

每日一萬步 健康有保固

烈嶼鄉社區健走步道

項目	說明
健走步道地點	1. 烈嶼鄉環島自行車景觀道路 2. 林湖村(羅厝或東林)－東林海濱公園－陽山公園
健走範圍	1. 金門國家公園烈嶼區管理站－烈嶼環島自行車景觀道路 2. 林湖村(羅厝或東林)－東林海濱公園－陽山公園
健走公里數	1. 烈嶼環島自行車景觀道路約 18 公里 2. 全程約 4 公里
環境特色	1. 從九宮碼頭上岸往金門國家公園烈嶼區管理站出發，沿烈嶼環島車轍道（又稱濱海大道、烈嶼環島自行車景觀道路），車轍道原為戰備道路，寬約六公尺，鋪面為兩道水泥路，中間夾以碎石，環繞小金門全島，由於小金門具有豐富的海岸地質景觀與海岸生態。沿途會經 L56 據點、將軍堡、貓公石眺景點、貓公石海岸、L36 據點、湖井頭戰史館、八達樓子等，不同的據點、呈現不同的風貌，必然帶給遊客意外的收穫。加上本身林蔭濃密、環境優雅，行路其中是一個極悠適愜意的體驗。小金門的環島自行車道，將為發掘小金門深度之美鋪陳一條自在優美的捷徑！ 2. 東林海濱公園佔地達三公頃，位於東林聚落東南海濱，羅厝漁港的南邊。也就是由九宮坑道順著羅厝漁港與海岸線同行，就可來到這座海濱公園。沒有鬼條柴，沒有消波塊，金色沙灘順著海灣延綿，在陽光的耀動下，這裡的海濱不似其他海岸那充滿力拔山河的氣勢，卻是有悠閒、安祥的感覺。結合地理環境，園區配置有意象地標。雕塑廣場上的海瀨、鷺鷥等動物石雕，與親子遊樂區是小朋友們的最愛；森林活動區則提供了基本的體能訓練；觀景休憩台登高讓你遠眺大海，往下，沙堆堆至一樓半高，愛冒險的朋友們，總愛從二樓向下跳，過個高空彈跳的癮；靜靜聽著浪濤聲，藍天白雲，靛海金灘，讓心就遺落在小金門的海濱公園吧！沿路聆聽浪潮海風吹送再往陽山公園登高去。
相關資訊	1. 地址：從金門國家公園烈嶼區管理站沿東林海濱公園 2. 聯絡電話：無 3. 開放時間：星期一～日白天 4. 停車場：有 5. 交通方式：想自行車環島可到金門國家公園烈嶼區管理站借哦！ 6. 公車：南、北線皆可，至湖下站或東林站下車
實景相片	 <p>由碼頭上遊客中心的步道→東林海濱公園→陽山公園</p>

健走口訣：抬頭挺胸縮小腹 雙手微握放腰部 自然擺動肩放鬆 邁開腳步向前走