



河馬遠足隊 Hippo Hiking Team

2009 年 2 月份行程表

日期	時間	集合地點	路 線	步程
2009 年 2 月 1 日	9:00 am	東涌地鐵站 廣場	伯公坳 ▶ 鳳凰山頂 ▶ 地塘仔 ▶ 羅漢寺 ▶ 石門甲散隊	4.5 小時
2009 年 2 月 8 日	9:00 am	黃大仙地鐵站 (A 出口)	沙田坳 ▶ 獅子山 ▶ 筆架山 ▶ 鷹巢山散隊	4 小時
2009 年 2 月 15 日	9:00 am	上水火車站	丹竹坑 ▶ 龜頭嶺 ▶ 屏風山 ▶ 黃嶺 ▶ 上橫山腳 ▶ 新娘潭散隊	4.5 小時
2009 年 2 月 22 日	8:30 am	鑽石山 荷理活廣場	北潭涌 ▶ 鯽魚湖 ▶ 大枕蓋 ▶ 田尾山 ▶ 西灣路乘街車散隊	4 小時

1. 本隊並非正式的會社或旅行團，全屬結伴同行的一群朋友，以上活動，歡迎自由參加。參加者須自行承擔個人一切保險責任。所有行程免費，交通費自付。
2. 集合時間即出發時間，逾時不候，建議提早五至十分鐘到達。如果集合時間前一小時，天文台已發出熱帶氣旋三號或以上風球、雷暴、黃、紅、黑暴雨等訊號時，活動將自動取消。
3. 行程得由領路山友視乎當時天氣或行山隊友體能等實況，領路山友隨時有權更改路線。如隊友不願跟隊或中途離隊者，請先知會或通知其一領路山友或聯絡人，**切勿唆使同行隊友**或自行偏離已定路線或突然失蹤。
4. 群体活動，行山隊友應互相照應，步行期間，**請勿超越帶頭之領路山友或遠墮於殿後**，以免迷途。快馬者可停下來欣賞大自然，幫助和鼓勵同行隊友；緩步者永不放棄，堅毅不屈，完成行程。
5. 參加者行山前宜進食夠份量的營養早餐；行程宜帶備足夠飲水(最少 1 公升)、少量乾糧、遮陽帽、雨具、行山杖，身穿寬闊長衫褲，腳踏護踝遠足鞋，配上厚身遠足襪。不宜穿牛仔褲或不透氣軍褲。
6. 有關本隊最新消息及動向，仍請瀏覽以下網址：<http://www.henrilaw.com>
7. 聯絡人：甄育明 **60861335** 羅志雄 **97753534** 羅樹枝 **92501477**