



**HK DISTANCE
RUNNERS CLUB**

香港長跑會

GREEN RUNNING ROUTES 跑向新紀元

Maclehose Trails Section 5

**(Tze Wan Shan > Sha Tin Au > Gold Hill > Eagle Nest
Hill > Tai Po Road)**

麥理浩徑第5段 (慈雲山 > 沙田坳 > 金山 > 鷹巢山 > 大埔道)

Maclehose Trails Section 5 (Tze Wan Shan > Sha Tin Au > Gold Hill > Eagle Nest Hill > Tai Po Road)

|| 麥理浩徑第5段 (慈雲山 > 沙田坳 > 金山 > 鷹巢山 > 大埔道)

麥理浩徑第5段，長度是10公里，時間需要超過3.5小時始能夠完成。起點有2個選擇，可於慈雲山觀音廟側，走上斜路通往札山道及沙田坳，90年初，這條斜路前用作舉辦龍行虎步上獅山長跑比賽的賽道。麥理浩徑第5段入口位於斜路中途，有清晰指示牌，開步就是上石級。另一起點是慈雲山東面天馬苑，側邊是獅子山公園，公園內仰望整座獅子山型態，回憶年青時候聽到及看過電視劇“獅子山下 - 我地大家在獅子山下寫下那香江名句”。身為香港人是有必要親臨這公園遊覽，感受獅子山下目前的我們(是快樂或不快樂)。是次行程從公園與天馬苑之間的石級拾級往上走，石級兩旁是樹木，山徑路面是石砌，難度一般，經過25分鐘路程到達一交匯點的涼亭，名為回歸亭，是於1997年香港回歸中國當年建築，很多遊人到這裡都會休息。從涼亭下望，可以飽覽九龍東面市區的全景，涼亭週邊有3個分叉路，指示牌西面是往獅子山山頂(是遊覽熱點，目前多左外籍人前來遊覽)，指示牌南面是下山往九龍坳及橫頭磡，指示牌東面是往畢架山，這是我選擇的路程，自回歸亭往東邊踏上數之不盡的石級，斷斷續續往上的山徑，山徑兩旁是叢林，經過45分鐘路程到達山頂衛星收發站。離開收發站沿車路下山，走約300米處接麥徑指示牌通往下山梯級，梯級估計有900，分成兩段，第一段400級步出馬路為龍欣道，橫過馬路再接另外500梯級到達鷹巢山，不停走900石級並不好受，鷹巢山包括一條長長教育徑，長度有3.5公里是泥路，走起來頗舒適，沿教育徑有指示牌介紹及說明花草樹木品種。完成教育徑路段需要1小時，出口通往大埔道。





MacLehose Trail (Section 5)
麥理浩徑 (第五段)

Distance Post 標距柱

M111

Grid Reference
格網方位

KK077743



郊野公園及海岸公園管理局
Country & Marine Parks Authority

<http://www.afcd.gov.hk>

天馬苑

TIN MA COURT

獅子山

LION ROCK















0.5公里
Km
獅子山頂
Lion Rock Peak





筆架山觀景台 BEACON HILL VIEWING POINT

KK 088743

香港自然護理署
郊野公園及海岸公園管理處
Country and Marine Parks Authority, A.F.C.D.









你的位置
Your Location

KK 073743



鷹巢山自然教育徑

Eagle's Nest Nature Trail



梭羅樹

梭羅樹特別之處是淺灰褐色的樹皮，帶有龜裂的紋理。這種梧桐科常綠喬木實用價值甚高，樹皮纖維是上佳的麻繩、麻袋和紙張的材料。梭羅樹遍布亞洲，但最早紀錄這種植物的是一位僑居廣州的英國人，約翰利威氏(John Reeves)，樹的學名便以他命名。

Reevesia (*Reevesia thyrsoidea*)

The special feature of Reevesia is the greyish-brown bark with artistic deep fissures. This evergreen tree of the Sterculiaceae family has high functional value. The bark fibres are fine material for ropes, sacs and paper. Reevesia is widely distributed in Asia but the earliest record was made by a British man John Reeves who lived in Guangzhou, thus the scientific name *Reevesia thyrsoidea*.





鷹巢山自然教育徑

EAGLE'S NEST NATURE TRAIL

保護野生動物
禁止捕殺
保護野生動物
禁止捕殺
保護野生動物
禁止捕殺



Thank you for your support!

Postal address: HKDRC GPO Box 1068, Hong Kong

Website: www.hkdrc.org

Email: enquiry@hkdrc.org