

2025 全國糖協～快樂健康走

邀請大家一起實踐好生活，看湖光山色吸收日月精華，盡情享受戶外運動與大自然的魅力，充分體驗運動之樂，達到促進身心靈健康的效益。

＊ 請在發佈活動訊息後，開始報名，可電話報名 02-23810096 或是 LINE 群組報名，免費活動請自行保險。

＊ 完成報名後會在活動前幾天提供行前通知(含如何前往地點方式)。

＊ 自行前往集合地點報到，逾時不候(請穿著輕便舒適運動服裝、防滑鞋或登山鞋)。

＊ 每個月以辦理一次(星期四)為主(視情況減少或增加辦理次數)，視天氣狀況做微調，如遇颱風豪大雨則停辦。

＊ 交通與午餐自理，請攜帶健保卡、個人藥物、水。

＊ 應變天氣轉換之需求，請攜帶遮陽帽、太陽眼鏡、雨傘或禦寒外套及安全用物(登山杖等)。

辦理單位:社團法人中華民國糖尿病病友全國協會

聯絡:劉小姐 02-23810096/0931-690096 解說老師:張清標先生

註記:各項地點與日期可視狀況調整(如需更改地點或辦理日期，皆以公告為準)。

月份/日期	地點	會合地點
1/9	台北市南港區・南港公園。	請回覆你選擇的集合地點 1 或 2。 (1)上午 09:30『捷運昆陽站 4 號出口處』會合。 (2)上午 09:50『南港公園牌樓』會合。
2/20	基隆市・白米甕砲臺-白米甕尖-基隆燈塔。	上午 09:55『基隆火車站(南站)出口處大廳』會合。
3/10	新竹市・十八尖山。	上午 10:00『新竹馬偕醫院站下車處』會合。
4/17	新北市石門區・麟山鼻步道-風芝門棧道。	上午 08:30『捷運淡水站 2 號出口右手邊公車候車處』會合。
5/15	新北市瑞芳區・南子吝登山步道。	上午 08:50 至「瑞芳火車站出口處」會合。
6/19	宜蘭縣羅東鎮・羅東林業文化園區。	上午 10:20『羅東火車站前站出口處』會合。
7/17	新北市石門區・石門洞-富貴角公園-風剪樹群。	上午 08:40『捷運淡水站公車站牌候車處排隊』會合。
8/14	新北市貢寮區福隆里・舊草嶺隧道。	上午 09:50『福隆火車站出口處』會合。
9/18	新北市坪林區・觀音台步道-水柳腳步道-坪林親水吊橋-北勢溪觀魚步道。	上午 09:00『捷運新店站 923 公車站牌排隊』會合。
10/16	新北市中和區・迎日石-國旗嶺-一線天-圓通寺。	上午 09:00『捷運南勢角 4 站號出口處』會合。
11/13	台北市北投區・舊雙溪河步道。	上午 09:30『福美站下車處』會合。
12/18	桃園市大溪區・月眉人工濕地生態公園。	上午 09:30『觀音寺站下車處』會合。