

眺望沙田美景

在市區的高樓背後，有着連綿山嶺，山上茂林蒼翠，石排古道蜿蜒，今次遊蹤所至—沙田古道，就在其中。整條古道小徑，樹影婆娑，流水淙淙，輕鬆易行。

■文、攝：吳綺雯

沙田古道 輕鬆行



上山石級漫長

從黃大仙巴士至慈雲山北巴士總站，穿過巴士總站沿觀音廟後山小路一直往上走，不久，左轉步上林蔭下的漫長石級。到達慈雲勝地牌坊繼續拾級而上，紫竹亭呈現眼前，沿沙田坳道往上走，右邊是半島獅子園，一座獅子亭屹立於此，可欣賞九龍半島的景色。

古道林蔭小徑

另邊廂，在獅子亭對面，便是士多，沿十二笏及茅笏村指示路牌前進，再看到地圖指示牌後沿右邊林蔭小徑往前走，平緩而行，途經設施齊備的燒烤場，可在此休息片刻。

下山流水淙淙

走過石橋，接着傍澗而行，溪流淙淙，景色幽美。沿着蜿蜒的下山小徑一直走，可俯視不遠處的沙田景色。轉瞬間，馬鞍山郊野公園門牌就在眼前，代表着古道的出口了。離開門牌後，接行車路走，轉入水泉坳街，走到今次遊蹤的終點—博康邨。



■林蔭小徑



■沙田坳中的紫竹亭



■「慈雲勝地」牌坊的漫長石級



■沙田古道出口馬鞍山郊野公園門牌



■從獅子亭俯瞰九龍半島



■沙田古道的入口



■沙田坳燒烤區

沙田古道，曾經是沙田以至新界北和九龍之間的交通要道，當年的古道大致上經沙田坳道後下山至今日水泉坳街一帶。

路線：黃大仙 → 慈雲山北巴士總站 → 沙田坳道 → 獅子亭 → 沙田坳燒烤區一號場 → 水泉坳街 → 沙田博康邨

時間：2至3小時

交通：

去程：於黃大仙龍翔中心的巴士站乘搭3C、2F到慈雲山北巴士總站下車

回程：於博康邨步行至沙田市中心

旅行資訊 第1360期

遠足線

冬梅之友「小夏威夷賀隊慶」

1月2日星期日早上9時正鑽石山港鐵站C2出口附近認旗集合，準9時15分乘車往南邊圍起步，水口過元嶺較鉸屋入大藍湖走西貢古道登黃廍仔直出井欄樹，接走深明小夏威夷徑直落將軍澳寶林邨，齊乘港鐵往鯉魚門海鮮宴共賀隊慶。交通自備，註：行友如有興趣參加午宴者，請先電話聯絡。

聯絡電話：9229 0611 何國雄

長征旅行隊

1月2日「周年長走之(一)三大」，8時30分逢吉鄉球場集合起步，登雞公頭、圭角山、南大頭羊山、梧桐寨水源地大休，午後登「玉女登樓」大帽山、金山、長坑村散隊，全程山行9小時，量力參加，「行畢四期者，贈紀念品，勉其志」。查詢電話：31262098、15851775050。

綜合線

星藝旅行團 同樂展步迎新年

• 2011年即將開始，並祝各好友新年進步 •

(2日) 晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發，行程遍及爐峰新貌凌雲閣，舒步歐陸情懷柯士甸山同樂徑，考察港督山頂別墅遺蹟，居高臨下飽覽維港景色，有感氣象萬千(午宴精選江南美食) 續遊山不高、景開揚之華景山莊雅林區，沿途流水連綿古道縱橫交錯，全賞湖光山色三塘美景，冷氣車隨團連抽獎券每券\$140。△16日深圳辦年貨，鳳凰山景區兩餐美食一天遊。查詢△券站中環大道中151號英記茶莊△北角琴行街26A金輝藥行△九龍旺角道英記茶莊△25658691 64170168。

珊瑚海「街渡」渡輪服務

三家村(鯉魚門)——東龍島乘雙層渡輪鯉魚門往清水灣半島對岸之南佛堂東龍島。島上有古炮堡和古石刻「石壁畫龍」遺蹟，是戶外露營、燒烤、垂釣、拾螺、攀石、觀賞日出日落、星象和觀浪旅行的好去處。回程更可往著名旅遊地點鯉魚門品嚐海鮮或參拜天后廟。逢星期六、日及公眾假期啟航，來回票HK\$30，大小同價。

查詢熱線：2513 1103

售票處：九龍鯉魚門三家村小輪碼頭。乘搭港鐵者，可在油塘港鐵站A2出口，步行約10分鐘便到達三家村小輪碼頭。

友誼之旅會

* 全港首創單身會，飛越二十五載*

歡迎正職男女(色情免問)

31/12除夕餐舞會；1/1元旦龍脊遠足團；9/1燒烤交友樂；16/1塔門一天遊、23/1團年晚宴、3/2新年四天團。逢三社交舞班，逢四卡拉OK連晚宴，以上節目請早報名，額滿即止。本會為非牟利團體，創會二十四年，歡迎正職男女(色情免問)。

地址：九龍油麻地碧街46號祥興大廈406室(油麻地港鐵站A2出口，彌敦道540-544號)

電話：2771 3900、2384 1156

網址：<http://marybeauty.com>

獵影遊

本會1月份活動通訊經已公開免費索取(港島士丹利名峰松柏地球之友Overlander、九龍登峰三拳舉山中心大自然香山學社、新界欣悅坊雄峰行山站捷威。)或附回郵信封寄獵影遊馬鞍山郵政信箱79號收。旅訊：香港郵政新發售「香港燈塔」為題的一套五枚特別郵票，包括「鶴咀燈塔」、「舊青洲燈塔」、「新青洲燈塔」、「燈籠洲燈塔」和「橫瀾燈塔」，以上都是旅行中所見的景點。民俗民情「元朗山廈村十年一屆太平清醮」1月1日(周六)至1月4日(周二)其中一至兩天。集合時間、地點電聯。歡迎對香港歷史、民俗文化、攝影有興趣會員友好參加。(按：醮場嚴禁攜帶或進食肉類食品。)

查詢：7551 3804 郭志標

網址：<http://photohiking.com>

或 <http://photohiking.110mb.com>

2010年12月28日 今日電視節目表 (星期二)

(節目內容如有更改，以電視台臨時公佈為準。)

無線翡翠台

- 6:00 人魚小姐
- 6:25 瞬間看地球
- 6:30 香港早晨
- 9:30 交易現場
- 10:15 金曲挑戰站
- 10:20 快樂長門人
- 10:30 天宮大戰
- 12:45 交易現場
- 1:00 午間新聞/瞬間看地球
- 1:20 左右紅藍線/都市閒情
- 2:10 宣傳易及無線收費電視情報站
- 2:15 今日VIP
- 2:45 再接再厲空淘及交易現場
- 2:50 皆大歡喜
- 3:50 梅艷再補空淘及交易現場
- 4:20 放學ICU/閃電十一人及智多星節日嘉年華
- 5:20 KERORO軍曹
- 5:50 財經新聞
- 5:55 無頭東宮
- 6:30 六點半新聞
- 6:55 天氣報告/有房出租
- 7:30 東張西望
- 8:00 依家有喜
- 8:30 居家兵團
- 9:30 誘情轉駁
- 10:30 千奇百趣Winter Fun
- 11:00 晚間新聞
- 11:35 天氣報告
- 11:40 瞬間看地球
- 11:45 娛樂頭條
- 11:55 再接再厲空淘
- 12:00 今日財經及無線收費電視情報站
- 12:10 宣傳易
- 12:15 天運俠醫
- 1:20 宣傳易
- 1:25 今日VIP
- 1:55 無間音樂
- 2:55 粵語長片：閃電驚星
- 4:55 民間傳奇—煉印

無線明珠台

- 6:00 Bloomberg財經第一線
- 7:00 Bloomberg財經第一線
- 7:30 NBC世界新聞
- 8:00 普通話娛樂新聞
- 9:00 CCTV News - 直播
- 10:00 金融行情/交易現場
- 1:00 CCTV News - 直播
- 2:00 金融行情
- 2:40 交易現場
- 2:43 金融行情
- 3:58 交易現場
- 4:00 皇天與乖孫
- 4:30 反斗智多星
- 5:00 LOSE
- 5:30 普通話新聞
- 6:10 普通話新聞
- 6:15 普通話新聞簡訊
- 6:15 普通話天氣報告
- 6:30 財經消息
- 6:30 足球之旅
- 7:00 藝坊
- 7:30 六點半新聞
- 7:50 天氣報告
- 7:55 瞬間看地球
- 8:00 為食新西蘭
- 8:30 Heroes (IV)
- 9:30 誘情轉駁
- 10:30 南太平洋
- 10:45 環球金融透視
- 10:50 目標人物
- 11:45 財經透視
- 11:50 晚間新聞
- 12:05 瞬間看地球
- 12:10 今日財經 (IV)
- 1:15 明珠檔案
- 1:45 寰宇體壇
- 2:15 美樂悠揚名畫集
- 2:30 Bloomberg財經第一線
- 5:00 台灣無線衛星電視台新聞
- 5:30 中國新聞

J2數碼頻道

- 9:00 舞林大道
- 10:00 無綫王
- 11:00 冒險王
- 12:00 聖誕會下雪嗎?
- 1:00 巨聲工房
- 1:30 Big Boys Club
- 2:00 無限挑戰
- 3:15 舞林大道
- 4:15 無間音樂
- 5:15 巨聲工房
- 5:45 聲宅族
- 6:00 玻璃面具
- 6:30 守護蛋精靈
- 7:00 娛樂新聞
- 7:30 龍巖人
- 8:30 世界那麼大
- 9:30 天使心
- 10:00 火影忍者疾風傳
- 10:30 聖誕會下雪嗎?
- 11:30 Big Boys Club
- 12:00 巨聲工房
- 12:30 流行連場

無線劇集台

- 9:00 波羅士大人
- 9:00 孤理小姐你想點
- 11:05 命中注定我愛你
- 12:00 命中注定我愛你
- 1:00 波羅士大人
- 1:45 孤理小姐你想點
- 3:00 命中注定我愛你
- 4:00 零秒出手
- 5:00 波羅士大人
- 5:45 壞情人
- 7:00 命中注定我愛你
- 8:00 零秒出手
- 9:00 波羅士大人
- 9:45 壞情人
- 11:05 零秒出手
- 12:00 命中注定我愛你
- 1:00 壞情人
- 2:15 波羅士大人

亞視本港台

- 6:29 亞洲早晨
- 9:15 理財博客之節市錦囊
- 10:15 通識小學堂
- 10:45 敗犬大聯盟
- 12:00 時尚生活Guide
- 12:20 馬上全接觸
- 12:23 環球搜影/當年今日
- 12:30 十二點半新聞報告/天氣報告/經濟快訊
- 1:05 愛無悔
- 2:05 生活加油站
- 2:35 理財博客之投資多面睇
- 3:30 理財博客之投資多面睇
- 4:15 通識小學堂
- 4:45 守護月天
- 5:15 海賊王
- 5:45 左右紅藍線
- 5:50 天氣報告
- 5:53 經濟快訊
- 6:00 六點鐘新聞
- 6:40 經濟快訊
- 6:55 經濟快訊
- 7:00 潮玩北京
- 7:30 潮玩Go Go
- 8:00 敗犬大聯盟
- 9:00 六合彩
- 9:05 敗犬大聯盟
- 9:30 愛上女主播
- 10:25 馬上全接觸
- 10:30 晚間新聞
- 11:15 馬上全接觸
- 11:20 土播天下
- 11:30 經濟快訊
- 11:40 時尚生活Guide
- 11:50 日本築地美食大追擊
- 12:45 輪船海飛一般之旅
- 1:45 今夜星光燦爛
- 2:15 王與我
- 3:10 槍神
- 4:00 新會古兜溫泉之旅
- 4:30 快活谷
- 5:30 曲終情未了

亞視國際台

- 6:35 生命真道—豐盛人生
- 7:00 新聞早點—中國新聞報導
- 7:30 財經資訊
- 9:30 BabyTV
- 10:00 中央電視台新聞-直播:綜合新聞
- 10:30 旅遊指南
- 11:00 綜合新聞
- 11:20 成長漢語
- 11:40 中國新聞報導
- 12:00 運動改變生活
- 12:00 MUSIC 120
- 2:00 財經資訊
- 4:00 財經資訊
- 4:40 變形小青蛙
- 4:40 反斗農場
- 5:05 生字美少女
- 5:35 亞視普通話新聞
- 5:53 經濟快訊
- 6:00 天氣報告
- 6:05 中國新聞報導
- 6:25 海客談
- 6:55 時事內幕追擊
- 7:25 財經透視
- 7:30 新聞及天氣報告
- 8:00 世界大歷史
- 8:30 運動改變生活
- 8:32 宅男1 PAIR 半
- 9:00 鬼靈偵探
- 10:00 守護新聞
- 11:00 夜間新聞
- 11:18 夜間經濟快訊
- 11:20 運動改變生活
- 11:22 宅男1 PAIR 半
- 11:50 台灣好味道II
- 11:50 今日亞洲
- 12:20 中國新聞報導
- 12:45 台灣新聞快訊
- 1:10 自然
- 1:30 文化報道
- 2:00 焦點報告
- 2:30 財經資訊

中天亞洲台(粵語頻道)

- 6:00 電視早餐
- 7:00 電視早餐
- 8:00 電視早餐
- 9:00 台灣腳遊大陸
- 10:00 康熙來了IV
- 11:00 全民最大黨II
- 12:00 1200 中天亞洲午間新聞
- 1:00 今晚哪裡有問題 IV
- 2:00 新台灣星光大道
- 4:00 全民最大黨II
- 5:00 沈春華LIFE SHOW
- 6:00 台灣腳遊大陸
- 7:00 1900 中天亞洲晚間新聞
- 8:00 今晚哪裡有問題 IV
- 9:00 全民最大黨II
- 10:00 康熙來了IV
- 11:00 台灣大論壇
- 1:00 2300 中天新聞
- 2:00 沈春華Life Show
- 3:00 今晚哪裡有問題 IV
- 4:00 康熙來了IV
- 5:00 全民最大黨II

中央電視台(國際頻道)

- 9:00 快樂漢語
- 9:15 血色沉香
- 10:00 中國新聞
- 10:05 說出你的故事
- 10:10 血色沉香
- 10:56 山西五台山風光
- 11:00 中國新聞
- 11:30 國峽兩岸
- 11:30 國峽兩岸
- 12:00 中國新聞
- 1:00 華人世界
- 1:20 快樂驛站
- 1:30 走進中國
- 2:00 中國新聞
- 2:15 女人的村莊
- 3:01 女人的村莊
- 3:47 女人的村莊
- 4:10 女人的村莊
- 4:45 山西五台山風光
- 5:00 中國新聞
- 5:15 音樂中國風
- 5:25 音樂中國風
- 5:50 健康新觀念
- 6:15 中國新聞
- 6:45 國寶檔案
- 7:00 中國新聞
- 7:15 洪湖赤衛隊
- 8:00 走進中國
- 8:30 騰飛中國
- 8:35 完全時尚手冊
- 8:53 完全時尚手冊
- 9:20 時事真道
- 9:30 今日關注
- 10:00 天涯共此時
- 10:45 快樂漢語
- 11:00 國峽兩岸
- 11:26 遠方的家
- 12:11 藍天下西洋
- 12:58 山西五台山風光
- 1:00 中國新聞
- 1:15 探索發現
- 2:00 新聞聯播
- 2:30 華人世界
- 2:50 快樂驛站

鳳凰衛視中文台

- 9:00 鳳凰大視野
- 9:15 鳳凰大視野
- 9:40 鳳凰全球連線
- 10:05 說出你的故事
- 10:55 時事開講
- 11:20 鳳凰新觀念
- 11:30 鳳凰新觀念
- 11:30 鳳凰新觀念
- 12:20 鳳凰新觀念
- 12:30 走進世博會
- 12:35 有報天天談
- 1:00 騰飛中國
- 1:25 騰飛中國
- 2:00 中國新聞
- 2:15 女人的村莊
- 3:01 女人的村莊
- 3:47 女人的村莊
- 4:10 女人的村莊
- 4:45 山西五台山風光
- 5:00 中國新聞
- 5:15 音樂中國風
- 5:25 音樂中國風
- 5:50 健康新觀念
- 6:15 中國新聞
- 6:45 國寶檔案
- 7:00 中國新聞
- 7:15 洪湖赤衛隊
- 8:00 走進中國
- 8:30 騰飛中國
- 8:35 完全時尚手冊
- 8:53 完全時尚手冊
- 9:20 時事真道
- 9:30 今日關注
- 10:00 天涯共此時
- 10:45 快樂漢語
- 11:00 國峽兩岸
- 11:26 遠方的家
- 12:11 藍天下西洋
- 12:58 山西五台山風光
- 1:00 中國新聞
- 1:15 探索發現
- 2:00 新聞聯播
- 2:30 華人世界
- 2:50 快樂驛站

有線電影1台

- 7:40 我老婆唔夠秤
- 9:50 中華英雄
- 11:55 運轉超人
- 1:55 回魂夜
- 3:35 花旗少林
- 5:45 愛上百分百英雄
- 7:50 鬼馬狂想曲
- 9:50 無間道II終極無間
- 12:10 新流流戀蝶劍
- 1:55 新蓋世英雄
- 3:50 我是誰

有線體育台

- 6:00 體育王
- 6:30 國際排球精英賽(15)
- 7:30 PGA巡迴賽精華
- 8:30 體育王
- 9:00 世界冰球錦標賽(1)
- 9:00 國際排球精英賽(15)
- 10:30 國際排球精英賽(15)
- 11:30 PGA巡迴賽精華
- 12:30 體育王
- 1:00 新加坡女子壁球精英賽決賽
- 2:00 世界冰球錦標賽(1)
- 2:00 國際排球精英賽(15)
- 3:30 體育王
- 4:00 國際排球精英賽(15)
- 4:00 國際排球精英賽(15)
- 5:00 世界羽毛球錦標賽決賽
- 5:00 國際排球精英賽(16)
- 5:00 國際排球精英賽(16)
- 11:30 世界羽毛球錦標賽決賽
- 1:00 體育王
- 1:00 體育王
- 1:30 世界冰球錦標賽(1)
- 1:30 國際排球精英賽(15)