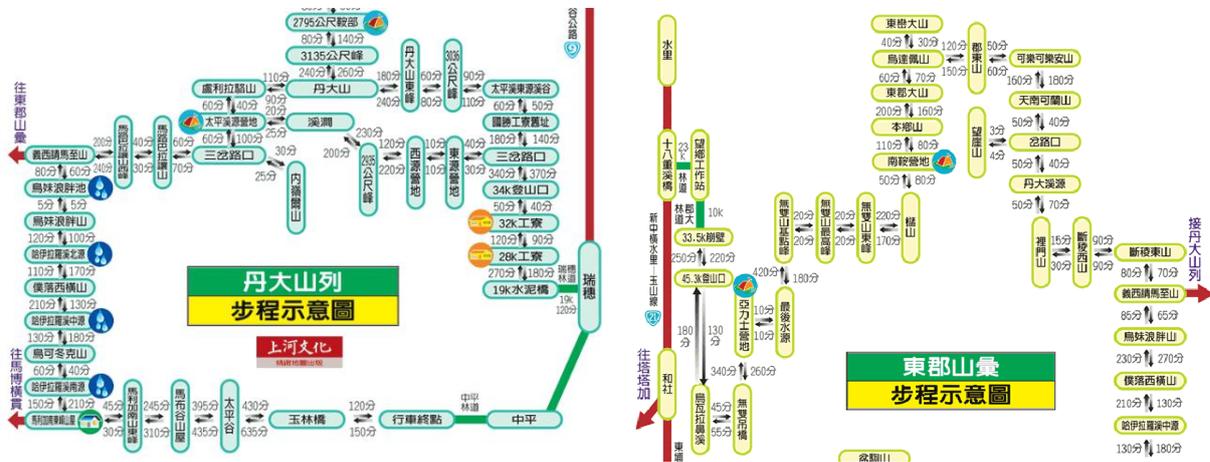


# 中央山脈之南三段縱走記錄

山岳界俗稱的『南三段』是從花蓮瑞穗林道進入走到南投水里郡大林道(東進西出)。南三段是臺灣山岳中最原始、最壯麗、也最少人走的一段縱走路線，大多是想完成百岳的人才會走這裡。行程一趟走下來少則9天多則12天，可以攀登的百岳有丹大山 3240m、內嶺爾山 3204m、義西請馬至山 3179m、東郡大山 3619m、東巒大山 3468m、無雙山 3185m，為了完登這6座百岳必須翻過30多個大大小小山頭，這麼難賺的百岳讓很多人望之卻步。

## 步程示意圖



2014/10/3(五) 第0天 台中 - 花蓮瑞穗火車站(宿) 天氣：晴

這天要坐夜車到花蓮，下班後趕回家洗頭髮洗澡，將公糧從冰箱拿出來打包完成，帶著大包小包的行李到軍功路與太原路的小7集合，比預定集合時間早到一些，接駁車已經在此處等候了。看到另一隊登山人馬也在此集合，他們看到我的大包小包非常好奇來詢問要去哪裡，小小哈啦了一下 20:00 我們的隊員也都到集合點，將所有的東西上車後就出發到埔里與阿浪(高山協作)會合，在等阿浪的同時在小7吃了點關東煮，上車後就抓緊時間睡覺，等醒來時已在瑞穗火車站(凌晨2點多，這司機開車也太快了吧@@)預定天亮再出發到登口山，因為車上不好睡所以大家就拿了外套到車站內的椅子補眠當臨時遊民，還有其他要走南三段的人也在車站內睡覺，這時發現有3位小朋友在車站內玩躲猫猫(OS 凌晨2點不睡覺還在玩?)被吵得受不了還是回車上睡吧!

2014/10/4(六) 第1天 瑞穗火車站 - 瑞穗林道 14.8K (行車終點) - 19.5K 溪邊午餐 - 28K 工寮 (宿) 7小時 天氣：晴  
06:20 起床在火車站附近吃了早餐，買了杯咖啡後就往瑞穗林道出發，經過紅葉溫泉區來到溪邊，沒有橋樑需要過溪，司機只好將車子開下溪床涉水而過，剛接上林道的路況不好，不久後又遇到3輛砂石車下山，在狹小的林道會車沒有相當的技術是不行的。08:00 到達行車終點 14.8k(海拔高度約 1400m)，再來就要靠雙腳前進啦!分配好公裝備公糧打包背包，不用的東西丟在車上，與司機相約 10 天後郡大林道見，司機就開車走了~08:20 重裝上肩拍完合照出發!

瑞穗林道 14.8K (行車終點) 合照



花蓮這邊的林道以螞蝗(註 1)聞名，想起去年在中平林道被螞蝗咬了7口，痛癢了近一個月，所以這次出發前想好了防螞蝗對策：上半身-頭部及脖子用頭巾交叉包住，長袖衣服+袖套+手套，下半身-機能褲+雨褲+小腿束襪+綁腿，再不時噴歐護+樟樹精油，一休息就檢查是否有螞蝗上身，結果讓人滿意!!女隊員完全沒有空隙讓螞蝗入侵，男隊員倒是捐了不少血~

搞笑的防螞蝗裝扮

隊友被螞蝗上身了



林道一開始平緩好走，對我們都市人來講第一天是適應日，要適應海拔高度及背包重量無法走太快，阿浪則跟我們相反，背了 50 公斤的東西無法走太慢，所以我們完全看不到他的背影。

阿浪(布農族)與他的 50 公斤背包 09:55 到達 19.5K 的溪邊休息，煮了泡麵及咖啡當午餐



11:00 午休結束後繼續前進，林道的路坍塌嚴重變得難走(想想第一次來時，這裡還可以開車經過…)而且路跡不明顯找路花掉了不少時間。15:30 26K 處休息，別隊人員比我們晚出發已經趕上我們了。16:15 到達今晚住宿點 28K 工寮。

林道的路坍塌嚴重

28K 工寮



聽說阿浪是第一位到工寮的人，所以幫我們佔好這個工寮最好的房間，可以睡 6 人。工寮廚房外面有活水源取水方便，取完水就開始煮晚餐，吃完晚餐本來還想煮甜點的，但大家睡意都來了，只好將東西收一收鋪完睡墊睡袋到外面上廁所，月亮很亮星星很多還有幾隻螢火蟲飛來飛去，明天應該也是好天氣。

後記：19.5K 之後，不用走舊林道路而是從溪谷往上切接回林道，可以節省不少時間

註 1：螞蝗(環節動物)分類於環節動物門、蛭綱類，水生或陸生，水生類通稱**水蛭**，陸生類通稱**螞蝗**、**山螞蝗**，身體柔軟，以吸食動物血液為生，少數會捕食肉類，常見潛藏草叢以靈敏的嗅覺爬行到褲管下吸食血液。遇到螞蝗不要驚慌拔除，以免因緊咬造成更大的傷口，螞蝗口器有八支牙齒，被螞蝗咬到應冷靜以火點燃樹枝或煙蒂的火種去碰觸牠自然會掉落，有人說在牠身上灑食鹽，鹽可迅速溶解其表皮黏液，水蛭便會不斷縮小最後死去，至於被咬處可用唾液在傷口附近按摩 1-2 分鐘可止血。

2014/10/5(日) 第 2 天 28K 工寮 - 34K 登山口 - 鐵線斷崖 - 太平溪東源營地(宿) 12 小時 天氣：晴

04:00 起床 05:30 出發，林道緩坡上升。07:30 到達 32K 彈藥庫，前方有間土地公廟，雖然土地公早已遷出大家還是拜拜祈求一路平安。

林道平緩好走



32K 彈藥庫



08:25 到達帳篷營地 34K，阿浪在此等我們一起走鐵線斷崖，因為此處有活水源再加上鐵線斷崖區比較沒有地方可以休息，所以在此休息午餐。09:30 午休結束重裝上肩開始進入鐵線斷崖範圍，鐵線斷崖土質鬆軟、踏點小、箭竹擋道、坑洞、部分岩壁凸出、枝幹容易卡背包、且部份路段完全沒有把手點及腳踏點，所以全程必須聚精會神沿著山壁慢慢前進走起來心驚驚。鐵線斷崖中間有一處水源，我們在這裡休息煮咖啡補充糧食，這區域還是螞蝗區耀清取水時不小心被螞蝗上手都是血。16:00 終於走完鐵線斷崖。17:20 太平溪東源營地紮營，溪水充沛取水方便可搭 1 頂 4T 及 1 頂 2T



2014/10/6(一) 第 3 天 太平溪東源營地 - 太平溪源營地 - 盧利拉駱山 - 丹大山 - 太平溪源營地(宿) 16 小時 天氣：晴

03:00 起床 04:45 出發，這天要重裝陡上 500m。這段路的植被大致上是箭竹與闊葉木，再往上則是箭竹與松林為主。07:40 松林內腰繞陡上，接上稜線後可見左方青翠的山巒，過 2901m 後有 2 個營地可紮營約 8 頂 4T 且避風。09:00 鞍部休息補充糧食。13:00 太平溪源營地 2870m 溪水充沛取水方便。



我們這隊是最晚到達營地的，其他隊伍人員已將帳篷搭好去單攻丹大山了。我們原本計劃這天只到太平溪源營地次日再攻丹大山的，看到其他隊伍都排9天我們就臨時改變計劃…丹大山預計來回6小時，沒有多餘時間可以混，取水煮午餐迅速吃完。14:00 輕裝出發，這段路是箭竹草坡緩緩上升走起來比上午的路好走多了。15:00 登頂盧利拉駱山立一航測基石。

盧利拉駱山三角點 3175m 及雲海



因為一路上孟瑜與阿烏查都沒有跟上來有點擔心，所以我就叫東山及耀清先走，我則留在山頂等他們。15:15 孟瑜與阿烏查登頂，孟瑜肚子痛故放棄登頂丹大山，我則帶孟瑜先回營地休息其他人去攻丹大山。16:00 太平溪源營地。20:00 其他人回到營地。

2014/10/7(二) 第4天 營地 - 內嶺爾山 - 馬路巴拉讓山 - 西峰 - 義西請馬至山 - 斷稜東山(宿) 14小時 天氣：晴  
02:30 起床 04:30 出發，這天到斷稜東山營地前都沒有水源，必須背負行進用水及午餐用水，出發後開始一路陡上行動緩慢又加上別隊人員速度快讓我們跟不上，摸黑找路也花了不少時間。

日出

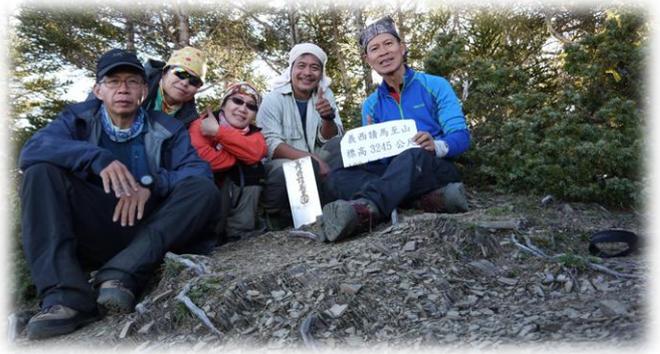
06:30 到達內嶺爾三岔營地 3182m 休息一下，輕裝攻內嶺爾山



07:05 登頂內嶺爾山 3275m 十崇之10 百岳 # 73，腹地寬闊四周雲海環繞視野一級棒



07:40 回到三岔營地小休 08:00 背包上肩續行，大多走在稜線上，上上下下繞過無數不知名山頭 09:15 馬路巴拉讓山 3255m 立有不銹鋼基座，休息吃點東西。10:05 馬路巴拉讓山西峰 3205m 森林三角點就在路邊 10:55 鞍部享用午餐 11:45 續行 14:00 最低鞍之後陡上，路徑沿著陡峭的崩崖旁行進沿途到處是刺柏，稍不小心就會被刺，無奈這陡陡的路徑時常需要手腳並用，只能慢慢來~16:15 登頂義西請馬至山 3245M 百岳 # 76



離開義西請馬至山後經過大、小山峰後逐漸看到斷稜東、西山北面猙獰的超大崩壁 17:25 斷稜東山前的尖山大片崩塌地腰繞陡上 18:00 斷稜東山營地(宿)月亮好亮又好圓。

後記：1.義西請馬至鞍部午餐用水須從太平溪源營地背過來 2.斷稜東山營地無水需下切至斷稜西山斷崖取水

2014/10/8(三) 第 5 天 斷稜東山營地 - 斷稜西山 - 裡門山 - 丹大溪源 - 望崖山 - 天南可蘭山 - 可樂可樂安山 - 郡東山下鞍部 (宿) 12 小時 天氣：晴

04:00 起床 0600 出發 06:20 斷稜西山的猙獰面目已在眼前，阿浪先走傳統路線過去後再回來，說傳統路線太危險就指導我們走下切路線再往上接回傳統路(斷稜東山及西山北壁是寬闊的大崩壁無法通行南壁才是正確路徑，東山崩崖比較短有 2 處架設繩索，西山崩崖比較長也比較危險亦有架設繩索，部分土石鬆動需小心緊貼崖壁行走；嚴重的崩塌地形、無止境的碎石坡且深不見底，雖然架設繩索還是感覺膽顫心驚，每一個地形都緊張刺激)。07:30 全員走過斷稜西山，接著是無止境的陡上再陡上，手腳並用、咬緊牙關、機械式的走著終於登上稜線 08:05 登頂裡門山 3335m。



09:00~10:00 丹大溪營地午餐，溪水就在營地旁取水方便



11:10 望崖山，望著可樂可樂安山與東郡大山的大崩壁，這時遇到台北的登山隊，有一人因為腳起水泡破掉處理不當整個潰爛無法行走，故通報海歐救援。海歐要吊掛人員前會在空中盤旋 10 多次定位完成後才開始吊掛，從來沒有親眼看到海歐救援情形，這次剛好遇到就全程看完才繼續趕路。



15:20 可樂可樂安山 3525m 不銹鋼基座，一邊是廣大草原平坦美麗，一邊是坍塌嚴重的崩壁



17:05 郡東山 3477m 置一塊石頭做為基點，雲海呈 360 度環繞還有雲瀑相當漂亮



17:45 郡東山鞍部(宿)下溪溝 5 分鐘就有水源，越往下切水量越大

2014/10/9(四) 第 6 天 郡東山下鞍部 - 東郡北鞍營地 (三叉路口) - 東郡大山 - 東郡北鞍營地 - 東巒大山 - 東郡北鞍營地午餐 - 本鄉山 - 檣山北鞍營地 (宿) 13 小時 天氣：晴

03:00 起床 05:00 出發，這天也是無水源所以一樣要背行進水及午餐用水，一開始即延著崩壁稜線陡上 07:45 東郡北鞍營地 3605m 卸下重裝改輕裝攻東郡大山 07:55 東郡大山 3619m 一等三角點十崇之 04 百岳 #29，山頂展望極佳可看到烏達佩山、東巒大山、干卓萬山系、雪山山脈、本鄉山、檣山、無雙山、西巒大山、郡大山、玉山群峰、馬博橫斷、南二段、新康山、大南山段山系，還有一路走來的丹大山、內嶺爾山、義西請馬至山、天南可蘭山、可樂可樂安山、郡東山等。東郡的北面是箭竹草原坡，南面則是崩壁斷崖，站在東郡山頂看周圍的山看來時路，我們已經從東部走到西部了。



08:30 回到東郡北鞍營地輕裝往東巒大山，突然跑出一隻水鹿(從太平溪源營地開始每天都有聽到水鹿叫聲，這天才看到水鹿身影)。輕裝往烏達佩山與西巒大山出發



烏達佩山



10:20 東巒大山 3468m 百岳 #40



12:45 回到東郡北鞍營地午餐，其他隊人員已陸續往營地出發，剩我們 5 人及台北登山隊 1 位 70 多歲阿伯及 22 歲領隊，阿伯已經沒有體力了要求在北鞍紮營隔天再走，原本的雲海已逐漸上升感覺天氣要變差，我們就勸阿伯趁天氣還好趕快呼叫海歐來救援，但他不肯。14:00 吃完午餐重裝上肩出發，一路延著崩壁陡下到最低鞍再往上走 16:00 到達本鄉山 3,447m 無基點一邊是陡峭的草原坡一邊是大崩壁，路跡不明顯在此找路也花了不少時間。本鄉山南鞍左右各有一凹谷營地可紮數頂帳篷。18:00 檣山北鞍營地 3170m(宿)無水，阿浪因為很早就到營地，故下切斷崖去取水回來賣給登山客們 1 公升 150 元。

在本鄉山看無雙三峰，像極了三角飯糰

檣山



2014/10/10(五) 第 7 天 檣山北鞍營地 - 檣山 - 無雙山東峰 - 無雙山最高峰 - 無雙山基點峰午餐 - 最後水源 - 亞力士營地(宿) 12.5 小時 天氣：晴/午後雷陣雨

03:30 起床 05:30 出發緩上草原坡往檣山前進 07:05 檣山 3437m 立有不銹鋼基座，在檣山山頂拍到我跟阿烏查的觀音圈(註 2)



註2：觀音圈是一種陽光透過雲霧反射，並經由雲霧中的水滴發生繞射與干涉，最後形成一圈彩虹光環的光象，在光環中經常包括觀察者本身的陰影

山頂風大拍完照後隨即離去 07:15 往下走約3分鐘後進入森林，路徑大致沿著稜線往下走，其中一段稍為平坦的稜線路徑長滿了高大的鐵杉林，行進中聽到直昇機的聲音，判斷應該是到東郡北鞍營地載阿伯的。10:40 最低鞍休息午餐 12:00 無雙山東峰（第一峰）3228m 山頂有疊石，拉繩陡下往第二峰前進 12:35 無雙山最高峰（第二峰）3237m 山頂有疊石，拉繩陡下續往無雙山基點峰前進 13:05 無雙山基點峰 3185m 森林三角點百岳#68 腹地寬闊。

上無雙山最高峰的岩壁

「舉四」無雙



13:35 往亞力士營地 1905m 出發從這裡開始要陡下 1300m，剛開始是刺柏與杜鵑夾雜的林相，漸漸離開三千公尺高度林相轉為松林，路是十分地陡加上地面全都是松針，柔軟又有彈性非常地滑，雖然雙腳努力踩煞車還是跌倒好幾次，愈往下走膝蓋愈痛令人有點吃不消 16:00 左右下了一場大雨，讓原本的松針路變成泥土路，好走多了~

17:30 到達最後水源 1960m 溪水暴漲水勢強勁湍急石頭異常的滑，有人在這兒架設扁帶，東山先過溪放下背包再回來另架設一條繩索，架設完後指導我過溪，但是因為石頭太滑一踏上去就滑落到溪裡，還好雙手有拉住繩索，東山過來幫忙將我的背包拿掉，才順利從溪裡爬上來，其他人都採人包分離方式拉繩索渡溪 18:00 亞力士營地(宿)兩處石板屋遺址。

後記：1.往無雙山連峰沿路危崖峭壁、攀登、陡下、腰繞崖壁、拉繩不好走 2.午餐用水須從櫛山北鞍營地背過來

2014/10/11(六) 第8天 亞力士營地 - 無雙部落 - 無雙吊橋 - 烏瓦拉鼻溪(宿) 9小時 天氣：晴

04:00 起床 06:00 出發，重裝上坡到無雙部落的路程幾乎都沿著崖壁上切，路徑窄、踏點小、土質鬆軟只能慢行 08:27 石板屋部落營地路上不少溝渠都有活水源 09:22 休息泡咖啡 11:00 無雙部落到處都有石板屋遺址，倘佯在群山的懷抱裡綠草如茵如詩如畫(阿浪說他爺爺小時候住過無雙部落，後來被迫遷村)11:45 部落大門口山風徐徐吹來好涼~~休息補充糧食



12:20 無雙吊橋，年久失修、破損不堪、列入危橋，我們保持橋上 1 人慢慢通過，橋上鋼絲有虎頭蜂窩 15:00 涉水渡過烏瓦拉鼻溪 1650m(宿)搭營在二溪匯流處，還好天氣很好沒下雨，不然真擔心有土石流。



2014/10/12(日) 第 9 天 烏瓦拉鼻溪 - 無雙山登山口 - 國家公園界碑 - 43K 工寮 - 郡大林道 34K 11.5 小時 天氣：晴  
00:00 起床 02:00 出發開始陡上 800m 06:00 到達郡大林道 45.3K 無雙山登山口，與阿浪用無線電通話，請他在斷崖處等我們一齊通過，煮泡麵補充體力 07:30 大崩塌地順著布條下切再陡上林道 08:05 林道 43K 工寮有活水源，再來的林道有無數個叉路口，遇叉路皆取左才是正確道路 12:30 經過無數崩塌地形終於走到 34K 郡大林道停車處。



這是我第二次來走南三段，第一次是為了完成百岳，這次是為了陪朋友完成南三段，經過 10 多年光陰林道變得更難走了，事後想想這段路的驚險及挑戰，真不該答應朋友來相挺!原本排 10 天的行程 9 天走完，雖然驚險但全隊也都平安下山，感謝老天賜給我們好天氣。