠江三角洲炮樓群」26日(周二) 即日來回。

查詢: 5402 0372 郭志標

網址: http://photohiking.com

#### 星藝旅行團「觀龍」古蹟遊

(10號) 晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發。行程包括大埔坳四色林徑自然保護區、舒步密林蓋天, 溪流交錯荔枝山深谷環迴, 賞時花吐艷, 細聽雀鳥傳聲可洗盡煩囂(午餐享用別具風味鮮魚豬骨鍋) 續遊邊區沙頭角, 「觀龍」五圍六村訪古、賞遊法定古蹟乾隆年、巍峨圍牆、鐵門、更樓、道光年善述書室、置身其中恍進時光隧道。冷氣車隨團每券\$150。

△英記茶莊周年酬賓代售暫停。

請電查詢留位: 2673 7941、6417 0168。△16-17嶺南之最南粵苑, 美景美食精選遊。

#### 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

\*飛越二十七載, 歡迎正職男女(色情免問)\*

11月10日下午茶敘。11月17日交友燒烤。11月24日廿八周年酒店聯歡自助餐晚會(請早報名, 名額有限)。12月1日遠足團。逢三社交舞班, 逢四卡拉OK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: 九龍油麻地彌打街33號雅達商業大廈21C室(紅茶館酒店對面), 油麻地地鐵站C出口(文明里)

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

## 2013年11月5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><b>無線翡翠台</b></p> <p>6:00 都市方程式<br/>6:25 瞬間看地球<br/>6:30 香港早晨<br/>8:55 瞬間看地球<br/>9:00 交易現場<br/>9:45 金曲挑戰站<br/>9:50 快樂長門人<br/>10:00 倚天屠龍記<br/>10:30 美人心計<br/>11:30 宣傳易及新聞提要<br/>11:35 交易現場<br/>11:45 西關大少<br/>12:40 宣傳易<br/>12:45 交易現場<br/>1:00 午間新聞<br/>1:15 瞬間看地球<br/>1:20 左右紅藍線<br/>1:25 都市閒情<br/>2:10 宣傳易<br/>2:15 今日VIP及交易現場<br/>2:45 游劍江湖<br/>3:50 旋風四驅王及交易現場<br/>4:20 放學ICU<br/>5:20 寶石寵物IV<br/>5:50 財經新聞<br/>5:55 同榜同樂及新聞檔案<br/>6:30 六點半新聞報道<br/>6:55 新聞一檔案及<br/>7:00 星期二檔案及<br/>7:55 凝視社會新活力<br/>7:30 東張西望<br/>8:00 愛·回家<br/>8:30 On Call 36小時 II<br/>9:30 法外風雲及<br/>推廣香港 連繫商機<br/>10:30 最佳女主角<br/>11:00 晚間新聞/新聞檔案<br/>11:40 天氣報告及<br/>11:45 今日財經<br/>11:55 FIFA 世少盃2013準決賽<br/>瑞典對尼利利亞<br/>2:00 宣傳易/東張西望<br/>2:40 無間音樂<br/>3:40 民間傳奇: 香羅帶</p> | <p><b>無線明珠台</b></p> <p>6:00 Bloomberg財經第一線<br/>7:00 Bloomberg財經第一線<br/>7:30 NBC世界新聞<br/>8:00 普通話娛樂新聞報道<br/>9:00 教育電視<br/>10:00 金融行情<br/>10:30 交易現場<br/>11:00 金融行情<br/>11:30 交易現場<br/>11:32 金融行情<br/>12:00 CCTV News - 直播<br/>1:00 金融行情<br/>2:00 交易現場<br/>2:03 金融行情<br/>3:58 交易現場<br/>4:00 阿積係你大<br/>4:30 小鎮「動」起來!<br/>5:00 馬達加斯加的企鵝 III<br/>6:00 普通話新聞<br/>6:15 普通話財經報道<br/>6:20 普通話天氣報告及<br/>普通話新聞檔案<br/>6:25 財經消息<br/>6:35 亞洲足球新天地<br/>7:00 藝壇<br/>7:30 六點半新聞報道<br/>7:50 天氣報告<br/>7:55 瞬間看地球<br/>8:00 食通街 III<br/>8:30 FIFA 世少盃 2013 準決賽<br/>11:00 環球金融速遞<br/>11:05 PS 港生活 - 港享受<br/>11:10 晚間新聞<br/>11:25 瞬間看地球<br/>11:30 FIFA 世少盃 2013 準決賽<br/>2:00 Bloomberg財經第一線<br/>5:00 台灣無線衛星電視台新聞<br/>5:30 中國新聞</p> | <p><b>J2數碼頻道</b></p> <p>9:00 星星寵物家<br/>10:00 兩個爸爸<br/>11:00 冒險王<br/>11:55 讀上癮<br/>12:00 姊妹淘<br/>12:30 Big Boys Club<br/>1:00 戰場之神<br/>2:00 狙魔人VII<br/>3:00 藝宅門<br/>3:15 流行連環<br/>3:50 世界正美嘢<br/>4:45 越夜越美味<br/>5:15 姊妹淘<br/>5:45 藝宅門<br/>5:55 忍者小靈精<br/>6:25 向銀河開炮<br/>7:00 娛樂新聞報道<br/>7:30 兩個爸爸<br/>8:30 世界那麼大<br/>9:30 食勾勾全世界<br/>10:00 姊妹淘<br/>10:30 戰場之神</p> <p><b>無線劇集台</b></p> <p>8:00 白色榮光3<br/>9:00 粉愛粉愛你<br/>10:00 49日<br/>11:05 金大花的華麗冒險<br/>12:00 白色榮光3<br/>1:00 粉愛粉愛你<br/>2:00 金大花的華麗冒險<br/>2:45 49日<br/>4:00 白色榮光3<br/>5:00 粉愛粉愛你<br/>5:45 49日<br/>7:00 金大花的華麗冒險<br/>8:00 白色榮光3<br/>9:00 粉愛粉愛你<br/>9:45 49日<br/>11:00 白色榮光3<br/>12:00 金大花的華麗冒險<br/>1:00 49日</p> | <p><b>亞視本港台</b></p> <p>9:15 理財博客之即市錦囊<br/>10:15 通識小學堂<br/>10:45 iFun@tv<br/>10:50 ATV每日之歌<br/>11:00 我來自潮州 / 詠春開班<br/>12:20 馬上全接觸<br/>12:25 當年今日<br/>12:30 十二點半新聞/經濟快訊/<br/>天氣報告<br/>1:00 理財博客之投資多面睇<br/>2:25 iFun@tv<br/>2:30 把酒當歌<br/>3:00 左右紅藍線<br/>3:05 亞洲政策組 - 港人不能治港?<br/>3:30 林家聲戲寶承傳系列<br/>4:00 通識小學堂<br/>4:30 Tomica Hero 拯救戰隊<br/>5:00 耀球HIT! 轟烈彈珠人<br/>5:30 ATV 2013感動香港/當年今日<br/>6:00 六點鐘新聞<br/>6:35 ATV焦點<br/>6:45 經濟快訊<br/>6:50 體育快訊<br/>6:55 天氣報告<br/>7:00 天下父母心 - 與孩同行/<br/>iFun@tv<br/>7:30 亞洲政策組 - 港人不能治港?<br/>8:00 ATV 2013感動香港<br/>8:30 婆婆來了 /<br/>ATV 2013亞洲先生競選預告<br/>9:00 詠春開班 / 詠春傳奇<br/>9:30 六合彩<br/>9:35 詠春傳奇<br/>10:00 國際財經視野 / 當年今日<br/>10:30 夜間新聞<br/>10:55 ATV焦點 / 馬上全接觸<br/>11:10 把酒當歌<br/>11:40 ATV每日之歌<br/>11:50 聰慧過人<br/>1:10 惡雨之聲<br/>1:35 ATV 2013感動香港<br/>2:05 ATV每日之歌<br/>2:15 國際財經視野<br/>2:45 把酒當歌</p> | <p><b>亞視國際台</b></p> <p>6:00 Music 120<br/>7:00 新聞早點 - 中國新聞報道<br/>7:30 文化報道<br/>8:00 "愛"的設計<br/>8:00 瘋狂馬特<br/>9:30 消防員阿森<br/>10:00 賽馬直擊 - 爾本盃賽馬日/<br/>蘭城賽馬日<br/>12:30 中國新聞報道<br/>12:50 賽馬直擊 - 爾本盃賽馬日/<br/>蘭城賽馬日<br/>2:30 自然<br/>3:00 教育電視<br/>4:00 我係阿發仔<br/>4:30 奇幻尋寶記<br/>5:00 動物通識<br/>5:30 亞洲普通話新聞<br/>5:48 經濟快訊<br/>5:55 天氣報告<br/>6:00 中國新聞報道<br/>6:25 海客談<br/>6:55 時事內幕追擊<br/>7:25 財經匯報<br/>7:30 新聞及天氣報告<br/>8:00 焦點報告<br/>8:30 無拘無束<br/>9:00 萬中無一<br/>10:00 絕頂之峰<br/>11:00 夜間新聞<br/>11:30 賽馬預測<br/>12:50 中國新聞報道<br/>1:20 焦點報告<br/>1:50 絕頂之峰<br/>2:50 Music 120</p> | <p><b>中央電視台-1 (數碼頻道)</b></p> <p>6:00 朝聞天下<br/>8:33 生活早參考<br/>9:07 天天飲食<br/>9:27 打狗棍<br/>10:17 打狗棍<br/>11:07 打狗棍<br/>12:00 新聞30分<br/>12:35 今日說法<br/>2:04 大劇場 家有公婆<br/>2:54 大劇場 家有公婆<br/>3:45 大劇場 家有公婆<br/>4:30 請您欣賞<br/>4:36 生活提示<br/>4:47 第一動畫樂園<br/>7:00 新聞聯播<br/>7:31 天氣預報<br/>7:39 焦點訪談<br/>8:04 前情提要《陳雲》<br/>8:08 陳雲<br/>9:01 前情提要《陳雲》<br/>9:05 陳雲<br/>10:00 晚間新聞<br/>10:32 薛平貴與王寶釵<br/>11:19 薛平貴與王寶釵<br/>12:07 薛平貴與王寶釵<br/>12:56 開講啦<br/>1:38 動物世界<br/>2:10 生活早參考<br/>2:42 尋寶<br/>3:34 請您欣賞<br/>3:36 開講啦<br/>4:31 今日說法<br/>4:59 新聞聯播<br/>5:29 人與自然</p> | <p><b>中央電視台 (國際頻道)</b></p> <p>9:00 快樂漢語<br/>9:15 別問我是誰<br/>10:00 中國新聞<br/>10:12 別問我是誰<br/>10:58 黃龍、牟尼溝<br/>11:00 中國新聞<br/>11:10 國寶檔案<br/>11:20 健康概念<br/>11:30 海峽兩岸<br/>12:30 中國新聞<br/>1:20 中國古樹<br/>1:30 走進中國<br/>2:00 中國新聞<br/>2:15 特殊手奪<br/>3:00 特殊手奪<br/>3:45 黃龍、牟尼溝<br/>3:47 中國古樹<br/>4:00 中國新聞<br/>4:10 客家人足跡<br/>4:30 客家足跡行<br/>4:35 天天飲食<br/>3:40 鳳凰衛視<br/>4:15 世界看中國<br/>5:00 中國新聞<br/>5:15 遠方的家<br/>5:25 有報天天讀<br/>5:55 健康新概念<br/>6:00 鳳凰大風暴<br/>6:20 文明啟示錄<br/>6:25 全球體全時空<br/>7:00 完全時尚手冊<br/>7:20 今日亞洲<br/>7:25 鳳凰天下<br/>7:50 今日視點<br/>7:55 鳳凰同行<br/>8:00 中國新聞<br/>8:30 騰飛中國<br/>8:35 鳳凰衛視關注<br/>8:55 華人世界<br/>9:00 時事直通車</p> | <p><b>鳳凰衛視中文台</b></p> <p>9:00 鳳凰大視野<br/>9:35 地球宣言<br/>9:40 鳳凰全球連線<br/>10:05 魯豫有約: 說出你的故事<br/>10:55 時事開講<br/>11:20 健康概念<br/>11:30 鳳凰午間特快<br/>12:25 鳳凰氣象站<br/>12:50 有報天天讀<br/>12:55 今日視點<br/>1:00 國寶檔案<br/>1:50 文明啟示錄<br/>1:55 娛樂大風暴<br/>2:15 完全時尚手冊<br/>2:35 全球體全時空<br/>3:00 鳳凰點關注<br/>3:30 鳳凰點關注<br/>3:35 中國古樹<br/>3:40 中國新聞<br/>4:15 世界看中國<br/>4:20 鳳凰大視野<br/>5:00 中國新聞<br/>5:05 金曲點播<br/>5:10 國寶檔案<br/>5:20 心相隨<br/>5:25 有報天天讀<br/>5:55 健康新概念<br/>6:00 鳳凰大風暴<br/>6:20 文明啟示錄<br/>6:25 全球體全時空<br/>7:00 完全時尚手冊<br/>7:20 今日亞洲<br/>7:25 鳳凰天下<br/>7:50 今日視點<br/>7:55 鳳凰同行<br/>8:00 中國新聞<br/>8:30 騰飛中國<br/>8:35 鳳凰衛視關注<br/>8:55 華人世界<br/>9:00 時事直通車</p> | <p><b>有線電影1台</b></p> <p>6:30 電影鴨<br/>8:10 錦繡前程<br/>10:20 生化危機<br/>12:15 赤壁<br/>3:10 大海<br/>5:35 殺手之王<br/>7:40 赤龍之王<br/>9:30 赤壁II 決戰天下<br/>12:25 西遊記大結局之<br/>仙履奇緣<br/>2:35 偉哥的故事<br/>4:10 甜絲絲</p> <p><b>有線體育台</b></p> <p>6:00 體育王<br/>6:30 韋伯盃保齡球賽<br/>8:00 協會盃網球賽決賽 捷克<br/>對 塞爾維亞<br/>10:00 體育王<br/>10:30 韋伯盃保齡球賽<br/>12:00 體育王<br/>12:30 世界盃短池游泳賽 -<br/>杜拜站<br/>2:00 體育王<br/>2:30 韋伯盃保齡球賽<br/>4:00 體育王<br/>4:30 協會盃網球賽決賽 捷克<br/>對 塞爾維亞<br/>6:00 體育王<br/>7:00 韋伯盃保齡球賽<br/>8:30 世界盃短池游泳賽 -<br/>杜拜站<br/>10:00 體育王<br/>10:30 韋伯盃保齡球賽<br/>12:00 體育王<br/>12:30 協會盃網球賽決賽 捷克<br/>對 塞爾維亞<br/>2:30 體育王<br/>3:00 韋伯盃保齡球賽<br/>4:30 世界盃短池游泳賽 -<br/>杜拜站</p> |
|---|--|--|--|--|---|---|--|--|