



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
1910	8月1日 陳仁浩 (Mosquito) 0936-940-358	竹子湖(Gue-Zei Lake)	黃純輔 (Solonpas) 28710645
1911	8月8日 王信量 (Jimbo) 0922-377-599	深坑(家庭路跑)(深坑交流道有麵粉)(Family Run)(Sxen-Kan, Free Way Sxen-Kan Exit will get flour) <b>提倡環保,此次聚會不提供碗筷,請兔友自行準備,請每人準備一道小菜</b>	邱顯城 (Auto Spring) 0937-029-623
1912	8月15日 李易殊 (Forest) 0910-085-247	十八王公(Su-Ba-wan-kon Temple)十八王公有麵粉	陳仁浩 (Mosquito) 0936-940-358

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

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,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. 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

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. 台北捷兔2009年 綠島,特跑 路程Specially Run At Green Island

2. 舉辦日期:98年9月19日—20日 ON date: 18th Night-untill to 19—20 SEP.

1. 健龍跑步(ChinaHash) 日期:2009 7/26 兔子:TBA地點:黑龍潭路跑

1. 夜間跑步: 07-29-09 定點

Hash Name	中文	跑次	Hash Name	中文	跑次	Hash Name	中文	跑次	Hash Name	中文	跑次
Appetizer	郭詩錠	200	Bull Wang	王繼明	1100	Crash	蘇松欽	500	Shit Sandwich	吳竹賀	800
Roger Me	Kavin	100	Dragon	龍天池	500	500 Miles	鄭信農	400	Whore House	李盛填	1000
Luca	朱逢台	100	Robot Machine	邱創建	300	Hash Doctor	邱一洲	400	Blood Sucker	葉步雄	600
Monkey Dick	高金郎	600	SlobboJr	涂慶昌	300	Forever	林泳源	400	Dog Leather	蕭世璞	500
Doze	卓明仁	300	Sand Nigger	林宗榮	200	R.P.M.	李志勇	100	Asahi	陳朝明	200
Grandpa	林國銘	1200	Bloody Dog	魏文章	500						

以上23位這一季完成百次者,獎牌已做好,我們將於7/25及8/1噹噹頒發,請以上的兔友當次噹噹盡量留下,將獎牌領回

1. 各位兔友:有興趣划龍舟的兔友,每星期六早上6:00-7:00於五股成蘆橋下集合,有兩艘龍舟可供練習

1. 捷兔點2009/7/18 第1908 Run 地點: 三峽東眼山 人數: 214 天氣:晴天



今天天候受到莫拉非輕颱邊緣的影響,稍緩連續幾天的酷熱,不再是萬里無雲、豔陽高照,是個適合戶外活動的天候,老天也真是倍憐TAIPEI HASH有嘉,上午11時四部遊覽車從台北中山足球場開出經北二高下三峽交流道轉往東眼山居領頭的B車的司機大哥應兔友因酒蟲作祟無法跑步的要求,在上中和交流道前讓U.K及SevenEleven下車,從7-11搬上兩大箱台啤,讓男、女兔友飯後解饞,也因耽擱了些時間,又因聯絡錯誤,原本左轉大板根方向,C、D車在往三民方向遇到Check停車等待,而A車已衝到五寮遇到Back Track調頭回程...四部身軀龐大的遊覽車在山區小道蜿蜒繞行終於12:40四部車平安停妥在往東眼山、五寮交叉路口的起跑點。13:00會長Aqua讓Hare-Octopussy及CoHare-Eagle亮相,這兩位長跑建將,兔友們心裡也大概有個譜,今天定是個長程抗戰,不折騰到累垮才有鬼。Hare-Octopussy正式宣佈:路程14公里,跑步1小時15分(14÷5×4=時速11.2公里)、步行3小時(14÷3=時速4.67公里)、下(平)坡路段70%,上坡路段30%,路程記

號現場作成,13:10兔子開跑,兔友13:30方能起跑追逐,不得提前。接著會長宣佈:凡自認不勝體力者,可搭來車到B點後,順著由A點起跑已回巢的逆向上路運轉,斟酌自己體力再跑回到B點。13:10,Hare、Co-Hare各提著一(小小袋包)麵粉,在兔友的鼓勵掌聲中準時起跑,隨後會長為體恤女兔友體力先行放行,惟一小夥(身體)長的不一樣的兔友卻跟隨在後當起保鏢;隨即由Fire-Bird帶頭作暖身運動,於13:30吹哨Walking,順著往東眼山的一小段上坡公路後轉入一段平坡小徑後提腳開跑,兩旁綠蔭、蛙鳴蟲唧、踩著枯乾樹葉沙沙作響,夾帶兔友急促呼吸聲,舖成有寧靜、有吵雜、有節奏卻無章法的自然樂曲,雖然豔陽沒了,但低氣壓、潮濕悶下的午後,仍有一股壓抑無法舒開燥熱的壓抑,跑出山區小徑後,接著往角板山一小段公路即右切進入東眼山農場,順著枕木步道上行,雖標示著有12處觀賞景點,但眼前卻是一大段上升陡坡,又心念著14公里遠程,那有意念佇足,只見父推子、夫推婦、少推老齊力前進,即至一段下坡泥土步道,稍為喘息,而後又是一段上坡,只見兩位娘子奮力挺進(不知那位沒良心者棄我而不管),此時,一陣山風習習,從樹林左右隙縫眺望被薄雲霧氣瀰漫的遠山近陵,其輪廓朦朧延展起伏,不再是翠綠層次分明的山林,而天際是片片灰白的雲層,疊成氤氳的氣旋,隨著氣壓浮沉...,沿著曲折小徑,樹蔭蔽天,伴著直上,出了山林,經過一處開墾水力資源工地,遇到Check,但不用尋找,前人已將麵粉踢成指示方向,循著其起伏不大小徑,十幾個結成小集團的兔友,直搗金平山嶺,攀繩索、拉樹籐、抓草根、甚而手腳並用,費勁提氣,一路衝上,終於面見標高海拔993公尺金平山三角點,頂著14公里山程的魔咒,不敢逗留,隨即沿著小徑,一路蜿蜒繞行,只見兩旁叢叢竹林,香蕉園,不知明的高低樹林參差其間,或許夏蟲尋找伴侶,唧唧求偶,偶而群飛亂舞,迎面衝撞,為著尋春,真是日夜辛苦啊,那像現代青春男女,只要我喜歡,有什麼不可以的率性,一點也不留下事前的痕跡與事後的遺憾;長路漫漫,有平直順暢、有崎嶇坎坷、有超過20度上下陡坡,兔子們前後呼應,一路追逐尋蹤,終於ON IN迎面見歡,掌聲響起,頓時,忘了身心疲憊,滴在嘴裡的汗水是甜的,衝向終點——關音洞停車場,劃下完成全程句點。惟一路只遇到遲到的Shit-Sandwich一人逆向跑程,竟未遇到逆向跑程的兔友們,事後,方知約在14:45(跑程僅費時1小時15分鐘)第一批兔友回程時,載著跑逆向者的遊覽車竟未到達,而這批兔友也因之藉勢放棄,樂得輕鬆,並硬拗說:他(她)們已跑完A及B點之首尾路程。男女兔友三五成群集聚停車場,一面談笑風生,享受冷冽啤酒、飲料,配著香脆餅乾花生,偶而或黃或灰的笑話,引起嘻鬧喧嘩,自得其樂;同時等著未回巢的兔子,16:30 DOWN—DOWN開鑼,照往例,首先感謝Hare、Co-Hare辛勞DOWN一杯,接著會長在無思維中,拱出了不少點子,讓兔子出列DOWN—DOWN:參加上週六浸水營、本日夫婦、兄弟、父子、連襟(並非共同經營一畝田者,而是經營同一畝田出產品者),姻親、同事檔者;本日僅存一黑一白膚色的非華人者,女兔友們一一出列,唱著TAIPEI-HASH獨特音韻會歌乾一杯,其中,在眾人哄鬧中帶有不同頭銜的阿姑及姑丈(韭菜花)連續出列五、六次,雖然兩者已步履蹣跚,但在酒精發酵、兔友擁簇,牽著手、摟著腰一一乾杯,這就是TAIPEI-HASH可愛之處,是解放職場壓力、放鬆情緒、自娛娛人的一群烏合之眾的團體。在會長確定壓陣的Dragon已回來,結束OWN—DOWN,延續下一個步序,全體到餐廳Bash。四部遊覽車載著158位男女兔友,順著狹小的產業道路很小心帶下山,在三民村大三合餐廳獨闢二樓席開十六桌,運動後,食慾特別高,食量也特別大,因之,Bash菜餚不必豐盛,但飯菜量一定要夠,且新鮮度要高。今日餐廳連續端出三次飯桶,竟然一掃而空,杯盤見底,足以證明參加Hash後,不論男女兔子,肚子裡都能撐飯,裝酒,蘊釀者無盡的精力體力,無缺點地照顧需要寵幸憐愛者,這場拼飯量,酒量的喧鬧餐聚,在一致乾杯、齊聲相互祝福中結束,帶著微醺酒意、扶著微脹肚皮,哼著不搭調、狀似喃喃自語歌聲滿足地坐上遊覽車賦歸,結束了今日最美、最High的跑山活動。



報導:康火生



