



距離100年 4月23日
2000次 紀念路跑
剩 4 次

紀念跑次

會員編	Hash Name	本名	跑次
40	Bear	許激靈	600
2086	Play Boy	饒盟乾	550
485	Over Run	方可以	525
609	Shocked	甘文龍	525
1548	Life U.K.	陳澤淵	375
2356	Forest	李易殊	300
2451	Sea Turtle	古晏昇	300
3015	Twin Ass	張啟宏	150

COMMITTEES 2011

Grand Master(會長)	Dog Leather(蕭世璞)	0933-000716
Joint Masters(副會長)	Massage(凌仲政)	0912-057639
	Robot Machine(邱創健)	0936-483838
Hash Control(監察)	Lazy Bitch(Graeme Sime)	0920-267773
	Fire Bird(蕭桃彰)	0937-888531
Spiritual Consultants(顧問)	Sofa(邱啓發)	0937-988850
	Crash(蘇松欽)	0928-019555
2000次 CEO	Bamboo(魏志華)	0932-919160
	Bloody Dog(魏文章)	0912-289528
On-Secretary(秘書)	Booster(林文乾)	0939-920350
	Harbor(康俊雄)	0920-453575
Down Down Masters	Seven-Eleven(童慶倫)	0912-208514
	Telecom(呂春長)	0921-888765
Hash Cash(財務)	Three Bucks(張三成)	0912-269733
	Fiber Machine(陳錫奎)	0910-001239
Web Master	Li Mike(李志勳)	0935-028643
	Twin Head(張承遠)	0916-081270
Trail Masters(路線)	Michael Jackson(林火旺)	0935-079942
	Fountain(楊建華)	0935-198692
General Services(總務)	Kid's Milk(彭春溪)	0928-217909
	Mosquito(陳仁浩)	0936-940358
Booze Masters(飲料)	Sea Turtle(古晏昇)	0937-067745
	Pitcher Shit(陳裕信)	0926-680000
Haberdasher(服飾)	Speed Motor(杜世輝)	0932-059949
	Atomiccock(曾大偉)	0922-498708
Hash Bash(聚餐)	Scammer(劉修碩)	0936-450513
	Printer(陳俊呈)	0910-015557
Warm-Up Exercise(熱身操)	Auto Spring(邱顯誠)	0937-029623
	Spit Blood(洪志堅)	0935-000990
	Black Donut(劉進鏞)	0910-021686
	Forest(李易殊)	0910-085247
	R.P.M.(李志勇)	0933-060373



~ 兔子百分百 ~



俗話說：家有一老，如有一寶。上星期家庭路跑兔子Harbor，是捷兔資深會員，當過1986年及1995年會長（捷兔唯一當過二任會長），跑了20年以上，路跑次數超過千次，精湛的路跑經驗，是捷兔的智慧資產。Harbor也好幾年沒當過兔子了，這次應會長邀請在基隆外木山漁港擔任兔子，展示出Hash百分百兔子的風範，清楚的停車場路線引導標示，開跑前記號說明，路線長、短規劃圖示，古砲台巡禮、情人湖山水風光，並且特為參加寶眷設計的濱海觀光路線，一場賓主盡歡的饗宴、成功的路跑活動，可作為Hash兔子的教材範本，薑果然還是老的辣。據說：Harbor有一招「金鎗不倒」房中術，有興趣的兔友可向他請教。

待宰的兔子 HARE LIST

Run No.	Date	兔子 HARE	跑步地點 RUN SITE	記號起點 MARKS START
1997	4/2	Hard On 黃峻金 0932-356361	外雙溪(大崙尾與大崙頭交叉口) Wai Shuang xi, Shilin	明德樂園開始 Matilda's Paradise, Sec. 3, Zhishan Rd, Shilin Dist.
1998	4/9	New Paradise汪明福 0922-504662	關西(玉山社區) Guanxi	北二高關西交流道 Guanxi Exit, No. 3 Freeway.
1999	4/16	Tinker 郭金德 0922-657297	內湖(碧山露營場) Neihu(Bishan Camping Site)	中山高成功交流道 Neihu Exit, No. 1 Freeway.

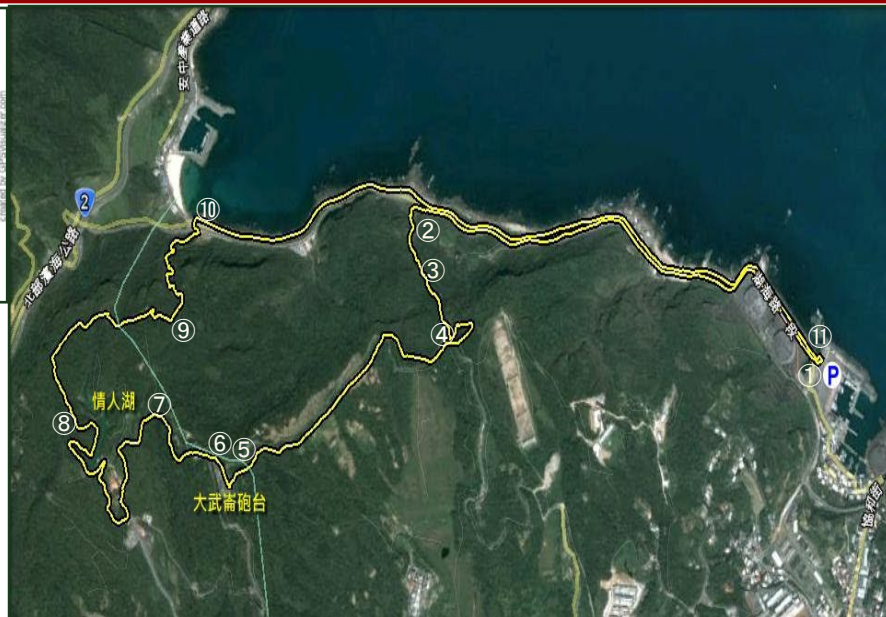
Metro Hash Date: 3/30 Hare: Robert 0958-762378 Site: MRT Wenshan-Neihu Line Wanfang Hospital Station Exit No. 1 (捷運文山-內湖線 萬芳醫院站出口 NO. 1)

台北捷兔(東引)跑步

一、行程：
出發日：5月19日(四)晚上21:00基隆港集合(西岸旅客碼頭二樓)。
回程日：5月22日(日)早上11:00東引中柱港。
二、內容：
5月20日(五)下午15:00起跑一晚上：辦桌。
5月21日(六)下午15:00起跑一晚上：沙灘晚會。

三、費用：四天三夜行程(含台馬輪、食、宿、BASH啤酒飲料、保險)
2011年4月15日前優惠價：大人 NT\$4,500元(18歲以上)，小孩 NT\$3,500元。
2011年4月15日以後：大人 NT\$5,000元(18歲以上)，小孩 NT\$4,000元。
四、報名：請向副會長robot machine報名，2011年4月30日截止。

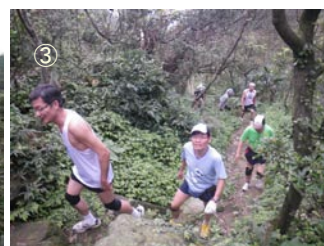
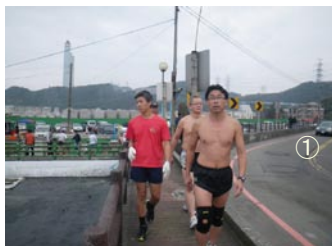
今年的龍舟練習已於3月12日早上6時30分—9時於「新店盪漿池」開始練習，請兔友們踴躍參與。交通可搭乘捷運至「小碧潭站」，再往河堤方向走至小碧潭網球場斜坡下即達。詳情請洽隊長Gash。



-- 報導: Bloody Dog 圖: Booster --

老師又來了，驚蟄已過，節氣已進入春分，春天是個象徵成長、茁壯的季節，萬物欣欣向榮，萬蟲蠕動，百鳥爭鳴。老師以前有一段時期在鄉下教小學，有次教小學生寫新詩，新詩完全不受押韻、平仄和對仗之規範自由發揮，把意境隨感覺寫出即可，老師就隨著氣節出題：「春天來了」。有一女學生這樣寫著：「春天來了，小貓叫了。我問爸爸說：爸爸爸爸，為什麼我不叫？爸爸說：不是不叫，時候未到。我問爸爸說：爸爸爸爸，媽媽為什麼不叫？爸爸說：不是不叫，是你沒聽到。我問爸爸說：爸爸爸爸，保姆為什麼不叫？爸爸說：不是不叫，她不敢叫！」。性不性由您喔。

今年第一次家庭路跑，地點在風景明媚的外木山漁港，外木山漁港位於協和電廠附近，港內設有游泳池可供遊客戲水，並設有外木山濱海步道全長1.2公里、寬3公尺，是基隆市第一條的觀光自行車步道，臨山傍海，廣闊海水天色相伴，更可遠眺基隆嶼，坐在岸邊，聆聽濤聲，欣賞彩霞萬丈之景。



兔子Harbor出發前解說路線狀況，路分三條：L 全長10km 60(跑)~135(走)、S 全長7km 50(跑)~90(走)、s 濱海觀光步道5.6km 30(跑)~70(走)，兔友與寶眷可依個人喜好選擇。

正兔子Harbor與副兔子Sofa在眾人歡呼聲中先行離去，寶眷們可提早出發，在Fire Bird簡單有效的熱身操後出發了，沿著外木山濱海觀光步道前進，天空雖是灰蒙蒙一片，海景還是很美，氣溫又適中，也很久沒如此舒適天氣了，跑起來快樂的不得了，一路奔跑到達S、L分叉點，S路線繼續往前，L路線過馬路後開始爬山往情人湖方向前進，一路登高終於上到了頂點銜接產業道路，附近有中山峽谷觀光景點，可登高遠眺海景。



由馬路旁步道前進，迂迴曲折後再接下方馬路，來到大武崙砲台。大武崙砲台位於大武崙中、情人湖東方，是中法戰爭所遺留下來的古蹟，規模不小，且保存尚稱完整，被國家列為二級的古蹟，行走其中令人思古之幽情。環繞砲台一周巡禮後，續往前見到情人湖城堡，沿階梯下到情人湖環湖步道。情人湖位於大武崙山山腰上，是自然形成的高地湖泊，原名五義碑，景色清純樸實，湖面周圍，林木濃密，清靜幽雅，散步其間，享受天然的森林浴。往右繞情人湖一周，與S路線會合，下至往大武崙澳底漁港。



一路迴旋曲折往下，美麗大武崙澳底沙灘，呈現在眼前，大武崙沙灘曾經因為潮流影響而流失海沙，使沙灘面積逐漸縮小。後來基隆市政府進行整治，防止海沙流失，並填土八千噸白沙，使海灘面積擴大二、三百坪，如今的大武崙沙灘看起來頗像是袖珍型的白沙灣，展現迷人風情。下至濱海大馬路，接濱海觀光步道，回到集合地點。

家庭路跑，會裡總會準備一些小吃與寶眷們同樂，並讓眷屬了解Hash活動的內容與樂趣，你路跑（進補）她放心（享用）。享用小吃後，Down Down 開始了，正副兔子啣一杯，兩位資深老兔子，年齡加起來也有120歲以上，路線規劃完美、精湛作路示範，給兔友們上了寶貴一課，「如何作個百分百兔子」，感謝他們熱情與辛勞，各紀念次數啣一杯，有帶老婆、二奶的、女朋友的都出來啣一杯，連帶小孩來玩的也要啣一杯，讓眷屬享受家庭路跑樂趣，新人取名儀式還是要請出Fire Bird 作法去邪與牧師Michael Jackson 禱告祝福，這次還特別加上冰水受洗，捷兔新會員的門檻越來越高了。On！On！

SAVE WILD LIFE KEEP HARRIERS FOR MAN ONLY 展現野性豪邁之氣 只准十八歲以上男人參加