



TAIPEI HASH HOUSE HARRIERS 2009'S COMMITTEE MEMBERS

GRAND MASTER (-會長-)	Aqua	李源慶	0935-259-689
JOINT MASTER (-副會長-)	Rolling Stone	張仁全	0937-058-475
	Speed Motor	杜世輝	0932-059-949
	Roger Me	Kevin Meyer	0932-381-013
HASH CONTROL (-監察-)	Dragon	龍天池	0928-243-807
Spiritual Consulter (-顧問-)	Gash	廖啟仁	0933-905-906
Diplomacy Consulter (-外交事務顧問-)	Bamboo	魏志華	0932-919-160
ON-SECRETARY (-秘書-)	Ink Pink	陳俊彥	0912-000-412
	Alone	張欽賢	0935-339-951
HASH CASH (-財務-)	Dog Leather	蕭世璞	0933-000-716
	Massage	凌仲政	0912-057-639
	Three Bucks	張三成	02-23064368
TRIL MASTER (-路線-)	Carrier	何萬豐	0933-208-276
	Robot Machine	邱創建	0936-483-838
	Autobiker	陳秋山	02-25045402
BOOZE MASTER (-總務-)	Cylinder	許萬益	0933-047-907
	Hammered	鄭永利	02-22863062
	Nails	吳啟明	0933-227-567
	Sk-pin	張明河	0933-234-217
	Auto Spring	邱顯誠	0937-029-023
BOOZE MASTER (-服飾總務-)	Image	周正順	0927-189-777
HASH BASH (-聚餐-)	Black Donut	劉進鏘	0910-021-686
	Plod	李家誠	0928-260-288
	Pitcher Shit	陳裕信	0926-680-000
INFORMATION (-資訊-)	Softy	徐壹豐	0920-946-035
HASH WEB SITE (-網站-)	Fire Bird	蕭桃彰	0937-888-531

待宰的兔子/HARE LIST		地點 / RUN SITE	報導/SCRIBE
次數/NO	日期/DATE		中文/ENGLISH
1921	10月17日 謝金河 (Golden River) 0935-220-688	平溪南勢(石碇交流道有麵粉) Pin-Xsi (Free way xhi-Ding Exit will get flour)	林西銘 (Carpark) 0918-038-516
1922	10月24日 Greg Short (Sheep Shagger) 0932-144-208	瑪陵(五堵交流道有麵粉)Ma-Lin(wu-Du Exit will get flour)	林文琛 (Pin Hole) 0932-058-210
1923	10月31日 蕭桃彰 (Fire Bird) 0937-888-531	三峽,化妝跑步,家庭路跑,三鶯交流道,雙向均有麵粉Sanxia (Halloween Dress up Run & Family Run,Free way No.3 Sanxia Exit will get flour)	張漢義 (BarberShop) 0928-229-459

1. 兔子們注意:冬天天黑較快,兔友做路線盡量避免太長,一條好的路線,跑步約60-90分鐘,步行約90-150分鐘,如果路線長的話,應該提早出發 或 分S、L路線,讓體力不太OK的兔友跑S路線,這樣大家(幹部、兔子、兔友)比較沒壓力,不論晴天或雨天,盡量採用麵粉,雨天改用紅色麵粉,路線盡量不與大眾路線重疊

1. 2010年正副會長,截止登記日期2009年12月5日,選舉日期2009年12月12日

1. 今年度凡會內有舉辦A to B之特別路跑,且單日行程者,當日台北不另做路線

1. 捷兔之歌(HASH New Song)

2. Taipei Hash 聽人講起 爬山落崎 真趣味 大家相招 Down Down Bash 燒酒喝甲 笑微微
為了增加噹噹的樂趣,希望各位兔友將捷兔之歌背起來(國字部分用台語發音)

1. 11/14日會內迷你馬拉松,跑21Km者,10/31日前請向路線組登記,21Km跑完全程者,本會將贈送精美獎牌一面,2009年跑次5次(含)以上者,本會贈送有刻度杯組(6個)壹組. BASH(辦桌)費用NT200元,不足部份由HARE(蘇松欽)Crash贊助,參加者11/7日前請向Bash組登記.(1-3名,送手表一只,其餘7只抽籤決定)

1. 12-20富邦臺北馬拉松(IMG),42km(NT900),21Km(NT700),10Km(NT500),報名截止11/7,報名請洽陳秋山

1. 安徽路跑,日期:2009年10月16-18日,地點:中國安徽省黃山,費用:1,000人民幣(未含機票費用),洽詢&報名專線:0930-928035 (Ivy)

1. 健龍跑步 2009 10/11,兔子:KAM,地點:貓空(動物園開始有麵

1. 夜間跑步:10/7

1. 1900次礁溪特跑,紀念排汗衣,尚有餘額,欲購請洽劉進鏘,每件NT200,尺寸只剩2XL, 3XL, 4XL, 欲購從速



Hare : 陳澤淵
(Life U.K.)

時序進入秋天。轉眼又來到中秋節正是全家團圓的日子。講到今天的跑步就要提到做路的兔子UK，第一點是此君只要跟做路扯上關係就是颱風加打雷閃電，記得2007年他當會長時周六來了幾個颱風，不僅自己做兔子時颱風來，Windex在竹子湖的跑步也是泡湯，創下了台北捷兔的紀錄，帶賽功力一流。這次也不例外還一次來了兩個，好像還是擺脫不了帶賽的命運，難怪前幾天他整天盯著氣象預報深怕舊事重演。再來就是他和co-hare五佰上次在清明節做路，似乎這兩人專挑節日，只差了端午節不是周六。

今天兔子選在七堵泰安瀑布上方的姜子寮山登山口集合，沿著台五線右轉產業道路而上約六公里。姜子寮山

海拔792公尺，設有枕木步道約1.5公里可至山頂，山頂有三等三角點基石，姜子寮山頂設有觀景台，可以俯瞰基隆、汐止、台北、平溪等地區，另有步道可銜接汐止磐石嶺、菁桐古道、龍船朵、中寮尖、嶺腳等地。今天也許因為是節日的關係來的人，較少再加上先發部隊起跑時只剩四五十人往路旁小徑直下來到一座農舍，再由此沿農舍後方小徑向上接到枕木步道右轉，由於下雨的關係路有點濕滑有些兔友在此左轉short cut回來，正路再左轉向上經過陵線一路向下回到集合點。快者約四十幾分鐘，大部分人都在一個小時內回來，在中秋節又是颱風天這種長度算是剛好。

Down Down前只見兔友陸續離開，大多都回家陪家人了留下的人不多，所以Down Down早早開始約五點半就結束了不過今天還是有Bash席開兩桌。最後給UK一個忠告下次乾脆選過年做兔子，要是還有颱風來這輩子你就別再做路了吧。On ! On !



報導: 陳仁浩



