

A large, stylized blue heart with a smiling face, surrounded by a decorative blue swirl. The heart is the central focus, with a bright blue outline and a lighter blue fill. The smile is simple and friendly. The swirl around the heart is composed of several overlapping, curved lines in various shades of blue, creating a sense of movement and depth. The background is a soft, light blue gradient.

預備的心

策劃旅程



選擇路線

考慮因素：

- 旅程的目的
- 季節及天氣
- 旅程時間長短
- 參加者的人數、年齡、體能及遠足的經驗
- 交通工具
- 營地
- 安全、近水源為原則
- 救援設備

將計劃的路線畫在地圖的膠袋面，清楚註明起點、檢查站、營地位置及終點等



編寫行程表

一般的遠足行程表有以下的因素：

- 起點、終點及檢查點等的地理名稱、座標、前進方位及簡單描述
- 每段路程之間的距離及升高或降低的高度
- 每段路程預計出發及到達的時間
- 每段路程實際出發及到達的時間
- 檢查點



遠足行程表

活動名稱：_____ 活動日期：_____ 地圖編號：_____

活動地區：_____ 組別：_____ 組長(A)：_____ 聯絡電話：_____

檢查點							預計				實際				路程描述	領航員
地理名稱	座標	前進方位	距離(公里)	上升(米)	下降(米)	需時(分鐘)	出發時間	休息(分鐘)	*到達時間	出發時間	休息(分鐘)	到達時間	需時(分鐘)			
起點																
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
		總計：					實際總時間：									

- 編寫活動時間表
- 安排裝備
- 安排交通
- 準備食物
- 營地
- 預算支出
- 審閱計劃



- 定立應變計劃

- 後備路線

- 找出原定路線在天氣轉變時容易出現危險的地方及可以避免的路線
- 是否熟悉該路線
- 是否較快到達公路 / 主要路徑
- 路線的難行程度
- 如果是短程及易行的路線，不一定需要後備路線

