

環縣健走第9站-南澳鄉「健康不打烊(Tayal)、南澳～楓情萬蹤迎秋行」

健走活動

- 一、活動時間: 105年9月03日(星期六)上午7點00分至10點00分
- 二、活動地點: 南澳鄉民眾服務站前廣場(南澳鄉立幼兒園旁廣場)
- 三、健走路線: 南澳鄉立幼兒園旁廣場—南澳原生植物園區返回南澳鄉立幼兒園旁廣場闖關, 來回約3公里。(詳如附件)
- 四、活動程序:

時間	活動內容	備註
07:00—07:30	南澳鄉南澳部落—相見歡	南澳鄉衛生所
07:30—07:40	迎賓舞	Lopwe Ryohen 青年隊
07:40—08:00	長官致詞暨健康承諾	南澳鄉衛生所
08:00—08:10	「泰」健康熱身操	麗韻舞蹈工作室
08:10—09:00	齊步走 GO! 楓情萬蹤迎秋行	南澳鄉衛生所
09:00—10:00	健康不打烊: 1.健康活力秀(闖關活動) 2.青春活力派 3.摸彩(有獎徵答)	碧候星光舞團 麗韻舞蹈工作室 南澳鄉衛生所
10:00	期待下一站~頭城鎮	

『活動小叮嚀』:

- 1、請自行衡量身體狀況, 酌情參加, 所有參加人員均由主辦單位投保公共意外責任險。
- 2、遇雨活動照常舉行, 亦請民眾隨身攜帶保暖衣物及雨具。若因安全考量, 主辦單位得視現場實際情形變更行程路線。
- 3、活動中請遵守工作人員指揮引導, 參加人數眾多請多注意自身及家人安全, 以期活動順利圓滿。
- 4、本活動如遇重大天然災害或不可抗拒因素, 主辦單位將於行前一日公告於宜蘭縣政府衛生局及本所網站或電洽: 03-9981019南澳鄉衛生所查詢。

健走路線：

南澳原生植物園區健走路線

全長來回約2.3公里，約3,538步(30分鐘)



林務局南澳工作站
南澳原生植物園區

中途站

宜蘭往南澳

車種	車次	經由	發車站-終點站	宜蘭開車時間	南澳到達時間
區間車	4102	-	宜蘭-花蓮	05:32	06:15
區間車	4108	-	宜蘭-花蓮	06:09	06:52
區間車	4114	-	宜蘭-花蓮	06:44	07:27
區間車	4124	-	頭城-花蓮	07:38	08:20
自強	272	山	苗栗-花蓮	09:24	09:58
區間車	4628	-	宜蘭-玉里	09:28	10:19

南澳往宜蘭

車種	車次	經由	發車站-終點站	南澳開車時間	宜蘭到達時間
區間車	4117	-	花蓮-頭城	06:10	06:50
莒光	561	海	花蓮-潮州	06:50	07:39
區間車	4613	-	玉里-宜蘭	08:30	09:12
自強	407	-	臺東-樹林	09:50	10:25
區間車	4161	-	花蓮-宜蘭	10:33	11:23
莒光	605	-	花蓮-樹林	11:10	11:49
區間車	4177	-	花蓮-樹林	12:35	13:24

宜蘭縣政府衛生局 🦀南澳鄉衛生所 關心您 經費來自菸品健康福利捐 廣告