



**HK DISTANCE
RUNNERS CLUB**
香港長跑會

GREEN RUNNING AND HIKING ROUTES 綠色跑步和步行路線

Parque Natural do Taipa Grande 澳門氹仔 – 大潭山環山徑



www.hkdr.org

Parque Natural do Taipa Grande || 香澳門氹仔 – 大潭山環山徑

澳門 – 大潭山環山徑位於氹仔市區中心外，是一條特別的郊遊徑，它長度只有3.5公里，山徑路面鋪有蠟清頗為平坦，圍繞大潭山環山徑夾雜有郊野公園，翠綠草坪，溫室種植，大量花草樹木及休憩涼亭，環境寧靜，空氣清新。沿路上的花草樹林，一片翠綠色，令眼睛看得舒適，山徑間歇設有石凳給遊人休息。筆者初到澳門工作至今都經常到此往山徑練習跑步，2005年12月曾經在這裡參加當地體育會主辦的澳門回歸長跑。

遊覽這條山徑可自外港碼頭乘坐30號巴士往氹仔，在進入市中心前雞頸馬路巴士站下車，沿司徒澤雄神父馬路上斜，澳門政府近年在斜路加建全新的防滑木造地板，接連上落馬路的梯級直達配水庫公園，配水庫公園近山徑入口附近更設置2部45度升降機供遊人乘坐，升降機可自由上落大潭山道至配水庫公園。步行以順時針方向走大潭山環山徑，在山徑往下望可欣賞氹仔市區風景，走約15分鐘，到達分叉路，往前是繼續山徑，左，右梯級分別返回雞頸馬路及步上梯級至氹仔最高點159.2米。山徑往前走，有分叉路往原生魚類保育區，大潭山茶花園及大潭山郊野公園。完成山徑前段，到達郊野公園範圍，除前述各項設施外，最特別是分佈於公園小徑，草坪及靠馬路旁邊，設有總數56株塑像，這些塑像全部服裝及型態都不同，此外更基石說明他們是代表中國的56民族，非常有教育性（參閱附頁全部56個民族名字，他們的數目及在中國那裡）。

延續大潭山環山徑的第2段，是穿過公園走進小路，路徑環繞山腰，居高臨下遠望的風景，非常優美，當中包括五光十色氹仔區大型建築如威尼斯人，金光燦爛的銀河娛樂，美高梅，永利皇宮，新濠天地，大潭山豪宅。山徑另一個角度，可以看到澳門機場，嘉樂庇總督大橋連接氹仔及澳門對岸的風景。這都是代表澳門經濟發展。

完成遊覽整條大潭山徑包括郊野公園及56株塑像要花上3小時。





56株塑像代表中國56民族分佈如下：-



www.hkdrc.org



毛南族 - Moran



撒拉族 - Salar



布朗族 - Blang



姜族 - Qiang



麼佬族 - Mulam



達幹爾族 - Daur



柯爾克孜族 - Kirgiz



錫伯族 - Xibe



納西族 - Naxi



東鄉族 - Dong Xiang



水族 - Shui



拉枯族 - Lahu



霍英東 - Fok Ying Dong



高山族 - Qaoshan



佘族 - She





56株塑像代表中國56民族分佈如下：-



佑族 - Woe



慄慄族 - Lisu



土族 - Tu



景頗族 - Jingpo



黎族 - Li



乞佬族 - Gelao



烏孜別克族 - Uzbek



怒族 - No



塔吉克族 - Tajik



普米族 - Primi



俄羅斯族 - Russ



伊溫克族 - Evenki



德昂族 - Deang



保安族 - Bonan





56株塑像代表中國56民族分佈如下：-



塔塔爾族 - Tatar



京族 - Jin



赫哲族 - Hezhe



裕固族 - Yugur



鄂倫春族 - Oroqen



獨龍族 - Derung



傣族 - Dai



哈薩克族 - Kazak



哈尼族 - Hani



土家族 - Tulia



白族 - Bai



瑤族 - Yao



同族 - Dong



滿族 - Man



朝鮮族 - Chaoxian





www.hkdrc.org



56株塑像代表中國56民族分佈如下：-



布依族 - Bouyei



壯族 - Zhang



彖族 - Yi



苗族 - Miao



維吾爾族 - Uygur



回族 - Hui



藏族 - Zang



蒙古族 - Mongol



漢族 - Han



基諾族 - Jino



珞巴族 - Lhobe



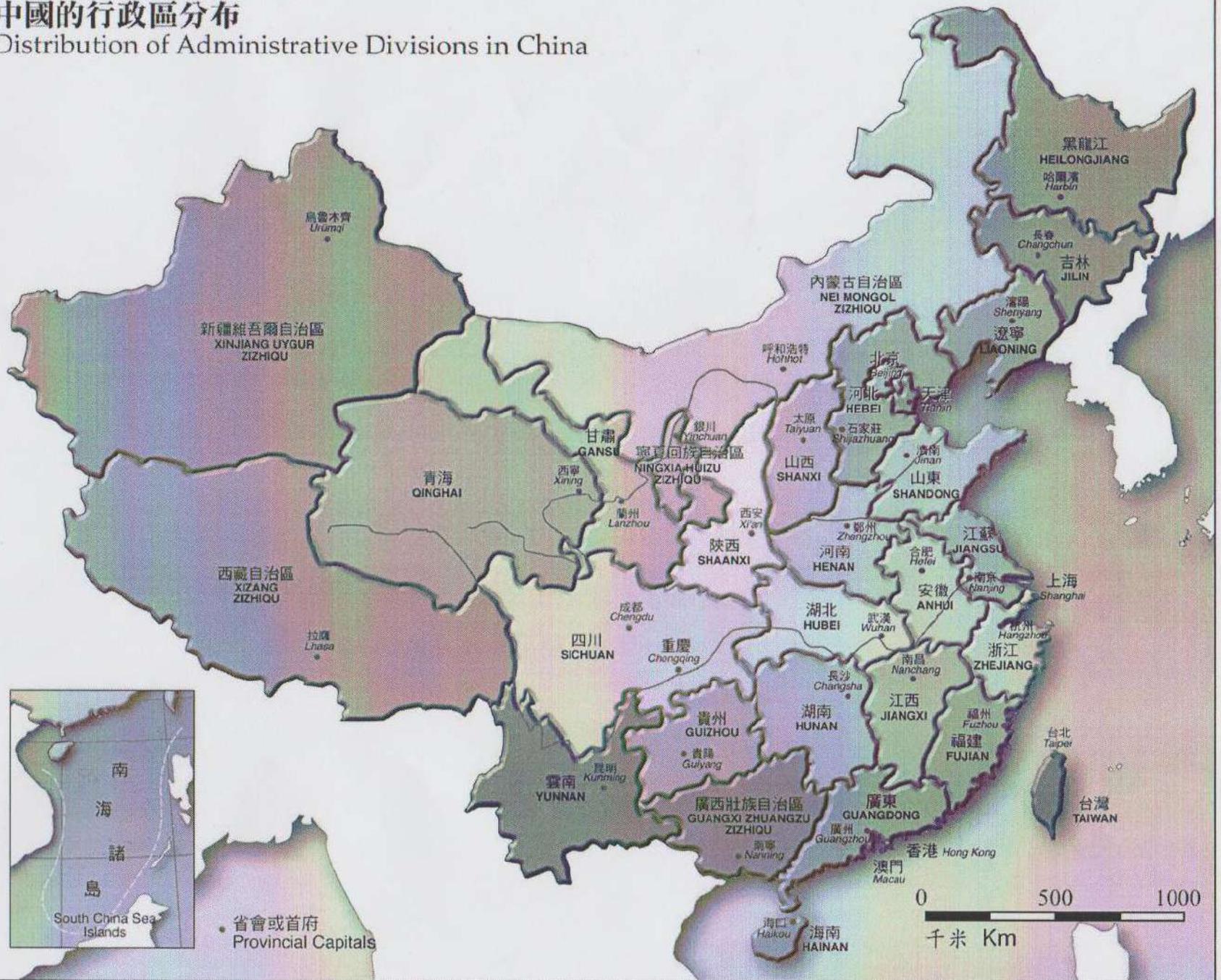
門巴族 - Monba

Map of China (Distribution of Administrative Regions of China)



中國的行政區分布

Distribution of Administrative Divisions in China



大潭山郊野公園

Parque Natural da Taipa Grande
Grand Taipa Country Park

市中心
CENTRO



路環
COLOANE

澳門
MACAU



大潭山郊野公園
Parque Natural do Taipa Grande
大潭山環山徑
Circuito da Taipa Grande 4000M





司徒澤雄神父馬路

ESTRADA PADRE
ESTEVAO EUSEBIO SITU

CM
11292











湖畔花園/湖岸大園
JARDIM DO LAGO/EDIFÍCIO DO LAGO
Lakeside Garden/Edifice do Lago

大潭山觀望台
MIRADOURO DA COLINA DA TAIPA GRANDE
Grand Taipa Viewing Platform

龍環葡韻住宅式博物館
CASAS-MUSEU DA TAIPA
The Taipa Houses-Museum

大潭山環山
TRILHO DA TAIPA GRANDE
Grand Taipa Hiking Trail

124



市政總署
INSTITUTO PARA OS
ASSUNTOS MÚNICIPAIS

標距

Marca Distância

大潭山環山徑
Trilho da Taipa Grande

2-01-08

緊急求助熱線 Linha de Emergência 999





砂仔最高點
Peak Maikou
Highest Point Of Taijia

大潭山郊野公園
Parque Natural de Taijia Grande
Grand Taijia Natural Park

大潭山茶花園
Jardim das Camélias do Taijia Grande
Taijia Grand Camellia Garden

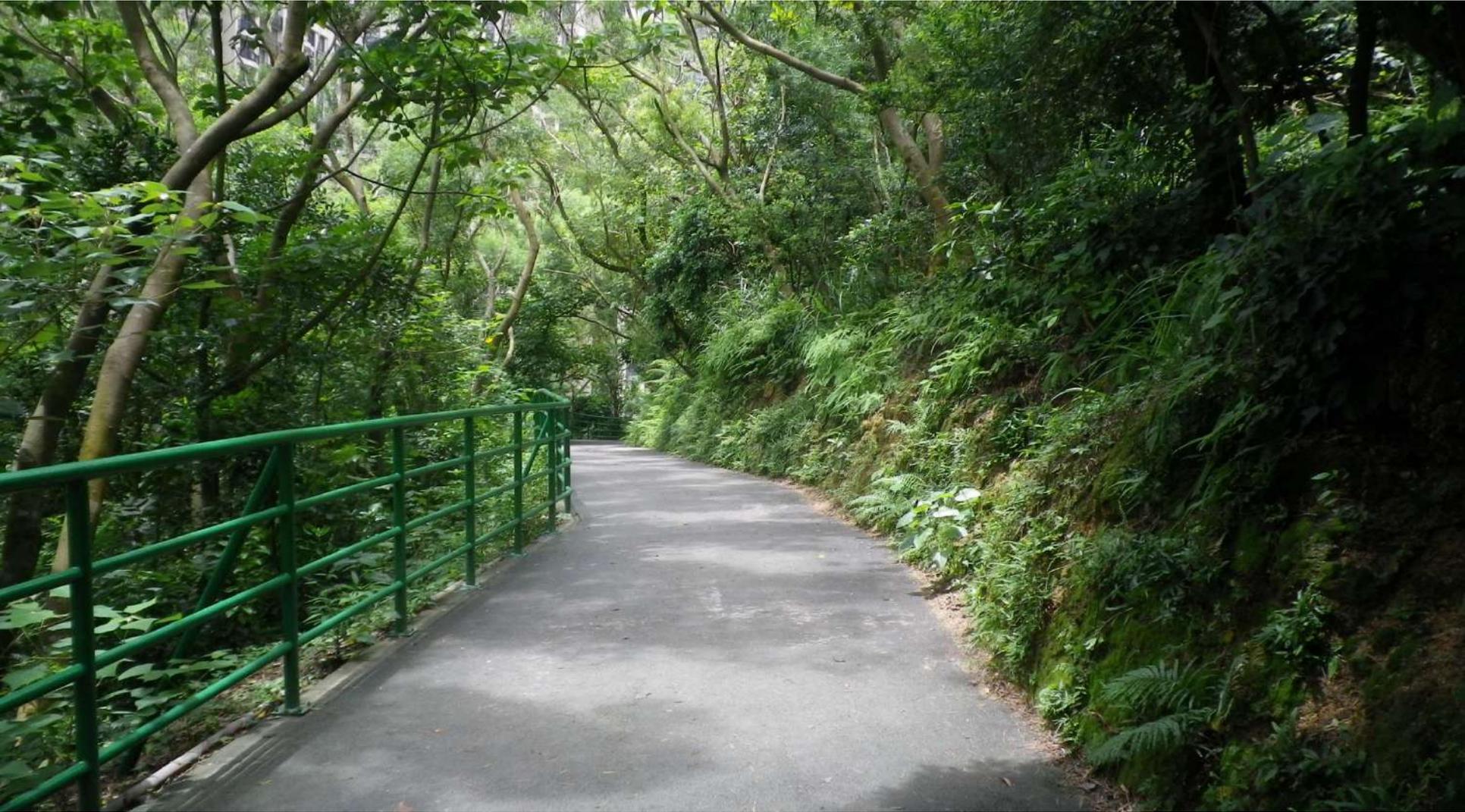


原生魚類保育區
Native Fish Conservation Area

大潭山茶花園
Datan Tea Garden











【毛南族】Maonan 作者：莫双健

毛南族 - Moran



撒拉族 - Salar



布朗族 - Blang



【羌族】Qiāng 作者：謝彬



羌族 Qiāng

人口約30.6萬
主要分佈在四川省阿壩藏族羌族自治州的
茂縣、汶川、理縣、
北川、黑水等地。

姜族 - Qiāng



麼佬族 - Mulam



【達斡爾族】Daur 作者：陳建富



達斡爾族 Daur
全國的達斡爾族主要
分佈在內蒙古自治區
力達瓦旗、鄂爾多斯自治
旗、鄂溫克族自治旗、
黑龍江齊齊哈爾市、新
疆塔城等地

達斡爾族 - Daur

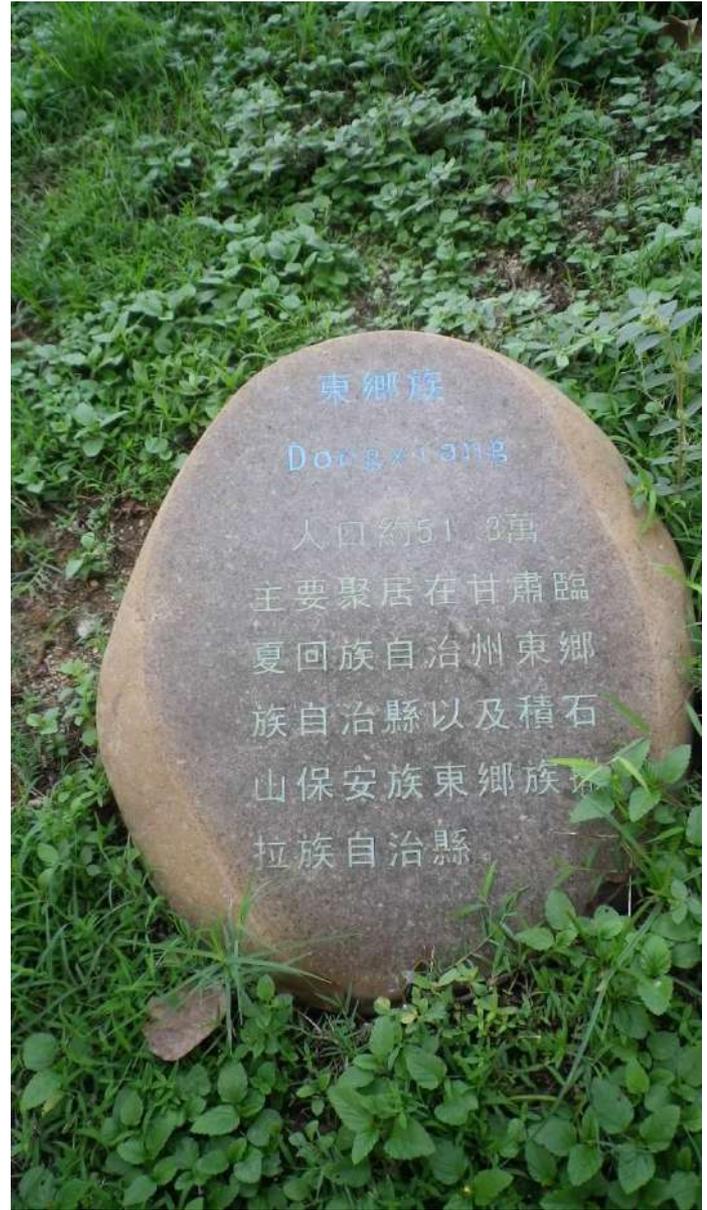


柯爾克孜族 - Kirgiz



錫伯族 - Xibe





東鄉族 - Dong Xiang



水族 - Shui



拉祜族 - Lahu



高山族 - Qaoshan



畲族 - She



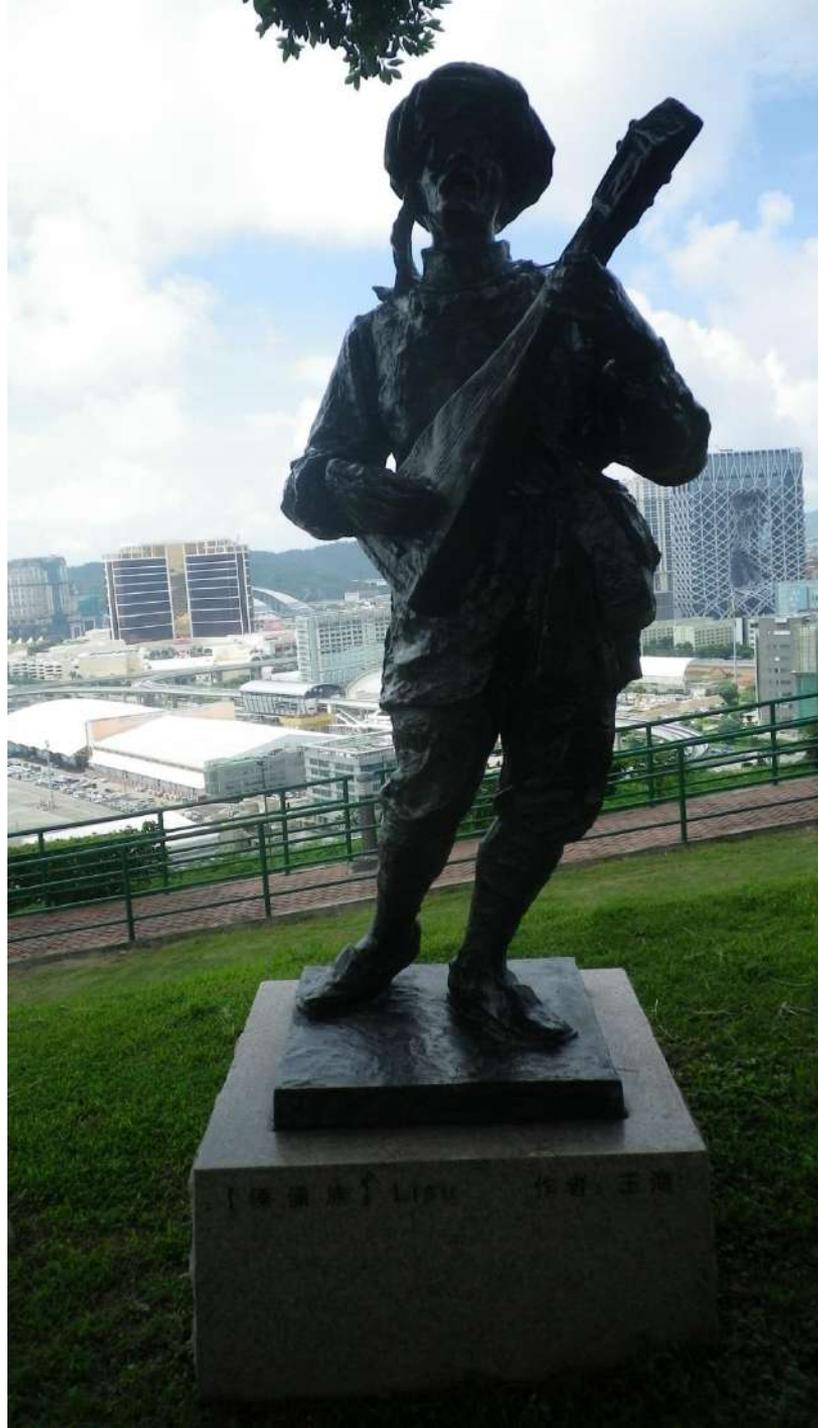
【佤族】Wa 作者：張向玉



佤族 Wa

人口約39.6萬 主要分佈在中國雲南省西南部的西盟佤族自治縣和滄源佤族自治縣，其餘分佈在瀾滄、孟連、雙江、耿馬、鎮康等縣。

佤族 - Woe



慄慄族 Lisu

人口約63.4萬，主要聚居
在雲南怒江慄慄族自治州，
其餘分佈在雲南麗江、迪
慶、大理、楚雄及四川鹽
源、鹽邊等地。

慄慄族 - Lisu



【土族】Tu

作者：楊再銘



土族 - Tu



景頗族 - Jingpo



【仡佬族】Gelao 作者：于世宏

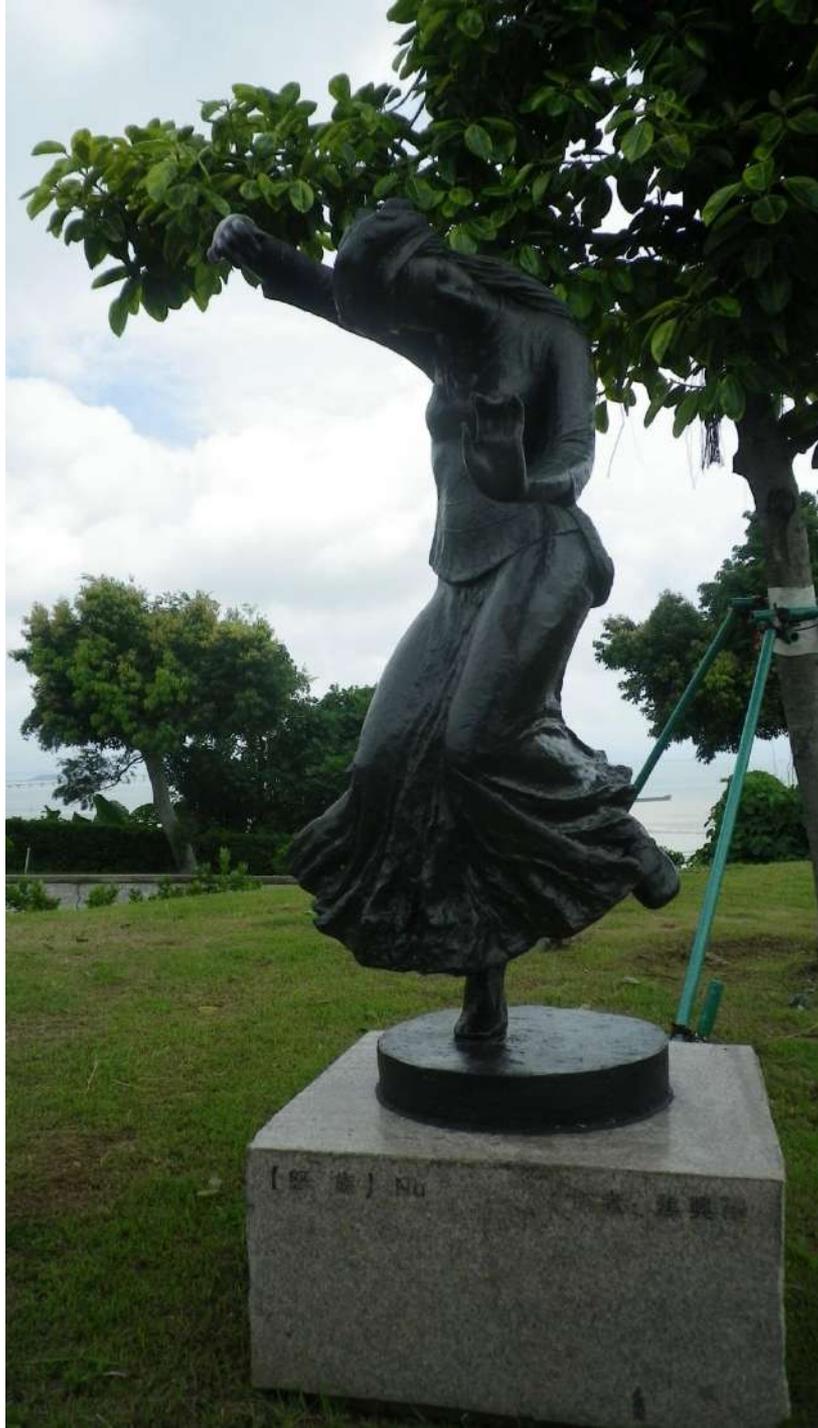


仡佬族 Gelao

人口約57.9萬，主要聚居在貴州省西北部及西部地區赫章、仁懷、安順、鎮寧等市縣，少數分佈在廣西、雲南等地。



烏孜別克族 - Uzbek



怒族 - No



【塔吉克族】Tajik 作者：李富軍



塔吉克族 Tajik

人口約4-1萬，主要分佈在新疆維吾爾自治區西南部的塔什庫爾幹塔吉克自治縣，少數散居在該縣以東的亞寧、普木盆地、皮山等塔里木西部邊境地區。

塔吉克族 - Tajik



普米族 - Primi



【鄂溫克族】Evenki

作者：殷曉峰

伊溫克族 - Evenki



德昂族 - Deang



【保安族】Bonan 作者：胡雁平



保安族 - Bonan



塔塔爾族 - Tatar



【京族】Gin 作者：饒二強



京族 Gin

人口約2.2萬。
主要分佈在廣西
北部灣的山心、
巫頭、萬尾三個
小鎮區。

京族 - Gin



赫哲族 - Hezhe



裕固族 - Yugur



鄂倫春族 - Oroqen



獨龍族 - Derung



【傣族】Dai

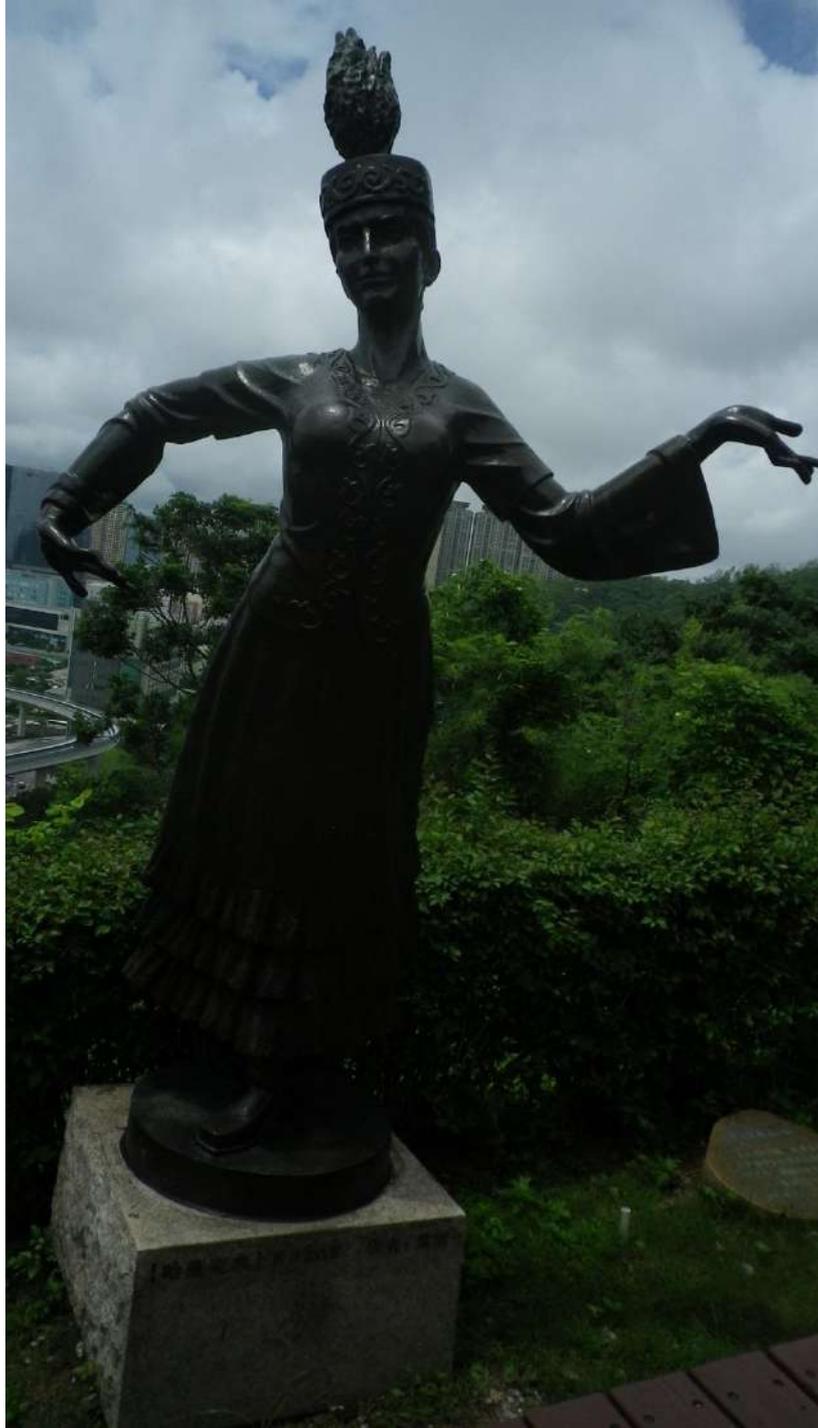
作者：周思賢



傣族 Dai

人口約115,800 主
要聚居在雲南西雙版納
傣族自治州，其餘分佈
在雲南各縣市

傣族 - Dai



哈薩克族 - Kazak



【哈尼族】Hani 作者：楊蒙



哈尼族 Hani

人口約143.9萬，主要居住在雲南省南部、貴州南部和越南北部。其傳統居住形式為「蘑菇房」。

哈尼族 - Hani



土家族 - Tulia



【白族】 Bai

作者: 謝立文



白族 Bai

人口約185.8萬，大部分居住在雲南省大理白族自治州，其他散居在雲南省怒江、瀾滄江及中國各地。

白族 - Bai



瑶族 - Yao



侗族 - Dong



滿族 - Man



【朝鮮族】Chaoxian 作者：高麗斌



朝鮮族 - Chaoxian



布依族 - Bouyei



壯族 - Zhang



彝族 Yi

人口約776.2萬，主要分佈在雲南、四川、貴州和廣西壯族自治區。著名的衛星發射基地西昌，就是彝族自治州州府所在地。



【苗族】Miao

作者：朱尚熹



苗族 Miao

人口約894萬，除貴州、雲南、湖南西部有較大的聚居處之外，在廣西、四川、海南、湖北也有分佈。

苗族 - Miao



維吾爾族 - Uygur



【回族】Hui 作者：馬強



回族 Hui

人口約931.6萬，是中國分佈最廣的少數民族，主要聚居在寧夏回族自治區以及甘肅、青海、河南、河北、北京、雲南、新疆等地。

回族 - Hui



{ 藏 族 } Zang

作者: 蔡毅



藏族 ZANG

人口約541.6萬
主要聚居在西藏自
治區，其餘在青
海、四川、甘肅、
雲南等地。

藏族 - Zang



蒙古族 - Mongol



漢族 - Han



基諾族 - Jino



珞巴族 Lhoba

人口約0.2萬
主要分佈在西藏自治區東南部的珞渝地區，少數散居在米林、墨脫、隆子、朗縣一帶

珞巴族 - Lhobe



門巴族 - Monba



Thank you for your support!

Postal address: HKDRC GPO Box 10368, Hong Kong

Website: www.hkdrc.org

Email: enquiry@hkdrc.org