

2008 環島比賽 - 路程

今年比賽路程是 逆時鐘方向跑, 路線的形狀與數目字 8 字相似. 起點, 接力, 終點 於黃泥涌峽停車場. 參賽者一定要在每一個檢查站登記**, 而每一個檢查站都有水站.

黃泥涌峽停車場出發:**

右轉 過橋 走落 黃泥涌道 至 司徒拔道迴旋處, 橫過馬路 走入寶雲道 跑到尾 之後, 橫過 馬己仙峽道 向上走入 蒲魯賢徑.

在三叉路 左轉 走上 樓梯和車路 就到 梅道 同 地利根德里的交匯處. 橫過 梅道 沿著 地利根德里 便到 舊山頂道.

過舊山頂道後, 繼續一直跑, 穿過 一片空地/休憩的地方. 沿著 一條崎嶇不平的小路, 穿過樹林約 500 咪. 留意, 有藍點指示, 要右轉落一段陡峭的石樓梯, 到樓梯底, 轉左, 跟著圍欄走到尾; 再上級樓梯後, 接著第二個圍欄, 走到尾 之後 跟著一條石屎徑, 穿過樹林的盡頭 是寶珊道頂.**

跑落寶珊道 到地道, 在消防局則 轉左上樓梯後, 轉右上 克頓道 400 咪 轉彎到 龍虎山. 右轉後 要立刻 向左 跟著 小路跑到尾. 靠左邊一條小徑走入樹林 (不要落樓梯) 這小徑與扶林水塘道是連接的.

轉右 落 薄扶林水塘道 200 咪後, 靠左是一個三叉路 沿著小路走到尾 是一個有蓋的水塘, 跟著 再走上一條小徑, 要圍繞著 水塘邊的圍欄 一直走到尾, 是另一條小路, 轉左上山.

在公共廁所位置 走 向右邊支路, 到一個交匯處. 在交匯處對面, 要轉右 落樓梯, 跟著引水道走到尾. 轉右 落小路 去第一個支路 靠左邊. 跟著這條小路 之後 落樓梯 去下一層的引水道 轉左. 繼續 跑引水道 之後 就會經過 十字路 到貝璐道.**

仍然 要跑在引水道, (不要跑 馬路/小徑 和 落樓梯右轉) 直至 引水道 去到 香港仔水塘道. 在三叉路 向左上山 不久 便要轉右 橫過 香港仔水塘上霸.

繼續一直跑在這條小路 (不要 理會支路) 直至 再跑上 香港仔水塘的 引水道. 大約 1 公里之後, 要留意 藍點指示, 轉右 落小路入樹林. 出到 南風道 要過馬路 (這是一個三叉路位) 到對面的 深水灣道, 轉左 向上跑 回到 黃泥涌峽停車場.** [半程完畢]

[接力後]

橫過 大潭道, 轉右入小路 (下面黃泥涌水塘公園). 跟著引水道跑, 直至 橫過一段 石屎樓梯 (衛奕信徑)

上面是 淺水灣峽. 轉右 落樓梯去到 峽底. 橫過橋 立刻轉左 落去 一條小路. 在小路盡頭, 轉右, 沿著 大潭水塘道 跑到 大潭道公園入口.**

過 大潭道, 繼續 向下跑 經過 (右邊的美國學校, 左邊的大潭童軍中心). 落到底, 轉左 再沿著海邊走. 繼續 跑 穿過村屋, 靠左跑, 直至去到有欄杆 就要 橫過下面的 大潭霸. 在霸下面 橫過橋, 立刻, 轉右 走入小路 穿過樹林.

當石屎徑出現, 轉左, 上石級, 之後 去右, 石澳引水道. 跟著 引水道 跑到尾, 接著 港島徑 到 Hobie Cat Club, 土地灣. 轉左 上樓梯 去石澳道.**

橫過 馬路, 繼續 向上跑在 港島徑. (不要跑去 龍背山) 跟單車徑, 靠左跑. 直至與 石屎路相接, 繼續 落山, 穿過一度閘, 在彎位, 轉左, 落樓梯. 落到樓梯底, 就要去 石澳道 直入 大潭峽.

在大潭峽 下面, 轉右, 入一條小路 約 300 咪 後, 橫過 引水道, 轉左, 跟著 引水道跑到尾, 橫過 大潭道.**

小心過馬路, 繼續 上一段樓梯. 跟著 引水道 跑 經過一個新遮蓋的水塘 及 將近到尾是有一個小霸. (留意藍點指示)

要轉左, 橫過 引水道 及 靠一條繩 爬上一條小徑, 去到一個較高的山坡. 在小路 右轉 一直走 到尾. (上面是康山).

轉左 (不要落石級) 跑到尾 是畢架山路. (上面是郊野公園管理中心)

轉右, 落 柏架山道 40 咪, 轉左, 沿著 金督馳馬徑.

跟著, 金督馳馬徑** 走到尾 是 畢架山道頂. 轉右, 落 畢架山道 及 跟著這條路 跑, 直到經過 (右邊的住宅樓宇). 轉左, 再入, 金督馳馬徑, 一直跑回 終點, 黃泥涌峽停車場. **

恭喜 跑畢全程者, 不滿意比賽成績的跑手 或 上岸的跑手 希望來年練習充足, 再次參加.