

2026 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。

* 完成報名後會在活動前幾天提供行前通知(含如何前往地點方式)。

* 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)。

* 每個月以辦理一次(星期四)為主(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
1/8	桃園市楊梅區·石門大圳綠色廊道	上午 10:30 『埔心火車站出口處』會合。
2/5	台北市中山區·典藏植物園-林安泰古厝	上午 10:00 花博公園新生園區『臺北典藏植物園』入口處會合。
3/12	新北市石碇區·淡蘭古道石碇段外按古道-烏塗溪步道	上午 09:30 『雙溪口站下車站牌』會合。
4/16	新北市汐止區·小南港山步道	上午 10:00 至「福山里活動中心站下車站牌」會合。
5/18	新北市瑞芳區·山尖路觀光步道-三層橋-水岸石頭公園-一線天石頭路	上午 10:00 『隔頂站下車到對面』會合。
6/11	新北市三峽區·滿月圓國家森林遊樂區 (入園需自行購買門票)	上午 09:00 『三峽一站公車站牌』會合。
7/9	新北市五股區·牛港稜山步道	上午 10:00 『觀音山遊客中心』會合。
8/6	新北市汐止區·金龍湖-翠湖	上午 10:00 『金龍湖站下車站牌』會合。
9/17	新北市三峽區·雲森瀑布	上午 08:50 『三峽一站 807 公車站牌排隊』會合。
10/15	新北市三芝區·大屯自然公園	上午 10:00 『二子坪遊客中心大門口』會合。
11/5	新北市林口區·林口森林步道	上午 10:00 『人見人愛社區(民權路)站下車站牌』會合。
12/10	基隆·劉銘傳隧道-獅球嶺砲台步道	上午 09:40 『基隆火車站(南站)出口處』會合。