

# 台北教區第四總鐸區四旬期一日徒步朝聖計畫

舉辦日期：3/14(六)

主辦單位：第四總鐸區各堂口教友傳協會、各堂口聖母軍、各堂口青年會

協辦單位：聖文生善會、台灣明愛會

不需事先報名，但為因應肺炎疫情，請大家在**教堂內或團體活動場合配帶口罩**，遵守相關規範。

中餐與飲水自理（陽明山天主堂有開飲機），並謹守環保簡樸及垃圾減量原則，飲食請自行處理廚餘及廢棄物，最好自行帶下山。

## 徒步行程路線建議：

本總鐸區各堂口教友，建議就各自或邀請親朋好友從自己家走到本堂再前往陽明天主堂參加 **11:00** 公望彌撒，其他時間則自行前往其他教堂朝聖。外地教友可以自行或參加以下建議有人帶路的之時段的行程。

### A. 一日健腳路線：

士林天主堂-2K-蘭雅天主堂-2.2K-天母天主堂-3K(天母水管路/600 公尺階梯爬升 400 公尺)-陽明山天主堂-8K（經龍鳳谷及硫磺谷有步道及階梯/陽投公路路較狹窄要注意安全）-北投天主巷(溫泉路舊天主堂)-1K-北投天主堂

全程 17 公里，活動時間 10 小時

建議時間表（也可以反向走）

7:00-8:00 從士林天主堂出發

8:30 蘭雅天主堂

9:30 天母天主堂

10:50 前抵達陽明天山主堂

11:00 陽明山天主堂彌撒

12:00 午餐 13:00 前往北投天主堂

16:00 抵達北投天主堂

16:30 公唸玫瑰經/朝拜聖體

17:00 活動結束

## B.半日(不同出發點)

1. 士林天主堂-2K-蘭雅天主堂-2.2K-天母天主堂-3K(天母水管路/600 公尺階梯  
爬升 400 公尺)-陽明山天主堂-搭公車下山至北投天主堂或另一教堂
2. 北投天主堂-9K-陽明山天主堂
3. 石牌天主堂-5K-陽明山天主堂



