

2022 全國糖協～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益。

- * 請在發佈活動訊息後，開始報名，可電話報名 02-23810096 或是 LINE 群組報名，免費活動請自行保險。
- * 自行前往集合地點報到，逾時不候(請穿著輕便舒適運動服裝、防滑鞋或登山鞋)。
- * 每個月辦理一次(視情況增加辦理次數)，風雨無阻，如遇颱風豪大雨則停辦。
- * 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、雨傘或禦寒外套及安全用物(登山杖等)。

辦理單位:社團法人中華民國糖尿病病友全國協會

聯絡: 劉小姐 02-23810096/0931-690096 解說老師:張清標先生

註 記:各項地點與日期可視狀況調整(如需更改地點或辦理日期,皆以公告為準)。

日期	活動地點	集合時間、地點
1/13(四)	台北市信義區·象山自然步道-敦煌石窟、一線天、彩繪大岩壁、煙火景觀台。	09:00 捷運永春站 5 號出口上面會合。
2/17(四)	台北市士林區·翠山步道、碧溪步道。	08:40 捷運士林站 1 號出口處會合。
3/24(四)	新北市平溪區·十分瀑布公園步道。	請選擇 1 或 2。 (1)上午 8:50 在 795 公車起站(臺北客運木柵站)會合。 (2)上午 9:00(前)在捷運木柵站 795 公車站牌排隊會合。
4/21(四)	台北市內湖區·碧湖步道、新福本坑、大溝溪親水步道。	09:00 捷運內湖站 1 號出口上面會合。
5/19(四) 疫情擴散 暫停辦理	新北市貢寮區·龍洞灣岬步道。	08:30 瑞芳火車站正門出口處會合。
第一梯 6/21(二) 第二梯 6/23(四)	新北市金山區·獅頭山公園步道。(每位群組成員只能報名參加一梯次/10 位,疫情關係暫不開放群組之外的人參加)。	捷運淡水站公車候車處 863 公車站牌排隊會合搭乘上午 09:00 的車次。
7/14(四)	台北市信義區·四獸山市民森林-虎山溪步道。	09:00 捷運後山埤站 2 號出口上面會合。
8/18(四)	新北市石碇區·淡蘭古道石碇段-外按古道。	09:00 捷運木柵站出口處會合。
9/15(四)	台北市北投區·陽明山二子坪步道&遊憩區、大屯自然公園環湖步道。	10:30(前)二子坪遊客服務站大門會合。
10/20(四)	台北市士林區·劍潭山親山步道。	09:30 捷運劍南站 1 號(電梯)出口會合。
11/10(四)	台北市北投區·陽明山橫嶺古道環狀路線。	09:30 陽明山公車總站(在回程搭車處有椅子坐著等)會合。
12/22(四)	台北市北投區·冷擎步道-冷水坑步道、菁山吊橋、牛奶湖、冷水坑生態池。	10:00 陽明山冷水坑服務站門前會合。