

## 內寮/瑪礁古道 0 型之旅

### 一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

### 二、活動日期：

114 年 7 月 27 日（星期日）。

### 三、參加者：

領隊 1 名、隊員詳名冊。




### 四、交通工具：

自行前往。

### 五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

### 六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
7/27 (星期日)	09:10 捷運劍潭站(北藝中心)1 號出口(左轉)樓梯集合 09:20~10:05 搭小 19 公車(*下車) 10:10 平菁街 93 巷 100 號民宅旁階梯出發 10:10~15:10 內寮公車站→內寮古道水路登山口(東線)→(1.2K, 25 分鐘)→土地公廟→(0.3K, 10 分鐘)→番婆厝→(1K, 25 分鐘)→擎天崗環狀步道→(0.9K, 20 分鐘)→擎天崗遊客服務站→折返→(1K, 15 分鐘)→竹篙嶺古道又(取左瑪礁古道)→(2.1K, 35 分鐘)→內寮古道又(直行)→(0.8K, 25 分鐘)→新圳頭山→(0.5K, 20 分鐘)→清風亭→(0.8K, 15 分鐘)→平等駐在所 15:35 搭 303 區公車/小 19 公車(平等里上車) 16:25 捷運士林站(中正)	*請準時，逾時不候。 *平菁街 93 巷二   *竹篙山/830m *竹篙山南峰/714m *新圳頭山(瑪礁山)/510m/四等三角點 *午餐自理。 

## 去程火車時刻表：竹南車站到台北車站

查詢條件

出發站 1250-竹南 [車站代碼查詢](#)

抵達站 1000-臺北

轉乘條件 **限直達** 接受轉乘 指定轉乘車站

日期 2025/07/27

時段起迄 查詢出發時間 00:00 查詢 23:59

車種 查詢方式 **全部** 對號 非對號 **一般** 騰雲座艙 自由座

一般 騰雲座艙 自由座

查詢時間:2025/06/11 12:25:27

車種車次(始發站 → 終點站)	出發時間	抵達時間	行駛時間	經由	詳細資訊	全票	孩童票	敬老票	訂票
自強 272 (苗栗 → 花蓮)	05:38	07:21	1 小時 43 分	山線	▼	\$ 309	\$ 155	\$ 155	
區間 2114 (彰化 → 基隆)	06:34	08:45	2 小時 11 分	山線	▼	\$ 199	\$ 100	\$ 100	
自強 102 (斗六 → 七堵)	06:47	08:16	1 小時 29 分	山線	▼	\$ 309	\$ 155	\$ 155	
自強(3000) 472 (員林 → 臺東)	07:15	08:37	1 小時 22 分	山線	▼	\$ 309	\$ 155	\$ 155	

## 回程火車時刻表：台北車站到竹南車站

一般 騰雲座艙 自由座

查詢時間:2025/06/11 12:32:54

車種車次(始發站 → 終點站)	出發時間	抵達時間	行駛時間	經由	詳細資訊	全票	孩童票	敬老票	訂票
自強 175 (花蓮 → 潮州)	16:00	17:27	1 小時 27 分	山線	▼	\$ 309	\$ 155	\$ 155	
莒光 521 (七堵 → 潮州)	16:10	18:01	1 小時 51 分	海線	▼	\$ 238	\$ 119	\$ 119	
區間 1217 (基隆 → 苗栗)	16:15	18:17	2 小時 2 分	山線	▼	\$ 199	\$ 100	\$ 100	
自強 139 (七堵 → 潮州)	17:00	18:27	1 小時 27 分	山線	▼	\$ 309	\$ 155	\$ 155	
區間 1227 (基隆 → 苗栗)	17:12	19:32	2 小時 20 分	山線	▼	\$ 199	\$ 100	\$ 100	

# 小19 公車

首都客運：0800-000-866 士林站：2834-5022

# 小19

一、起迄點：捷運劍潭站-平等里  
 二、頭末班車時間：平日 06:00-22:10 / 例假日 06:00-22:20  
 三、收費方式：一段票收費  
 四、發車間隔：固定班次(捷運劍潭站(北藝中心)發車時間)  
 平日：06:00/06:30/07:20/08:20/09:20/10:20/11:40/12:40/13:20/14:20/15:20/16:10  
       17:00/17:50/19:00/20:30/22:10  
 例假日：06:00/06:30/07:20/08:00/08:40/09:20/10:00/10:40/11:20/12:00/12:40/13:20  
       14:00/15:00/16:00/17:00/18:00/19:00/20:50/22:20

※紅字班次繞駛平菁街106巷  
 ※山區路段安全無虞情況下隨招隨停(川瀨-內寮)·市區路段停靠固定站位·

圖例說明：

- 起迄點
- 雙邊設站
- 捷運站
- 單邊設站

- MRT Jiantan Sta.-Pingdeng Village
- Hours of Operation :  
Weekdays 06:00~22:10 / Weekends 06:00~22:20
- Fare Zones : 1X
- Headway : Fixed Time

- 1. MRT Jiantan Sta. (Taipei Performing Arts Center)
- 2. MRT Shilin Sta. (Zhongzheng)
- 3. CMPC Movie City
- 4. National Palace Museum
- 5. Shalun 1
- 6. Pingdeng Village

1113062661-1110915

# 303 區公車

首都客運：0800-000-866 士林站：2834-5022

# 303

## 區間車

一、起迄點：捷運劍潭站-平等里  
 二、頭末班車時間：平日 06:00~22:40 / 例假日 05:30~22:40  
 三、收費方式：一段票收費  
 四、發車間隔：固定班次(捷運劍潭站(北藝中心)發車)  
 平日：06:00/06:40/07:10/07:30/08:20/09:00/09:30/10:10/10:40/12:10/12:40  
       13:10/14:10/15:10/16:10/17:30/18:30/19:10/20:10/21:10/22:00/22:40  
 例假日：05:30/06:30/07:40/08:40/09:40/11:10/12:10/13:10/14:40/15:40/17:10  
       18:10/19:40/20:40/21:40/22:40 ※紅字班次繞駛陽明山  
 繞駛文化大學班次：平日:07:30/08:20/09:00/09:30/13:10/14:10/15:10(文化大學放假日不繞駛)  
 ※「陽明戲院」僅16:00前發車班次停靠

圖例說明：

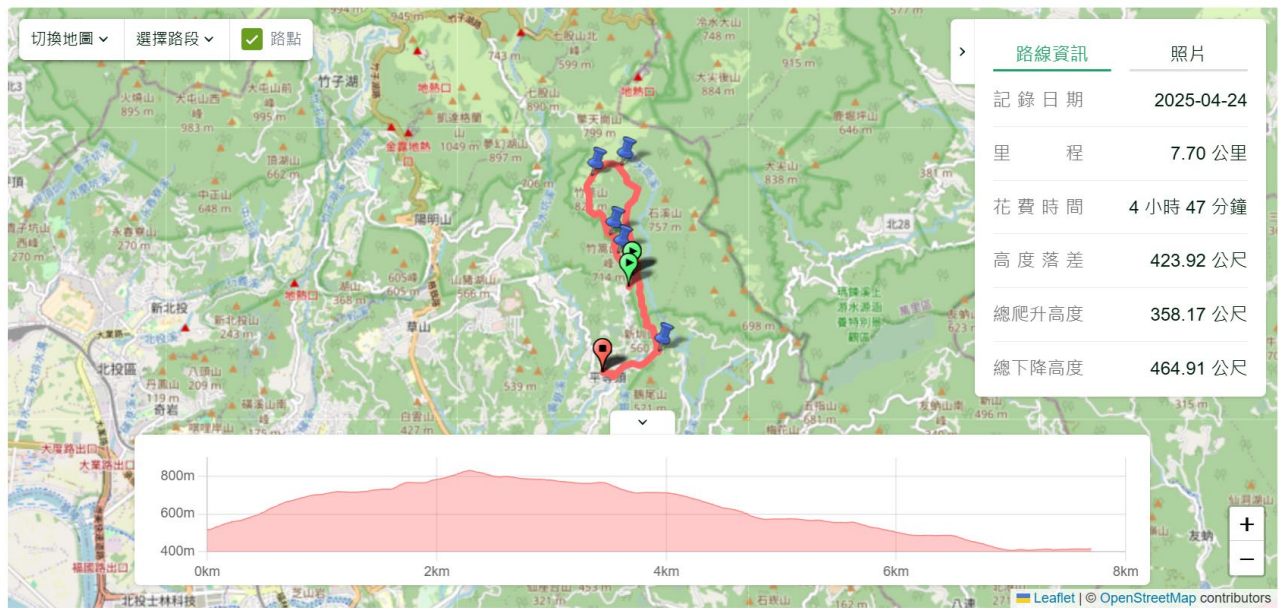
- 起迄點
- 雙邊設站
- 捷運站
- 單邊設站

- MRT Jiantan Sta.-Pingdeng Village
- Hours of Operation :  
Weekdays:06:00~22:40 / Weekends:05:30~22:40
- Fare Zones : 1X
- Headway : Fixed Time

- 1. MRT Jiantan Sta. (Taipei Performing Arts Center)
- 2. Xiaobei St.
- 3. MRT Shilin Sta. (Zhongzheng)
- 4. Baiyun Shanzhuang
- 5. Jingshan Village 1
- 6. Pingdeng Village

1123053619-1120708

## 路線軌跡圖



健行筆記：

[https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=1281#google\\_vignette](https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=1281#google_vignette)

<https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=1170>

GPX:

[https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=gpx\\_detail&id=4448134](https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=gpx_detail&id=4448134)