## 台北捷兔週報 NEWS LETTER 2009/4/4 第1893/沈跑

網址 http://www.taipeihash.com.tw

Softy's mail:softy@taipeihash.com.tw or jackshyu@ms2.hinet.net



TAIPEI HASH HOU	JSE 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	Bamboo	魏志華	0932-919-160
(-外交事務顧問-)			
ON-SECRETARY (-祕書-)	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	何萬豊	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	劉進鎊	0910-021-686
	Plod	李家誠	0928-260-288
	Pitcher Shit	陳裕信	0926-680-000
INFORMATION (-資訊-)	Softy	徐壹豊	0920-946-035
HASH WEB SITE (-網站-)	Fire Bird	蕭桃彰	0937-888-531

待宰	的兔子/HARE LIST	The set of DITAL CEPTO	報導/SCRIBE
次數/NO	日期/DATE	地點 / RUN SITE	中文/ENGLISH
1895	4月18日 高雄Hash 台北歐忠池	全島特跑(Whole Island Special Run) (8:00中山足球場集合出發) 龍珠灣(慈湖) (Lonz-Zu Bay,Ze-Hu) Tel 0935-242-553	徐壹豐 Softy 0920946035
1896	4月25日 呂春長(Telecom) 0921-888-765	金山,核電廠開始有麵粉(Gin-San,Nuclear Factory will get flour)	蔡品端 You Ching 0921906177
1897	5月2日 王財鎣 (Wanker) 2871-5816	(Bush-Baby <b>追思跑步)外雙溪,故宮博物院</b> (Memorial Special Run for Bush-Baby)Wai-Sun-Sei,Gu-Kon Museum will get flour	莊顯亮 Cobra 0932315470

- **1. 兔子們注意:**一條好的路線,跑步約60-90分鐘,步行約90-150分鐘
- 2. Attention: A Good Run is running about 60-90 mins. Walking 90-150 mins
- 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
- 1. 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. 3/28蘇花古道特跑,收入NT222,350,支出NT197,369,剩餘NT24,981,參加者每人酌退NT100,請於 星期六(4/4)向各車車長領回退款,無法出席者,認識者請代領.
- 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

## 1900th Rum in 立蘭 礁窓

5月23日 有空嗎?沒空.沒空.....(全家都沒空)

全家作伙門陣Run一下 緊報名:那無擱等兩年!!!

費用包括:遊覽車,T-Shirt,紀念品,BBQ(烤全豬),晚上BASH

請兔友有空校對個人資料,至5/2止

1. 健龍跑步 (ChinaHash) 日期:2009 4/12 Hare:Dr. Shitfaced 地點: Beitou 北投

1. 夜間跑步: 4/15 Tuckey Fuckel

|||2. 板南線 南港站出口3或2

1. 捷兔點2009/4/4 第1893 Run 地點:金山 人數: 166 天氣:晴天



今天重頭戲在後半段的加投山, nice and easy,雜木相間,迂迴挺進,高低起伏適宜,奔馳於林內左右閃竄,山徑只得容身稍一不留神即錯失麵粉或被倒木撞個滿頭包,十足的感覺統合訓練,春風偶爾於林蔭中微微吹來,遠處員潭溪節奏的溪水聲,心涼脾肚開,標準的捷兔路線。兔子伍佰,Life U.K相互搭配最佳拍檔,在北台一年總會在各姐妹會屢創佳作,頗獲好評,十分要得。伍佰上加投山探路4趟仍會錯失於林海,可見山不在高,事在人為,少了15.38 U.K,16.20 U.K頓失所依,遲到的,腳程慢的只好張大眼睛各憑本事了。

14時與Key Way擺脫了三芝深山內未知名的瀑布群直奔 "金山核二廠有麵粉",經濟不景氣假日淡金公路上車水馬龍亦不復見,金山街上轉入磺溪路片刻即見三三兩兩兔友漫步於萬金溫泉飯店停車場,乖乖,遲到的還真不少,停車場比飯店還要大,200多人的車陣仍塞不滿,兔子商得飯店主人同意作為今天的集合點,代價是5桌Bash,各取所需,飯店女副總down down時也獲邀請來體會一個有跑步問題的喝酒俱樂部,光屁股坐冰塊喝啤酒的滋味,也感受到Assend聽嘸福佬話的心情。

第一個Check就人仰馬翻,很顯然的兔子有意在飯店四週先巡禮熱身一番,殺殺時間,20分鐘後接台電保線路直登電塔,此段路程中兔子有意來了一段泥濘草地,這原本是捷兔為求趣味性多樣性而設計的,竟有多位兔友繞道而行盡失原味殊為可惜。村莊兒女各當家,村婦笑問何處來,遙看秧苗迎春風,隨風直到老樹下,隨即銜接一段草土相間的產業道路,

薑花田、溝渠步道交織,不濕不滑跑來心曠神怡,前頭標高95m的加投山已在望了,山重三重疑無路,九彎十八拐下得山腳下,賣冰淇淋的、賣開關的、賣保特瓶的、賣春藥的、賣保險套的,一字排開溝渠上洗完鞋腳,踩得夕陽歸。

下週副會長,阿逗仔Village idiot在大溪有精彩絕倫的演出,拭目以待,準兔子別錯過了。



























