

附件 1

105 年擁抱山海 健康樂活 菊島海洋(水域)體驗營 課程表

日期	時 間	活動 內 容	地點	備註
第一日	1230-1320	報到	青年活動中心	
	1330-1630	水域遊憩安全 示範與體驗	隘門海灘	水上活動七合一
	1630-1700	愛護地球~淨灘活動	隘門海灘	
	1700-1930	BBQ		
	1930-	逍遙遊	馬公市區	宿：青年活動中心
第二日	0600-0730	活力早餐	青年活動中心	攜帶泳具
	0800-0930	海上巡航 VS 巡程 馬公-東嶼坪	航程約 80 分鐘	南海遊客中心 如備註 1
	0930-1200	東嶼坪	(1) 陸域生態、海岸地形及地質 (2) 建築與傳統聚落	池府廟（塔）-聚落建築-金龍塔、菜宅景觀與信仰、四仔角海蝕平台、七尺門沙灘
	1200-1300	午餐/休息		簡易午餐
	1300-1330	海上巡航 VS 航程	東嶼坪-東吉嶼	
	1330-1700	東吉嶼	(1) 陸域生態、海岸地形及地質 (2) 潮間帶生態解說 (3) 建築與傳統聚落	吉聚落-東吉燈塔-東吉長城-菜宅景觀-日軍營舍遺址-氣象站眺望黑水溝
	1700-1830	海上巡航 VS 航程	東吉嶼-馬公 航程約 50 分鐘	
	1830-1930	晚餐		

	2000		市區活動	
第 三 日	0730-0830	活力早餐		
	0830-0930	海上巡航 VS 航程	航程約 80 分鐘	
	0930-1200	浮潛	南方四島水域	水域安全示範 浮潛基本教學
	1200-1300	午餐	海上平台	
	1300-1700	海洋國家公園保護區 藍色珊瑚礁天堂	(1) 陸域生態 (2) 地質生態 (3) 潮間帶生態	備註 2
	1700-1830	海上巡航 VS 航程	航程約 80 分鐘	
	1900	晚餐		
	2000	自由活動	馬公市	宿：青年活動中心
第 四 日	0700-0830	活力早餐	青年活動中心	
	0830-1230	國建參訪	國家建設、二崁聚落、 漁村文化、燈塔等參訪	
	1230-1330	午餐		
	1330-1430	車程		
	1500	歸賦	預計 1500 時至機場港 口	

因潮汐關係活動行程及時間將視況略做調整

備註：

1. 第二日行程異動說明：

如因參加人數未達 30 人時將改為 B 方案(B 方案：藍洞-南方四島-七美)

<http://www.excitingpenghu.com.tw/route.php?id=60>

2. 第三日行程說明：

藍色珊瑚礁天堂忘憂島之旅：國家海洋公園活動行程內容說明

<http://www.excitingpenghu.com.tw/route.php?id=123>