



114年陽明山國家公園

「樂齡共榮・連接能量源頭」活動簡章

7月盛夏，邀請您來到二子坪遊憩區感受山林微風帶來的清涼。
聽蟬鳴、賞池色、聞草香，透過靜心冥想與大地連結，感受生命能量的源頭。

一、活動日期及時間：

第一梯次：114年7月22日(星期二) 上午8時30分至11時40分。

第二梯次：114年7月29日(星期二) 上午8時30分至11時40分。

二、活動地點：

陽明山國家公園二子坪遊憩區。

三、參加對象：一般民眾(須年滿18歲，65歲以上優先錄取)。

四、參加人數：

每梯次36人(若該梯次報名人數未滿10人，將由本處通知已報名者取消事宜)

五、活動時程：

時間	內容	地點	備註
8:30~9:00	分組報到與活動說明	陽明山國家公園二子坪遊客服務站旁木棧平臺	



9:00~9:50	步行前往二子坪遊憩區	二子坪步道	1. 沿途安排步道導覽解說。 2. 去程約1.8公里。
9:50~10:20	二子坪遊憩區靜心體驗	二子坪3號涼亭	以冥想或自然觀察方式進行
10:20~10:50	活動分享與交流		
10:50~11:40	原路返回二子坪遊客服務站	二子坪步道	回程約1.8公里。
11:40~	領取推廣品、賦歸	二子坪遊客服務站	

六、報名費用：免費(全程參與者，贈送每人國家公園推廣品1份)。

七、報名辦法：

1. 114年7月3日(星期四)上午10時開放線上報名，額滿為止。
65歲以上民眾依報名次序優先錄取。如尚有名額，再依報名次序錄取未滿65歲之報名者。
2. 填妥報名表並非報名成功，本處將於7月8日(星期二)寄發錄取通知。
3. 本活動地點偏遠，來回路程約3.6公里，請評估自身體能再報名參加。另建議75歲以上參加者與親友一同報名參加。

八、報名網址：

<https://www.beclass.com/rid=294fff0684509ba31d03>



九、注意事項：

1. 本活動已投保公共意外責任險，承保範圍僅為因本活動而



發生，且本處依法應負賠償責任之意外，不包含因天然災變、被保險人故意行為、個人疾病等因素所致。如有需要，可自行加保個人意外保險。

2. 為保障報名者權益及維護活動品質，限報名者本人參與，並請勿攜帶寵物參加。
3. 本活動採團體行動，請配合工作人員指引，切勿擅自脫隊。
4. 山區天氣多變，建議備妥以下用品
 - (1) 飲水500~1000毫升。
 - (2) 透氣、淺色衣物(可防曬或蚊蟲叮咬)、遮陽帽。
 - (3) 登山杖、防滑之戶外用鞋；行走遇上下坡及階梯之處，請注意安全。
 - (4) 輕便雨衣(建議不要攜帶雨傘)。
5. 本活動遇雨仍照常舉辦，本處得評估現場狀況調整路線，或經公告後取消本活動。
6. 已報名者如因故取消，請於活動前3個工作天以前通知本處，俾便安排遞補作業。
7. 活動期間將進行影音記錄，應用於未來本處公開宣傳與報告。請參加者同意後再行報名，報名等同於知情且同意以上事項。
8. 為打造低碳永續家園，建議搭乘大眾運輸工具上山：公車260、紅5或230到陽明山公車總站，轉搭乘108遊園公車可至二子坪站；車次時間等相關資訊請至大臺北公車動態資訊網(<https://ebus.gov.taipei/ebus>)查詢。
9. 本活動若有未盡之事項，依本處相關規定或解釋辦理。本



陽明山國家公園

處有修改、變更、暫停或終止本次活動之權利，各項變更將公告於官網。

十、主辦單位：內政部國家公園署陽明山國家公園管理處

洽詢專線: (02)28613601分機801石先生