



快樂健康走～

邀請大家一起實踐好生活，看湖光山色吸收日月精華，盡情享受戶外運動與大自然的魅力，充分體驗運動之樂，達到促進身心靈健康的效果。

↻ 每月活動限定報名人數 10-20 名(請在活動前一個禮拜電話 02-23810096 預訂報名)。

↻ 自行前往集合地點報到，逾時不候(請穿著輕便運動服飾、球鞋或布鞋)。

↻ 每個月辦理一次，風雨無阻，如遇颱風則停辦(如需改地點時間，會預告)。

↻ 交通與午餐自理，請攜帶健保卡、個人藥物、水。

↻ 應變天氣轉換之需求，請攜帶遮陽帽、太陽眼鏡、雨傘或禦寒外套。

辦理單位：社團法人中華民國糖尿病病友全國協會

聯絡人：劉小姐 02-23810096/0931-690096 總領隊：張清標先生

日期(週三)	集合時間	集合地點	活動地點	搭乘交通
4/19	10:00	文湖線內湖站 1 號出口	內湖白石湖吊橋	搭乘文湖線至內湖站 1 號出口→步行至內湖路二段 452 號「規頭福德祠」前，轉乘小 2 公車(碧山巖(白石湖)下車)。
5/17	10:00	基隆 長庚醫院正門	基隆大武崙	依照首都與大都會客運公司調整 9026 客運搭乘地點： 搭乘捷運(以板南線為主)至南港捷運站往 1A 或 2A 出口之後搭乘往外的手扶梯至對街 CityLink 百貨南港店(台北市南港區忠孝東路 7 段 369 號)即可看到客運轉運站。搭乘首都與大都會客運，上車後向司機先生現金購票有優惠價【9026：基隆長庚】。轉乘基隆 501 公車到國家新城下車前往目的地。
6/21	10:00	上午 9:30-10:00 點 在捷運新店站綠 12 公車站牌會合	石碇千島湖	捷運新店站 搭乘綠 12 公車 10:15 班次 至十三股站下車(約 40 分鐘)→再步行約 30-40 分鐘即可到達目的地。
7/19	09:00	紅樹林站 1 號出口	紅樹林-淡水	搭乘捷運淡水線至紅樹林站下車→延著紅樹林生態步道一直走到淡水。
8/16	09:00	昆陽站 4 號出口	南港公園	搭乘捷運板南線至昆陽站下車，並由 4 號出口出，並過至對街，沿 7-11 旁的東新街直走不遠即達南港公園(東新街與成福路交接處綠蔭濃密便是南港公園)。
9/20	09:00	永寧站 2 號出口	土城承天禪寺	搭乘捷運板南線至永寧站→於承天路方向(2 號出口)轉乘藍 43/44 專車(永寧站→南天母)至南天母廣場→再步行約 10 分鐘，即可到達承天禪寺。
10/18	10:00	三峽祖師廟 正門集合	三峽祖師廟	1. 台北客運：搭乘 275、705、706、908、910、916、921、922 三峽-新店(1079)。 2. 首都客運圓環~三峽：802。 3. 板南線：府中、新埔站搭台北客運-702、910。 4. 永寧站搭台北客運-275、705、706、812、916、922。
11/15	09:30	深坑老街榕樹下	深坑老街	可搭乘指南客運 660、679、912、949 號公車、欣欣客運 666、819 號公車、臺北客運 795 號公車到達深坑。
12/20	09:30	桃客中壢總站	台灣好行-慈湖線 桃客中壢總站=>慈湖(後慈湖)=>文化路活魚街賓帥餐廳=>大溪老街=>回程龍潭站=>回程中壢火車站	1. 火車：台鐵車次 1127 區間車後轉乘 501。松山 07:31(開)-台北 07:40(開)-板橋 07:50(開)-中壢 08:28(到達) 2. 搭乘火車至中壢火車站在到桃園客運中壢總站轉搭 501 台灣好行(可搭 9:00 或 9:30)。