

海風徐徐 登遊龍脊



龍脊，指的是位於打爛埗頂山至雲枕山之間的一條美麗的山脊徒步道。它橫跨嶺咀半島，途中山巒綿延，起伏有致，從遠處望去，猶如一條露出脊樑、盤臥於山頂的飛龍一樣，因此名為龍脊。雖同處於香港，龍脊不像麥理浩徑、衛奕信徑和鳳凰徑三條遠足徑那樣有難度。龍脊位處於港島徑的最後一段，龍脊屬於非常容易行走的線路，而風景又是此徑的精華路段。特別是對於時間有限的旅友而言，其風景、攀登難度以及交通配套設施均是上選。

登遊龍脊，有許多路線，最便捷的一條是由土地灣上攀。乘坐9號巴士於土地灣下車，便可看見港島徑的地圖資料牌。沿徑而上，路線清晰明確。上至分岔處的涼亭，右轉登山。山上視野開闊，植被好過許多遠足徑，春夏時節尤為青翠茂密。山脊兩面均是大海，與湛藍天空形成呼應。山上

設有觀景平台及木椅，供遊人休憩賞景。遊人可先後將石澳、大頭洲、白筆山及大浪灣的景致盡覽無遺。雖然這時節海風還有些大，但風光旖旎，頓覺神清氣爽。

動態龍脊
沿着龍脊走，途經一個地勢較高的小山坳，這裡藏有一個小平原，那便是龍脊大受歡迎的另一個原因——放風箏及玩滑翔傘勝地。每到夏天，這裡便是滑翔傘愛好者的天堂，色彩斑斕的滑翔傘亦成為怡人美景的一部分，為徒步者駐足的另一個理由。若真想真正遊天際，您也可以向專業人士指導下挑戰自我，一試膽量。於山頂飽覽過美景之後，您可選擇下行至石澳泳灘——這是一片繁華背後的浪漫天堂，享受日光浴；亦或到大浪灣茶座，在海風吹拂下吃一碗餐蛋麵結東行程，完美周末不過如此。

港島徑南北伸展的山脊，看來就像一條巨龍俯伏着，故稱龍脊。相片由漁護署提供



山脊上植被茂密，好過香港許多遠足徑。相片由漁護署提供



位於龍脊腳下的石澳海灘是又一個繁華背後的浪漫天堂。



色彩斑斕的滑翔傘已成為龍脊的一道獨特風景線。

旅行資訊

遠足線

冬梅之友「首席勝景大浪西」

4月26日星期日早上9時正西貢巴士總站近紙船廣場附近認旗集合，準9時15分集資乘的士往吹筒坳起步，即西灣亭順落大浪西灣過鹹田灣緩登大浪坳，此路徑風景優美，落赤徑上北潭坳散隊。中午適當地點大休，交通糧水自備。

聯絡電話：9229 0611 何國雄

綜合線

獵影遊

旅訊：(一) 香港歷史博物館(前身為香港博物館)成立四十年，特別舉辦「藏品的故事」展覽，透過四十組精選藏品，加深觀眾對博物館工作的認識，並鼓勵公眾人士向博物館捐贈文物，以配合即將開展的「香港故事」展覽全面更新工程，展期至5月6日。

(二) 香港中文大學利黃瑤壁樓四號演講廳於4月25日(周六)下午3時至5時舉行「19世紀灣仔的天主教人物」講座，講者夏其龍神父、張琬梅女士。自由入座。

會訊：古道行樂「西貢大龍古道」26日(周日)行經蠔涌水口，大腦上洋廢村，接水牛古道，於石芽背落大峰，黃泥頭散。全程約四小時半，適宜會員友好攜伴參加，集合時間地點電聯。(按：不生火、不吸煙。請參加者保持緩行觀賞，發揮守望相助精神。)

查詢：5402 0372 郭志標
網址：http://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 \$45，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
網址：www.coralseaferry.com.hk

友誼之旅會

*飛越二十九載，歡迎正職男女(色情免問，只供會員參加)
4月26日燒烤交友樂。5月3日午間唱聚。5月10日特色晚宴。5月17日下午茶聚。5月31日海上樂。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：九龍油麻地彌敦道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

星藝旅行團

4月26日(清潭點翠、漁村懷舊)，晨準9時尖沙咀北京道一號免稅店正門出發，冷氣專車隨團前往群峰坐擁、林木蓋天之大觀腹地、舒步平坦康莊林道、溪流匯集、上、下清潭水庫、高處眺望八鄉盆地與高鐵路工程進展(午餐於福樂食館巧手碌鴨宴)，續遊昔日水鄉情懷之新田生漁村、遊歷其中回顧影視場景、順道展步候鳥飛翔翠洲米埔保護區收費每位\$168。

5月3日(赤沙釣魚樂)，晨準9時鑽石山巴士總站91號登車出發，春日行程孟公屋、坑米頂出大小赤沙釣魚翁美景盡收，費用自付。

5月9、10日母親節珠海長隆海洋世界奇觀。
查詢：9208 6730

2015年4月21日 今日電視節目表 (星期二)

無線翡翠台	無線明珠台	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	煲劇1台
6:00 紙箱戰機 6:25 瞬間看地球 6:30 香港早晨及環球新聞檔案 7:45 香港早晨及瞬間看地球 9:00 交易現場 9:30 滬港互通 9:45 金曲挑戰站 9:50 扶老門人 10:00 楚留香 10:30 傾世皇妃 11:30 宣傳易及新聞提要 11:35 交易現場 11:45 國際查邊界 12:45 交易現場 1:00 午間新聞及瞬間看地球 1:20 左右紅藍線 1:25 都市閒情 2:15 今日VIP 2:40 交易現場及滬港互通 2:45 同事三分親 3:50 奇幻魔法Melody IV及交易現場 4:20 馴龍騎士II 4:50 Think Big 天地 5:20 星夢學園II 5:50 財經新聞 5:55 翻叮一族及新聞檔案 6:30 六點半新聞報導 6:55 天氣報告 7:00 文化長河-古都行 7:30 東張西望 8:00 愛·回家 8:30 水髮胭脂 9:30 以和為貴 10:30 最佳男主角 11:00 環球新聞檔案 11:05 晚間新聞及新聞檔案 11:55 天氣報告及瞬間看地球 12:00 娛樂頭條 12:15 大時代 1:25 今日VIP 1:55 東張西望 2:25 無間音樂 3:25 同事三分親 4:20 名人飯堂	6:00 金融概要 7:30 NBC世界新聞 8:00 普通話娛樂新聞報導 9:00 教育電視 10:00 交易現場 10:30 交易現場 11:00 滬港直通車 11:15 金融行情 11:30 交易現場及金融行情 12:00 CCTV News 一直播 1:00 金融行情 2:00 交易現場及金融行情 3:00 滬港直通車 3:10 金融行情及交易現場 4:00 動物世界 4:30 龍馬老友記 5:00 少年勇將之宇宙激戰 5:25 天才存寶探險隊 6:00 普通話新聞 6:15 普通話財經報導 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 藝坊 7:25 話說當年 7:30 七點半新聞報導及天氣報告 7:55 瞬間看地球 8:00 龍物小寶貝及環球趣事 9:00 清心直說 9:30 明珠題色：野性北極 10:35 環球金融連線 10:40 福爾摩斯新傳 11:35 財經速遞 11:40 夜間新聞及瞬間看地球 12:00 晚間新聞 12:55 動物一家親 1:50 音樂熱點 2:00 明珠題色：野性北極 2:55 清心直說 3:25 龍物小寶貝 4:15 亞洲足球新天地 4:40 音樂熱點 5:00 台灣無線衛星電視台新聞 5:30 中國新聞	6:00 平約瑟牧師-新造視頻 6:30 仙鶴神針 7:30 曲終情未了 8:30 環遊世界 8:45 亞視百人 9:15 理財博客之即市錦囊 10:50 濟公傳奇 12:20 馬上全接觸及當年今日 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 1:45 上海1949 2:30 我愛下午茶及左右紅藍線 3:05 把酒當歌 3:35 三間電台 4:00 我們這一班 4:30 松風特攻 5:00 騰飛中國 5:45 ATV每日一歌 6:00 六點鐘新聞 6:20 經濟快訊及體育快訊 6:30 天氣報告 6:35 消失中的地平線 7:00 神中辦公室 7:30 婆婆來了 8:00 萬家燈火 9:00 鄰居冤家 9:30 六合彩 9:35 鄰居冤家 10:00 開心大發現2009 10:25 當年今日/復興新系列-一世說論語 10:30 夜間新聞/馬上全接觸 11:00 把酒當歌 11:35 環遊世界 11:50 騰飛中國 1:10 女神辦公室 1:35 婆婆來了 2:05 把酒當歌 2:35 鄰居冤家 3:30 萬家燈火 4:30 中環英雄 5:30 消失中的地平線	6:00 Music 120 7:00 新聞早點-中國新聞報導 7:30 文化報道 8:00 非凡人間天堂 9:00 知識小百科 9:30 瘋狂馬特 10:00 中央電視台新聞-綜合新聞 11:30 對話 12:00 名人坊 12:30 中國新聞報導 12:50 Music 120 3:00 教育電視 4:00 奇幻百寶箱 4:30 我係阿發仔 5:00 天然少女 5:30 小播台大挑戰 6:00 中國新聞報導 6:25 海客談 7:25 財經匯報 7:30 新聞及天氣報告 7:45 漫遊嶺南線道 8:00 嶺南尋根之旅 8:30 尋找他鄉的故事 9:00 西藏並不神秘 10:00 全球微距離 11:05 夜間新聞 11:20 尋找他鄉的故事 11:50 賽馬預測 1:20 中國新聞報導 1:50 多多益膳II 2:50 Music 120	12:27 電視劇 1:19 中華民族 1:45 人口 2:07 生活早參考 2:37 天天飲食 2:53 星光大道 4:31 今日說法 4:59 新聞聯播 5:29 人與自然 6:00 朝聞天下 8:33 生活早參考 9:08 天天飲食 9:26 電視劇 10:15 電視劇 11:08 電視劇 12:00 新聞30分 12:35 今日說法 1:13 生活提示 4:42 第一動畫樂園 6:59 新聞聯播 7:33 天氣預報 7:39 焦點訪談 8:04 前情提要 8:06 電視劇 8:59 前情提要 9:02 電視劇 9:59 晚間新聞 10:37 平安行	1:00 中國新聞 1:10 天天飲食(海外版) 1:20 百家講壇(海外版) 2:00 新聞聯播 2:30 華人世界 3:00 中國新聞 3:15 文明之旅 4:00 中國新聞 5:00 走遍中國 5:30 華人世界 6:00 中國新聞 6:13 遠方的家 7:00 中國新聞 7:28 海峽兩岸 8:00 中國新聞 9:00 文明之旅 9:45 天天飲食(海外版) 10:00 中國新聞 10:12 電視劇:野鴨子 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 1:30 走遍中國 2:00 中國新聞 2:12 天天飲食(海外版) 2:27 電視劇:馬向陽下鄉記 4:00 中國新聞 4:15 電視劇:馬向陽下鄉記 5:00 中國新聞 5:15 遠方的家 6:00 中國新聞 6:15 中國新聞 6:45 國寶檔案 7:00 中國新聞 7:15 齊翠節目-紀錄片展播 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 全球華人資訊 11:00 今日亞洲 11:26 遠方的家	6:55 騰飛中國 7:00 鳳凰早班車 9:00 鳳凰大視野 9:35 地球宣言 9:40 鳳凰全球連線 10:05 魯豫有約:說說你的故事 10:55 娛樂快報 11:00 完全時尚手冊 11:25 健康新概念 11:30 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 12:55 今日視點 1:00 鑄鑄三人行 1:35 騰飛中國 1:40 鳳凰焦點關注 2:00 魯豫有約:說說你的故事 2:55 娛樂快報 3:00 資訊快遞 3:30 金曲點播 3:40 鳳凰衝擊榜 4:15 鳳凰大視野 4:50 名言啟示錄 4:55 娛樂快報 5:00 完全時尚手冊 5:25 金曲點播 5:30 有報天天讀 5:55 健康新概念 6:00 全媒體大開講 7:20 地球宣言 7:25 鳳凰天下 7:55 與夢想同行 8:00 鳳凰大視野 8:30 騰飛中國 8:55 名言啟示錄 9:00 時事直通車 9:00 鳳凰衝擊榜 10:00 鳳凰全球連線 11:00 鑄鑄三人行 11:30 健康新概念 11:35 完全時尚手冊	6:00 S.O.P.女王 7:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 8:15 真愛找麻煩 9:00 S.O.P.女王 10:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 11:15 真愛找麻煩 12:00 S.O.P.女王 12:55 無線網絡電視精選 1:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 2:15 真愛找麻煩 3:00 S.O.P.女王 4:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 5:15 真愛找麻煩 6:00 S.O.P.女王 7:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 8:15 真愛找麻煩 9:00 S.O.P.女王 10:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 11:15 真愛找麻煩 12:00 S.O.P.女王 1:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 2:15 真愛找麻煩 3:00 S.O.P.女王 4:00 亞洲星劇場—金秀賢:擁抱太陽的月亮 5:15 真愛找麻煩