



淡蘭古道

TAMSUI-KAVALAN TRAILS

哈囉淡蘭！ HELLO TK TRAILS

淡蘭的「淡」是指清朝時期的淡水廳，「蘭」則是噶瑪蘭廳，淡蘭百年山徑，是當年先民往來兩地之間的交通要道，也是北台灣發展史上精彩的一頁，目前依古道演變與功能特質，概分為具有官方性質的「北路」、主要為民間拓墾的「中路」以及茶販商業貿易的「南路」。後來雖因交通方式革新，使得古道逐漸沒落，但至今古道上仍可看到不少先民留下的生活痕跡。而近年政府與民間合作，以**手作步道**工法修復，使淡蘭再現風華。

兩百多年來，走在文化路徑上有漢人與原住民，也有洋人、日本人，更難得的是它同時也是候鳥的航道、昆蟲的蝶道——人、生態、文化在此交會。因此，除了歷史人文，古道上更有生態與山海美景等著你來發掘。不必出國，就能享受像國外**長距離步道**的體驗，不論是新手或是探險家，都能找到適合自己的路段，體驗獨特的淡蘭魅力。

✦ 手作步道

就地取材，以符合周遭生態、文化的手作工法，維護修復步道。

✦ 長距離步道

以長度至少超過50km、全程走完必然要在路途中過夜、步道有獨特可供辨識的標示系統、由志工參與維護，是近年健行旅遊的新趨勢，如西班牙的朝聖之路、日本無野古道等皆屬之。

	北路	中路	南路
1807年	●		楊廷理平亂
1812年	●		噶瑪蘭廳設立
1850年		●	漳泉械鬥
1860年			台灣開港通商
1872年	●		馬偕來台灣北部傳教
1885年			劉銘傳修築淡蘭便道(今北宜)



新北市政府觀光旅遊局 © 版權所有
DESIGNED by MATINAL DESIGN | 早起設計

來挖寶！

TREASURE

走在淡蘭的山徑上絕對不會無聊，除了忙著看手上的路線圖，別忘了路邊還有很多寶藏等著你蒐集——有的隱藏在山壁的轉角，有的要天時地利人和才遇的到，有的說不定就是在你腳邊！這趟旅程能蒐集到幾個呢？

生態探索



雙扇蕨

侏羅紀時代之前就出現在地球上的雙扇蕨，葉脈保有二又分支的古老特徵，目前僅於亞洲少數地區可見，相當珍稀。因其珍貴意義，雙扇蕨成為淡蘭古道識別系統的代表標誌。

臺灣纓口嫩

台灣特有種魚類，喜歡以吸盤吸附在溪流中的石頭上，啃食藻類，因此又被叫「石貼仔」。



拉氏清溪蟹

夜行性的溪蟹，母蟹在夏天會到地勢較高的潮濕地挖洞產卵，正好避開颱風暴雨可能造成的傷害，是很聰明的小螃蟹。



台灣粉欏

喜生長於海拔兩千公尺以下之森林陰暗處。外型與筆筒樹相近，最大不同處在於台灣粉欏的葉片枯萎後不會脫落，而是下垂於樹冠下。其嫩芽和髓心可食，是早期原住民的傳統美食。

杜英

兼具美觀及實用性的常綠喬木，葉子在掉落前會轉為鮮豔的紅色，綠葉中點綴紅葉十分美觀，果實成熟後就變成美味的零食，吃起來像檳榔，因此又有「山檳榔」的別名。



台灣鱧頭魚

俗稱的「苦花」、「長老魚」，魚體為銀白色，背部為蒼黑色，也是台灣特有種，被原住民視為只有長老才能吃的高級珍品，有牠的地方，水質一定很乾淨！

說走就走！

TOURS

難易度參考
★★★ 親山休閒型 ★★★ 自然健行型 ★★★ 荒野探險型

訪古尋幽歷史路線

TK2-11 中坑古道

距離	時間	難易度
5.5 km	2 hrs	★★★

- 搭火車至「雙溪車站」
- 轉乘新巴士F812至「長源1期」站下車或搭國光客運780、781、782至「長源」站下車
- 步行約25分鐘
- 中坑古道登山口

中坑古道

- 威惠廟
- 中坑拱橋&石柱
- 青蛙石
- 古厝地遗址
- 三方向碑
- 須折返，或續行枋山坑古道至「英達魔法學院」搭乘新巴士F712

探索保備紀好野路線

TK2-14 崩山坑古道

距離	時間	難易度
7.2 km	3.5 hrs	★★★

- 搭火車至「雙溪車站」
- 轉乘新巴士F812至「長源1期」站下車或搭國光客運780、781、782至「長源」站下車
- 步行約25分鐘
- 崩山坑古道登山口

崩山坑古道

- 威惠廟
- 漳州人成功防守泉州人進入柑腳城，為紀念開漳聖王保佑而建。在城門前，領頭者常帶庄民在廟中起誓、祈求保佑。
- 沿途經過：原始森林、溪流、雙扇蕨(或化石)、梯田草地、水牛
- 古早厝地
- 泰平國小
- 泰平端 | 搭新巴士F815至「虎豹潭」站下車步行前往

水陸兩棲親子放電路線

TK2-15 北勢溪古道

距離	時間	難易度
6.1 km	2 hrs	★★★

- 搭火車至「雙溪車站」
- 轉乘新巴士F815至「至料角坑(浮水橋站)」站下車
- 步行約40分鐘
- 抵達北勢溪古道登山口

北勢溪古道

- 小瀑布
- 植被豐富的北勢溪古道，途經幽巧優美的小瀑布，落差岩石地形及木橋，是每個遊客駐足拍照的熱點。
- 月亮灣
- 深潭杜英相隨，溪水因地形錯落，產生相當特別的潭潭景致。
- 雙溪口福德宮
- 折返，或續行灣潭古道至「灣潭」站搭乘新巴士F815

輕鬆親子水閣家行路線

TK2-16 灣潭古道

距離	時間	難易度
4.5 km	1.5 hrs	★★★

- 搭火車至「雙溪車站」
- 轉乘新巴士F815至「灣潭」站下車
- 步行約5分鐘
- 灣潭古道登山口

灣潭古道

- 灣潭土地公
- 灣潭古道「水頭」、「水尾」各有一福德祠，此座原為石造，初建於西元1905年，後由當地居民集資改建至現址。
- 瀑布
- 雙溪口福德宮
- 三水潭
- 灣潭溪與北勢溪交會處形成的深潭，亦有稱「雙水潭」。早期沒有橋樑時，居民會在河道中擺放石塊，以「跳石釘」的方式踩路渡河。
- 須折返

愛護山林！

RULES

想要爬山的你，想必也很喜歡、尊重大自然，走淡蘭時可以遵守「無痕山林(Leave No Trace)」，減少對原始環境造成衝擊，一起守護大自然！

1 事前規劃與準備

例如人數以小團體活動為主，分散因人數造成的植被破壞及對野生動物的干擾。不帶過度包裝的食品上山，減少垃圾量。

2 走在現有步道上

任意開闢新路除了危險，也可能會破壞地表植被，或造成土壤侵蝕。

3 自行帶走垃圾

出門時就帶個垃圾袋，離開山時務必將所有垃圾、食物、廚餘都帶走，降低環境污染，也避免野生動物誤食。

4 保留原始景觀

不破壞遺跡和建築，也不撿拾石頭、摘取植物或取走任何當地天然資源，照片是最好的紀念品。

5 勿餵食野生動物

如果遇到野生動物，避免上前打擾，且絕對不能餵食牠們，否則除了影響動物的健康，也會改變牠們的習性、生活方式。

6 適當處理排泄物

沒有廁所時，野外大小便請遠離水源、避開步道。為減輕對環境的影響，小便可直接尿在岩石或砂礫上。大便可以用貓鏟挖洞掩埋，以樹葉或石頭覆蓋，衛生紙請用夾袋裝帶走。

7 尊重在地社區及其他健行者

尊重同在山林裡的旅伴，維護他們原野體驗的品質；禮讓上坡且負重的山友；休息時避免打擾其他山友；避免使用收音機或音樂播放器。

行前須知！

USEFUL TIPS

下載GPX

GPX是一種軌跡記錄檔案。你可以規劃路線及事先下載GPX檔，匯入手機中的登山APP後，就能定位。山區收訊不佳，行前一定要事先下載GPX軌跡檔及離線地圖，並研究路線。



GPX詳細教學及淡蘭古道GPX路線下載

裝備建議

以下為裝備建議，記得詳讀後再出發囉！
貼心提醒：除了裝備以外，時間規劃也很重要囉！提早出發不要太晚下山，可避免晚間迷路、受傷等危險。

1 戶外多功能鞋(雨鞋)

淡蘭古道多為原始山徑，遇雨溼滑，穿著抓地力好的戶外多功能鞋或防滑的雨鞋，才能走得安全。

▲一般球鞋不適合登山健行，因鞋底偏軟，無法避震保護關節，且在泥濘行走易滑倒。

2 排汗衣

穿著一件專業的排汗衣，尤其是夏季登山時大量流汗，吸濕排汗、快乾透氣的衣服，讓你更舒適的享受山林風光，且平時運動也可以穿。

▲棉T較不適合登山，因為棉T只能吸汗、不能排汗，濕的衣服除了不舒服，也會讓體表的溫度下降，在低溫環境有失溫風險。

3 排汗褲

穿著有彈性的排汗長褲，能保護腿部免於擦傷、割傷，並讓關節活動不受限，下雨時外層可再搭配雨褲。若無排汗褲，一般運動長褲尚可應付郊山行程。

▲別穿牛仔褲！一來是吸水不排汗，二來彈性不夠好的布料會降低你的攀爬能力。

4 背包

登郊山用雙肩後背包即可(防潑水材質更佳)，進階款可以用20-30公升的登山背包，再搭配背包防水套。



5 雨具

淡蘭古道山區容易有午後雷陣雨，防水外套是很好的選擇，或者可準備摺傘、雨衣，避免淋濕。

6 手機&GPX檔案

山區收訊不佳，行前就要下載路線的GPX檔並儲存於登山APP中，並搭配離線地圖規劃路線。

7 乾糧&飲用水

可帶輕巧、能快速補充熱量又方便食用的食物，如巧克力、餅乾、堅果、能量飲。飲用水則要準備1,000-2,000 c.c.，避免脫水導致熱衰竭。

8 頭燈

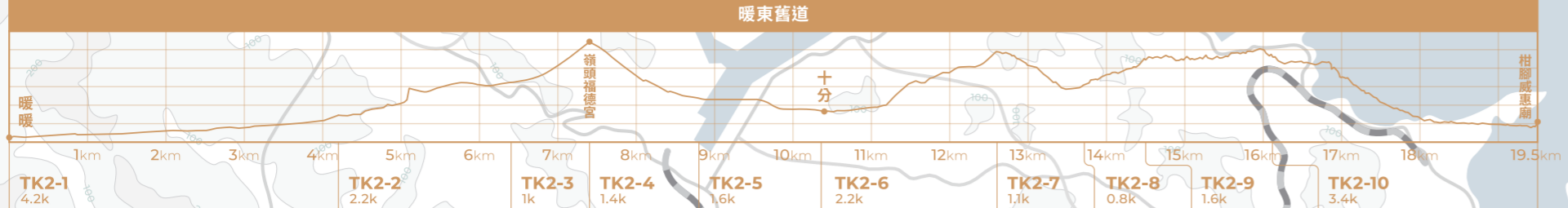
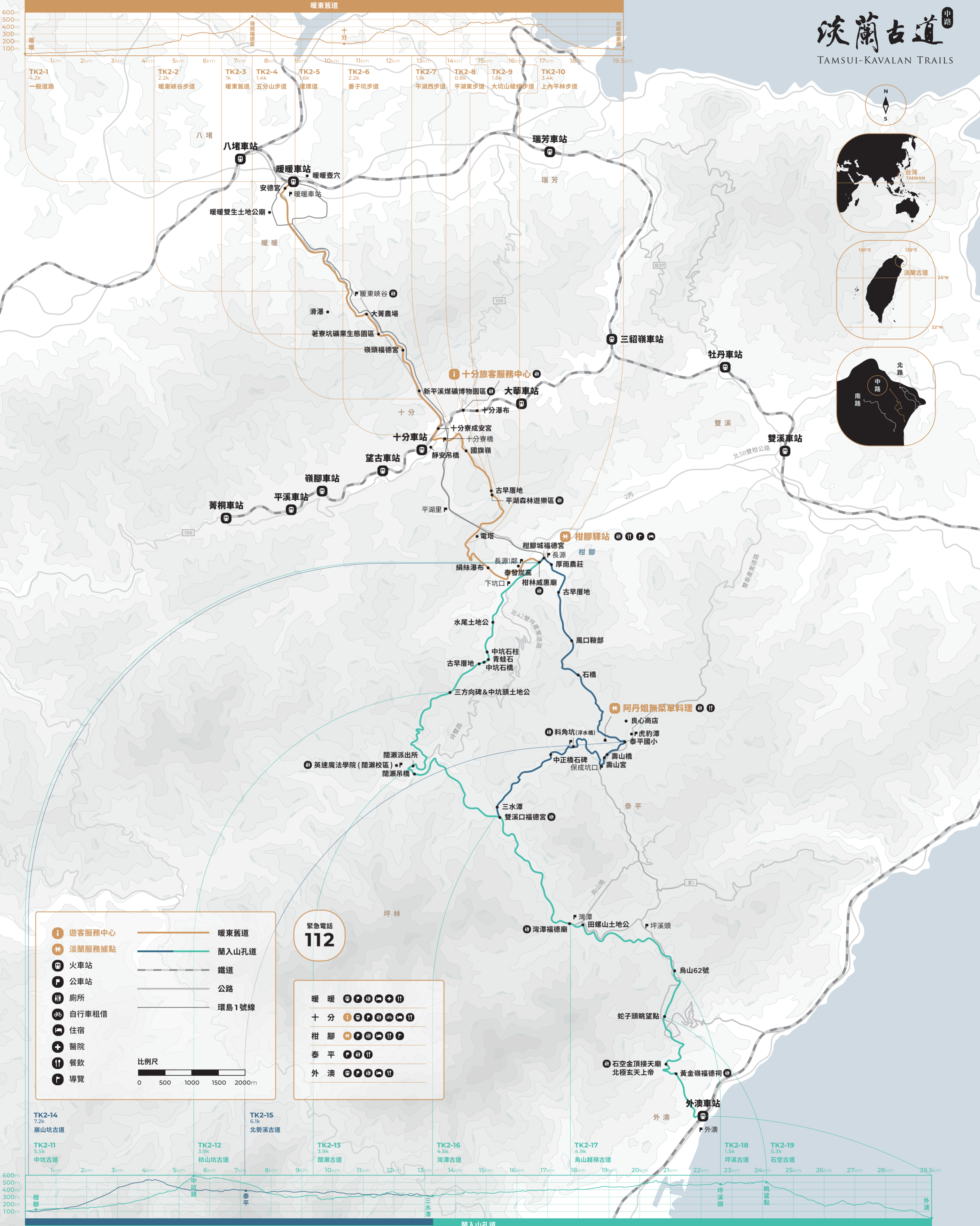
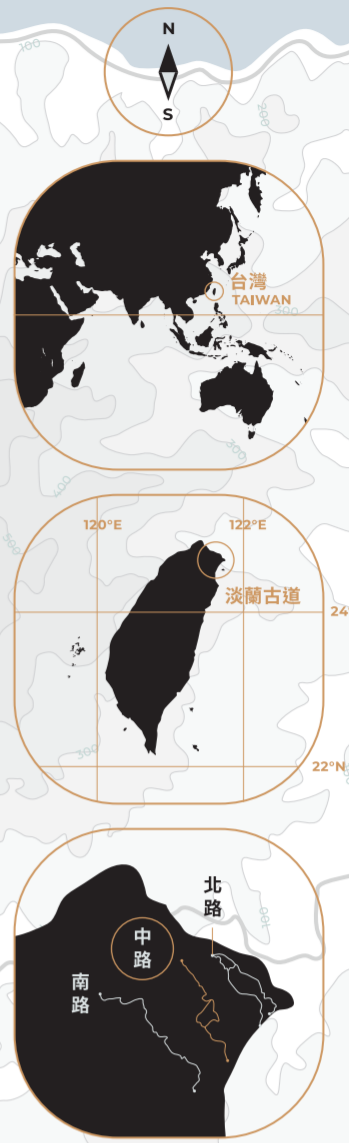
山區易有濃霧與樹林遮蔽，以頭燈取代手機照明，讓你的雙手能更自由應變各種情況，一般選50流明即可。

9 加分小道具

防曬：遮陽帽/防曬乳/抗UV外套
保暖：毛帽/頭巾/羊毛登山襪
安全：登山杖、護膝、哨子、指南針
其它：毛巾、防蚊液、環保餐具、衛生紙、小鏟子、垃圾袋

淡蘭古道

TAMSUI-KAVALAN TRAILS



遊客服務中心

淡蘭服務據點

火車站

公車站

廁所

自行車租借

住宿

醫院

餐飲

導覽

暖東舊道

蘭入山孔道

鐵道

公路

環島1號線

比例尺

0 500 1000 1500 2000m

緊急電話 **112**

暖暖

十分

柑腳

泰平

外澳

600m
500m
400m
300m
200m
100m

中路