

週週爬郊山



[週週爬郊山_下载链接1](#)

著者:週週爬郊山社群協力創作

出版者:山岳

出版时间:2005 年 10 月 01 日

装帧:

isbn:9789572951262

本書為週週爬郊山社群同好的協力創作，週週爬郊山主張入門級的登山活動應該「散漫」一點，選擇彈性的路線與人性化的管理，以短程漸進的方式培養登山新手的興趣，逐漸建立起兩性平等的登山能力，這也能增加女性對山野活動的參與。

書中精選了大台北郊山的二十五條精彩路線，除了每位作者對山中步道景色及行程趣事的精彩描述，讓讀者彷彿也跟隨著山友們一同奮力地揮汗攀繩，攜手涉過湍急的溪流，以及輕鬆漫步於林徑小路間。每條路線還規劃了各景點的歷史典故，並提供了地圖、交通等資訊，搭配精彩插畫以及現場攝影圖片寫真，讓讀者一起感受全新的登山風格，發現，原來登山也可以這麼有趣！

書中並幽默地為難度不一的路線分級，登山級數分為領會級、領悟級、覺悟級、澈悟級，讓你分級不分齡，考驗你的愛山指數！

領會級 二到三小時／不需體能限制，心靈體會即可

領悟級 四到五小時／平時要運動，否則會唱「領悟」

覺悟級 陡坡或七小時／來就要有所覺悟，爬完時會有一種重生的感覺

澈悟級 全天或一天以上／大徹大悟，永生難忘

名家推薦

「週週爬郊山」的活動力強，不僅每週都安排登山行程；活動之後，成員必定發表登山記錄與旅遊照片以分享山友，至今已累積數以百篇的登山圖文記錄。最近，他們從眾多的登山行程中，精選出21條大台北郊山路線，內容包括熱門的古道，如哈盆、桶后、巴福越嶺等，也包括陳岳老師的私房路線竿尾崙古道，以及大台北郊區各具特色的代表山岳，如磺嘴山、二格山、五寮尖等，還有清涼消暑的南勢溪、加九寮溪溯溪行程，路線相當多元而豐富。

這25條路線，編輯成書，並以生動的圖文呈現，將登山過程的點點滴滴、歡笑苦辣，娓娓道來，讓人有身歷其境的現場感，讀之令人躍然心動。而每條路線都附上詳細的路線地圖，可使讀者按圖索驥，追隨他們的腳步，輕鬆探訪這些精彩的景點。—Tony（自然人文作家）

作者介绍:

作者簡介

「週週爬郊山」為成立於2002年的登山活動熱門網站。以不早起、不行階、不趕路的「山不政策」，以及享受身心健康、享受自然野趣、享受風土人情的「山享樂主義」，顛覆一般人的登山概念。

本書為「週週爬郊山」社群協力創作，包括陳岳老師、戀戀風塵、銘謙、稀飯、Michael、珍泥花姐姐、喬伊斯烏鴉、天使風鈴、九紀山人、哇啊、大肚魚、可樂果等十餘位愛山山友的共同創作作品。

目录:

[週週爬郊山_下载链接1_](#)

标签

评论

[週週爬郊山_下载链接1](#)

书评

[週週爬郊山_下载链接1](#)