

2023 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(視情況減少或增加辦理次數)，視天氣狀況做微調，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)。

月份/日期	地點	會合地點
1/12	台北市北投區・地熱谷公園、北投溫泉步道。	上午 09:30 捷運新北投站 1 號出口處會合。
2/9	陽明山・大屯自然公園環湖步道、菜公坑山(第二登山口進入)。	上午 10:30 二子坪遊客服務站大門會合。
3/9	基隆市暖暖區・暖暖峽谷。	上午 09:40(前)暖暖火車站下車處會合。
4/13	台北市士林區・菁礮古圳、台北奧萬大。	上午 10:00 衛星電台公車站牌會合。
5/11	基隆市八斗子・忘憂(望幽)谷步道。	上午 08:50(前)基隆火車站(北)港西街出口處會合。
6/8	新北市新店區・二叭子植物園步道。	上午 09:00 在捷運新店站公車候車地點排隊等搭乘 839 公車 上午 09:30 的班次會合。
7/6	台北市北投區・陽明山小隱潭瀑布、大屯瀑布步道。	上午 09:40(前)陽明公園服務中心公車站牌會合。
8/10	桃園市蘆竹區・五酒桶山公園步道。	上午 08:20 在新北板橋公車站 在 952 公車地點排隊會合。
9/7	台北士林區・溪山百年古圳步道。	上午 09:50 半嶺站旁的望溪亭會合。
10/19	新北市瑞芳區・黃金神社、金瓜石地質公園、無敵海景步道。	上午 10:30(前)金瓜石黃金博物館正門會合。
11/9	台北市文山區・仙跡岩。	上午 09:30 海巡署公車站牌會合(臺北市興隆路三段 296 號)。
12/7	桃園市大溪區・後慈湖秘境步道。 (需依照規定期限上官網申請入園，當天需購票入園：全票 100 元，優惠票 50 元，免費票者需攜帶相關證件 65 歲以上、身心障礙者、大溪居民)	上午 08:50(前)桃園高鐵 5 號出口處會合。