

2025 年玉山國家公園 Youth Camp 「拉庫拉庫蕨之旅」  
行程表

時間	項目	內容	地點
活動首日(114 年 1 月 21 日、2 月 4 日)			
16:00~16:15	學員報到	學員報到	玉里火車站
16:15~16:45	相見歡	學員與工作人員自我介紹、分組	達娜分享文化工作室
16:45~17:45	裝備檢查	登山裝備介紹與使用方式說明	達娜分享文化工作室
17:45~18:30	公糧、裝備分配與打包	裝備打包方式教學	達娜分享文化工作室
18:30~19:00	登山安全	登山注意事項宣達	達娜分享文化工作室
19:00~	晚餐、盥洗	養足精神準備入山	玉里鎮旅館(學員各自訂房旅館)
活動次日(114 年 1 月 22 日、2 月 5 日)			
8:00~8:15	學員集合	學員集合	玉里火車站
8:15~8:30	交通接駁	前往南安遊客中心	玉里-南安遊客中心
8:30~9:00	南安遊客中心導館(南安管理站解說員)	玉山國家公園簡介	南安遊客中心
9:00~9:20	防熊噴霧罐練習 罐實務操作	練習使用防熊噴霧，演練拉出練習罐、拆下保險裝置並瞄準。	南安遊客中心前空地
9:20~9:35	交通接駁	前往瓦拉米步道登山口	南安遊客中心-瓦拉米步道口
9:35~9:50	暖身、大合照	全員暖身、安全事項宣達	瓦拉米步道口

9:50~11:30	前往佳心	認識中海拔森林生態；山風一號橋旁山黃麻，觀察臺灣黑熊爪痕	步道口-佳心
11:30~12:00	中餐	用餐、無痕山林示範	佳心
12:00~14:00	前往喀西帕南紀念碑	認識八通關越嶺線人文歷史	佳心-喀西帕南紀念碑
14:00~14:15	緩衝時間	速度調整、學員身心狀況確認	瓦拉米步道
14:15~16:15	前往瓦拉米山屋	認識八通關越嶺線自然生態與人文歷史	喀西帕南紀念碑-瓦拉米山屋
16:15~17:00	抵達瓦拉米山屋	分配床位、環境認識	瓦拉米山屋
17:00~19:00	晚餐	炊事練習課程	瓦拉米山屋
19:00~20:30	登山課程	基礎登山、迷途自處、野外醫學	瓦拉米山屋
20:30~	就寢	認識山屋禮儀	瓦拉米山屋
<b>活動第三日(114年1月23日、2月6日)</b>			
6:00~6:30	起床、盥洗	起床、盥洗	瓦拉米山屋
6:30~7:30	早餐	炊事練習課程	瓦拉米山屋
7:30~8:00	整裝出發	裝備檢查	瓦拉米山屋
8:00~15:00	往抱崖山屋方向前進，約往前推進 7km	認識保育類野生動物台灣黑熊棲地、生態習性；登山步伐轉換及呼吸調節教學、中海拔植群介紹、布農族傳統狩	八通關越嶺步道

		獵技巧演示、玉山地質地形介紹、木炭窯的功用、拉庫拉庫溪流域及生態介紹、動物痕跡辨識及野生動物相處守則	
15:00~17:00	晚餐	炊事練習課程	瓦拉米山屋
17:00~19:00	認識布農文化	布農傳說故事	瓦拉米山屋
19:00~20:00	觀星課程	認識冬季星空	瓦拉米山屋
20:00~	就寢	實踐山屋禮儀	瓦拉米山屋
活動終日(114年1月24日、2月7日)			
5:30~6:00	起床、盥洗		瓦拉米山屋
6:00~7:00	早餐	炊事練習	瓦拉米山屋
7:00~7:30	整裝出發、大合照	往瓦拉米步道口回程	瓦拉米山屋
7:30~10:00	路程	布農傳統地名意涵、布農語、植物在布農生活中所扮演之角色	瓦拉米山屋-黃麻駐在所
10:00~11:50	路程	史前文化靜浦文化石器介紹、布農家屋建築特色、生活慣俗介紹	黃麻駐在所-布農家屋群
11:50~12:30	路程	布農家屋、布農移墾歷史介紹	布農家屋群-佳心石板屋
12:30~13:10	午餐		佳心石板屋-佳心
13:10~14:30	路程	認識布農民族植物、溪谷地形、中海拔爬蟲類、蝶類介紹	佳心-瓦拉米步道口
14:30~14:45	交通接駁	返回南安遊客中心	瓦拉米步道口-南安遊客中心

14:45~14:55	八通關越道路開鑿紀念石碑	歷史意義尋探	八通關越道路開鑿紀念石碑
14:55~15:30	結業式	生命教育及心靈啟發、心得分享、頒發結業證書、滿意度問卷填寫	南安遊客中心
15:30~15:45	交通接駁、解散	返回玉里火車站	南安遊客中心-玉里火車站

※活動內容可能因天候或其他因素略作調整，以獲得更佳的學習成效。