

臺中市工程技術顧問商業同業公會
【115 年度會員健走踏青休閒聯誼活動】

活動日期：115 年 10 月 17 日（六）預計 60~80 人

報名截止日期：115 年 10 月 12 日 及 80 人額滿為止

參與人員：敬邀本會會員(可加眷屬 2 人或工程界友人 1 人)及公會友人(可加眷屬 1 人)報名參加

集合時間：上午 09:30(備有小禮品；現場簽到分發)

集合地點：立法院民主議政園 / 立法院民主時刻館

臺中市霧峰區本堂里中正路 734 號

<https://maps.app.goo.gl/VDe4T5j5ZdMDBG1R9>

GOOGLE 座標 24.0539534338742, 120.69985426395272

登山健行路線：霧峰區立法院民主議政園區後山步道+中心瓏步道(如附圖)，
(來回全長約 2.2 公里/1 小時；爬升約 80 公尺，沿線多處捷徑叉路均可串聯主步道，會員登山途中自行選擇，輕鬆健行)

用餐時間地點：12:00 萬里香餐廳用餐(臺中市霧峰區中正路 480 號)

04-23302835

11:50 前到餐廳(備有停車場；早到早停以免向隅)

※ 建議一起相約車輛共乘前往，節省碳排及避免車位不足。

※ 如遇天候等因素影響而無法成行時，另擇期辦理。

路線說明：

立法院民主議政園為民國 96 年立法院將中南部服務中心及議政博物館設在園區內，立法院的精神也帶進園區，將民主議會歷史完整串連訴說，讓園區對於民主的議題呈現更多元化的呈現。

園區入口椰林大道進入後，途經圓形花圃、議員會館(議蘆會館)、民主草坪、議政博物館、朝琴紀念館以及屋頂圓弧造型的議事大樓等景觀建築，處處綠美化庭園造景，漫步其中令人心曠神怡，後山還有典雅的梅亭，假日是民眾休閒運動的好去處。園區後山步道林木扶疏，環境清幽，漫步其間，神清氣爽。並可連接中心瓏步道。

中心瓏登山步道：海拔約 200 公尺，長度約 1.8 公里，地理位置及視野極佳，步道坡度平緩，沿途設有體健設施及觀景平臺，至高點聚英亭，為造型典雅的梅亭風格，可供遊客休憩，可近觀霧峰、遠眺臺中市的美景，非常適合親子出遊，立法院民主議政園鄰近霧峰頂厝林家花園林獻堂博物館園區、霧峰下厝林家宮保第園區、亞洲大學附屬現代美術館、光復新村與 921 地震園區等景點，是假日闔家休閒一日遊好去處。

交通資訊：



【自行開車】

- 國道3號/ 211公里處，於霧峰交流道下，遇臺3線後左轉，依指示標示於霧峰區中正路、林森路交叉口進入園區。
- 臺74線/於霧峰交流道下，遇臺3線後左轉，依指示標示於霧峰區中正路、林森路交叉口進入園區。
- 臺3線/南北向均於臺中市霧峰區中正路、林森路交叉口進入園區。

【搭乘大眾交通工具】

- 市公車/搭乘綠3、黃7、17、50、59、107、107延、151、151延、200、243、283公車在省議會站下車。
- 高鐵/可於高鐵臺中站1樓，公車第14月臺，搭乘151、151延公車(往朝陽科技大學方向)，於省議會站下車。
- 臺鐵/於臺中火車站周邊轉乘50路(往921地震教育園區方向)、59路(往舊正社區停車場方向)、107路(往舊正方向)、200路(往柳豐路(亞大醫院)方向)公車，於省議會站下車即可抵達。



115 年度會員健走踏青休閒聯誼活動路線圖



餐廳（萬里香餐廳）位置圖

行進中注意事項:

- **量力而為:**不要勉強，如果感到不適，應及時休息或調整行程。
- **注意安全:**留意腳下，不攀爬危險路段，注意野生動物，如蛇、蜂等。
- **保持聯繫:**與隊友保持聯繫，互相照應，不要脫隊。
- **調整步伐和呼吸:**登山時，步伐應平穩，呼吸應深且緩，避免忽快忽慢。
- **適時休息:**休息時，不要久坐，應適時起身活動，避免肌肉僵硬。
- **尊重自然:**遵守「無痕山林」原則，不留下任何垃圾，不破壞生態環境。

其他注意事項:

- 登山時應穿著合適的服裝和鞋子，並攜帶足夠的食物和水。
- 登山時應注意安全，量力而為，並與隊友保持聯繫。
- 下山後，應適當休息，並注意保暖。
- 登山後，應將垃圾帶下山，並遵守「無痕山林」原則。