



**HK DISTANCE  
RUNNERS CLUB**  
香港長跑會

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

# Sunset Peak

## 大東山



www.hkdcrc.org

# Sunset Peak || 大東山

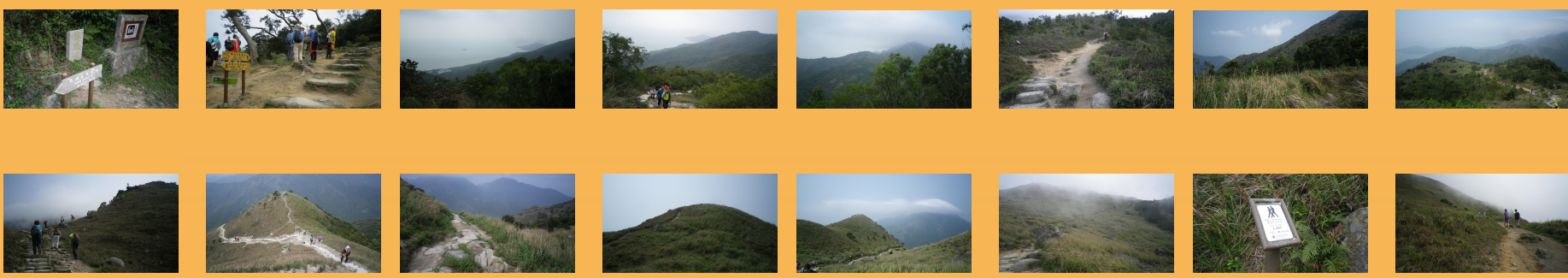
**Pak Kung Au > Sunset Peak > Shek Sze Shan > Wo Liu Tun > Wong Lung Hang Road > Chek Lap Kok New Village (Total Distance 12km) 伯公坳 > 大東山 > 大石脊 > 石獅山 > 禾寮墩 .> 黃龍坑道 > 赤臘角新村**

大東山 - 英文名是 Sunset Peak是全港第3個最高的山，高度869米低於鳳凰山934米，最出名是看日落。大東山位於北大嶼山中部，與鳳凰山一起各踞東，西兩方。攀登大東山需要體力充沛，不可缺少的裝備包括行山棍，手套，太陽眼鏡，補充體力食物如麵包，生果和足夠5小時飲用的水，最後亦是最重要的行山鞋。

遊覽或攀登大東山 (Sunset Peak)，最熱門的路線是由伯公坳開步，往西邊的梯級登山，到達山頂長度約4.5公里，需要2小時，至於落山需要由山頂869米經山徑下降至山腰約747米，然後轉沿鳳凰徑走以相反方向，經爛頭營，二東山，雙東坳，南山到達嶼南道，長度超過12公里，需要5.5小時。

但是次隨同行山隊一起，登大東山到達山頂小於2小時，山頂風景優美，遠望群山疊疊，而巍峨的鳳凰山就在前方的遠處，山頂強風至四方吹來，部份隊員包括筆者瑟縮在石堆避風。停留山頂休息，欣賞風景及拍照用去20分鐘，隨即隨行山隊往北面落山，這條落山的路徑是冷門及難度大，需要由大東山山頂高度869米沿大石脊下降至338米石獅山，落山的小徑並不明顯，小徑實際上是穿越草叢及間歇的小樹，路徑方向是靠別的行山者在草叢或樹幹當眼處綁上顏色絲帶，小徑路面傾斜度大和凹凸不平，有些梯級高度達1米，走這些山徑小路如果裝備不足，很容易受傷。在這短短869米至338米的520米崎嶇不平斜路，筆者滑倒3次之多，幸好身體沒有嚴重損傷，而個人的步速就大大減慢，由開始的前列位置，落後至包尾。好不容易到達石獅山山頂，時間2小時多。由於體能消耗差不多，繼後石獅山往禾寮墩都是同樣路徑，還好這處的山脊較平坦，上落高度都是280米至324米，步速較前段加快，在極疲累身體狀況下，終於由禾寮墩下降至黃龍坑道建築地盤，最後到達赤立角新村終點，總共時間用去6小時。

經歷是次行山經驗，充足裝備和事前體能練習是必要的。





鳳凰徑



南山經大東山  
NAM SHAN VIA  
SUNSET PEAK

















































Lantau Trail (Section 2)

鳳凰徑(第二段)

Distance Post 距離柱

**L015**

Grid Reference 格網座標 **HE 043 639**



郊野公園及海洋公園管理局  
Country and Marine Parks Authority

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









Thank you for your support!

Postal address: HKDRC GPO Box 10368, Hong Kong

Website: [www.hkdrc.org](http://www.hkdrc.org)

Email: [enquiry@hkdrc.org](mailto:enquiry@hkdrc.org)