

國立臺南女中【旗尾山登山活動】計畫

一、主辦單位：人事室

二、活動時間、地點：112 年 3 月 11 日(星期六)旗尾山。

三、參加對象：本校教職員工共 40 人(未滿 25 人活動取消)。

四、費用：自付約新臺幣 550 元。(含車資及保險)

五、活動行程(預估):

08:00 臺南女中校門口集合出發→09:10 旗山糖廠→09:30 步行前往旗尾山第二登山口
→11:30 三角點午餐→12:30 往旗尾山第三登山口下山→14:00 旗山老街→15:30 返回學校
→約 17:00 回到學校。

六、報名請至人事室登記，報名期限至 3 月 1 日（三）中午前或額滿為止。

七、服裝：排汗衫、登山褲(千萬不要穿牛仔褲)，請穿能防滑的鞋子。

八、攜帶物品：(可參考裝備檢查表)

※登山必備：後背包(約 20L)、飲用水(至少 600cc)、午餐/行動糧(麵包、飯捲、肉粽、能量飲、巧克力、鹽糖、堅果、果乾、喜愛吃的零食…)、登山杖、遮陽帽、工作手套(會拉繩)。

※建議帶：太陽眼鏡、袖套、頭巾、個人藥品、衛生用品、防曬油、雨衣/傘、保暖衣物、垃圾袋…。

九、餐食全部自理。

參考資料:

1. 登山裝備檢查表: <https://hiking.biji.co/index.php?q=news&act=info&id=549#1>
2. 旗尾山: https://hiking.biji.co/index.php?q=review&act=info&review_id=15299

