



TAIPEI HASH HOUSE HARRIERS 2009'S COMMITTEE MEMBERS

GRAND MASTER (-會長-)	Aqua	李源慶	0935-259-689
JOINT MASTER (-副會長-)	Rolling Stone	張仁全	0937-058-475
	Speed Motor	杜世輝	0932-059-949
	Roger Me	Kevin Meyer	0932-381-013
HASH CONTROL (-監察-)	Dragon	龍天池	0928-243-807
Spiritual Consulter (-顧問-)	Gash	廖啟仁	0933-905-906
Diplomacy Consulter (-外交事務顧問-)	Bamboo	魏志華	0932-919-160
ON-SECRETARY (-秘書-)	Ink Pink	陳俊彥	0912-000-412
	Alone	張欽賢	0935-339-951
HASH CASH (-財務-)	Dog Leather	蕭世璞	0933-000-716
	Massage	凌仲政	0912-057-639
	Three Bucks	張三成	02-23064368
TRIL MASTER (-路線-)	Carrier	何萬豐	0933-208-276
	Robot Machine	邱創建	0936-483-838
	Autobiker	陳秋山	02-25045402
BOOZE MASTER (-總務-)	Cylinder	許萬益	0933-047-907
	Hammered	鄭永利	02-22863062
	Nails	吳啟明	0933-227-567
	Sk-pin	張明河	0933-234-217
	Auto Spring	邱顯誠	0937-029-023
BOOZE MASTER (-服飾總務-)	Image	周正順	0927-189-777
HASH BASH (-聚餐-)	Black Donut	劉進鏘	0910-021-686
	Plod	李家誠	0928-260-288
	Pitcher Shit	陳裕信	0926-680-000
INFORMATION (-資訊-)	Softy	徐壹豐	0920-946-035
HASH WEB SITE (-網站-)	Fire Bird	蕭桃彰	0937-888-531

待宰的兔子/HARE LIST		地點 / RUN SITE	報導/SCRIBE
次數/NO	日期/DATE		中文/ENGLISH
1924	11月7日 林文琛 (Pin Hold) 0932-058-210	宜蘭頭城(礁溪交流道麵粉)Yilan County(FreeWay #1 Jiaox Township Exit will get flour)	林世顧 (Sogo) 0928-853-082
1925	11月14日 蘇松欽 (Crash) 0928-019-555	大直(忠烈祠麵粉)Da-Gei(Gua-Lai Memorial Temple will get flour) 會內馬拉松,2:00起跑	劉明仁 (Penhouse) 0933-061-491
1926	11月21日 Penniless (Nick Mayo) 0952-025-116 (Start-Running 2:30)	國道5號下坪林交流道,往闊瀨方向前進,於北42號縣道7公里處(於漁光國小處)開始灑麵粉(Take Pinglin exit on Freeway 5 and head toward Kuo Lai. Marks will begin after 7km at Uy-Gan schoolwill get flour) 起跑時間2:30	邱一洲 (Hash Doctor) 0968-505-688

1. 兔子們注意:冬天天黑較快,兔友做路線盡量避免太長,一條好的路線,跑步約**60-90**分鐘,步行約**90-150**分鐘,如果路線長的話,應該提早出發 或 分S、L路線,讓體力不太OK的兔友跑S路線,這樣大家(幹部、兔子、兔友)比較沒壓力,不論晴天或雨天,盡量採用麵粉,雨天改用紅色麵粉,路線盡量不與大眾路線重疊

1. 2010年正副會長,選舉公告
2. 截止登記日期2009年12月5日,選舉日期2009年12月12日
3. 會長選舉採正副會長搭配方式
4. 選舉人須有2009年10次以上跑步記錄
5. 被選舉人中之G.M.會長須具有總跑次200次以上及2009年跑30次(含)以上, J.M.副會長須具有總跑次100次以上及2009年跑次20次(含)以上之記錄
6. 被選舉人登記需有選舉人資格30人(含)以上之連署

1. 今年度凡會內有舉辦A to B之特別路跑,且單日行程者,當日台北不另做路線

1. 捷兔之歌(HASH New Song)
2. Taipei Hash 聽人講起 爬山落崎 真趣味 大家相招 Down Down Bash 燒酒喝甲 笑微微
為了增加噹噹的樂趣,希望各位兔友將捷兔之歌背起來(國字部分用台語發音)

1. 11/14日會內迷你馬拉松,跑21Km者,10/31日前請向路線組登記,21Km跑完全程者,本會將贈送精美獎牌一面,2009年跑次5次(含)以上者,本會贈送有刻度杯組(6個)壹組. BASH(辦桌)費用NT200元,不足部份由HARE(蘇松欽)Crash贊助,參加者11/7日前請向Bash組登記.(10Km,21Km,前1~3名,送手表一只,其餘14只抽籤決定)

1. 1900次礁溪特跑,紀念排汗衣,尚有餘額,欲購請洽劉進鏘,每件NT200,尺寸只剩2XL,3XL,4XL,欲購從速

1. 12-20富邦臺北馬拉松(IMG),42km(NT900),21Km(NT700),10Km(NT500),報名截止11/7,報名請洽陳秋山

1. 健龍跑步 2009 11/1,兔子:

地點:

1. 夜間跑步:11/3,

1. 捷兔點2009/10/24 第1922 Run

地點: 瑪陵 人數:169

天氣:晴天



Hare: Greg Short
(Sheep Shagger)

有一次在十分寮看見一隻狗，它有4條腿，這什麼奇怪，可是它卻用3條腿走路，走起路來一跛一跛的，原來它其中一條腿，可能被車輛撞倒，無法正常行走，這也什麼稀奇，倒是它拖着臃腫的奶頭，還像燥鬱般的跑來跑去、找來找去，它在幹麼、要做什麼，人知道，但是；普普想，也知道，喔！母狗：在找食物麼。在一個好奇心的使然下，擋住了它的去路，這時它馬上翻臉；露出猙獰的面目，張着嘴巴，露出尖牙來，頓時時空停止，我與它的眼神對視了一會兒，我楞了一下，還是不要惹它好，免的遭到池魚之殃。

可是故事還 結束，人與狗的劇情，竟然也是有戲劇性。早先不是時空頓挫，兩眼對視，各自在盤算對方，打量彼此嗎。後來我竟然走一走、逛一逛，真是冤家路窄，竟走入了它的地盤。狗窩；生了小狗的母狗想必大家都很清楚，這時它再也受不了，母愛的本性表露無遺！我拔腿就跑，全身雞皮疙瘩掉滿地，好不容易逃出它的地盤，這時心有不甘，好奇心又起，又回到它的老窩，這時我的身段就

不一樣了，帶着一包雞骨頭，來跟它交流交流，你看人有多現實，狗就有多現實，帶着禮物來，態度就不同了。從這裏我們有一個感覺，人與事與物之間的微妙互動，是相當有趣的。我們跑山時不也常常遇到這種事嗎？跑山；做路的兔子是最辛苦的，路做的好大家跑起來爽！就多給兔子鼓勵、鼓勵，多一點酬勞、多Down幾杯，路如不合你意，那也 關係，自己多跑一趟多喝幾杯、不就更爽了嗎！台北捷兔是全年無休，無論刮風下雨颳風天，還是有我們熱心的兔子在前線為我們佈路，感謝他們。最近似乎先遣部隊的成員好像多了不少。下午2點多就看到不少人在逛大街了，是不是大家年紀越來越大，二腳跑、三腳勇的成語，已經不適用了。有那麼慘嗎！不會吧？或者第三腳常用，二腳在跑，入不覆出，只好乖乖的，認命了。有一次我問Super Man（超人）你現在怎麼都用走的，他回答我說；不用走還用跑呀？我楞了一下？他持續對我說：我看你有多勇能再跑多久，現在年紀越來越多，身體要多保養，用走的比較健康。他這麼一說，喔；真正有道理，想到最近不少兔友也都掛了病號，甚至有的都不跑了，還是不要逞，多用走才是上策，才不會受傷，二腳走、三腳勇，才會持久。喂；還是安全為第一考量。< >？說我們台北捷兔，最會跑，速度最快，還最會喝、莫過於Beer Buffalo（副連）次出發時都擠在最後面，回到終點時都在前面，看到他都比我們先回終點，到底他是怎麼跑的好像很神秘、從來在半路上好像 看過他，也問不出所於然，確實真不是蓋的。他倒是很樂觀常說的那一句話【我去「嬉」好了】<台語>。這也反應出我們台北捷兔 一個成員跑山樂趣隨興的地方。爽快、舒服就好。最近天氣漸漸涼，秋高氣爽，這種時節是我們跑山的最佳時機，不過這種天氣還是有颱風來湊熱鬧，還好並 有太大影響，今天的集合點在瑪陵瑪東坑「盛德農莊」。2點半一到兔子阿兜仔（Sheep Shagger）和副兔子王立君（Scool Sucker）就準備續勢待發，因為今天 說是現做的，所以提早15分鐘，特地為我們精心策劃這一條漂亮的路，大體上來講，路程適中、坡度剛好、時間洽到、非常棒。是很難得的路。3點一到，會長的號角一響，大伙像發了瘋似，爭先恐後，一開始就從產業道路往下開始溯溪，兔子真奸，大家還 熱身夠，鞋子就濕了。上了竹林往上坡開始前進，不到10分鐘，遇到第一個 Check經過大伙努力的搜尋，馬上就找到正路，第二個Check 離第一個Check 差不多400米左右，不少勇腳繼續往上坡跑，其實第二個Check正路是往右切入右邊的小徑入桂竹林，我跟Black Dount就在研究這個Check是怎麼劃的，吔， 想到；倒是可看出端倪，從右側切入進入桂竹林，馬上就有人喊ON ON不少勇腳跑錯了也回頭，再度鑽進竹林裏，最後下殺到七安產業道路上。眼前L、S在此分道，L路線從左邊過了小橋，再往民宅後方再度上到竹林，「遠」看坡度不高，但長度很長，但這次受到盧碧颱風外圍的影響，下了不少雨，路面早已被我們這一群兔腳印所踏爛，非常泥濘。路面非常的滑，一路上不少兔友跌了四腳朝天，不過倒覺得滿刺激的。轉了一個左彎緩緩小徑往上，心想；應該差不多上坡結束了吧？兩眼一瞄，啊？慘了！這下脫褲子了，還有上坡，此時聞到一股香水味掃過身旁，讓我精神為之一振，抬頭一看，原來是Happy的兄弟、阿兜仔（B.V.S）。今天大部份都在瑪東坑附近來回纏繞，部份都是農家竹荀林較多，可是跑到最後竟有兩組勇腳相遇，不知那一邊才是正路，仔細一看，吔！這兔子竟然兩手拿槍，雙手並用，麵粉有的灑右邊、有的灑左邊，讓人霧煞煞，最後經過兩派人馬吱吱喳喳一陣後，決定往回跑。不到10分鐘，又回到正路，原來是其中一邊人馬跑錯「回頭路」。總之感謝今天兔子 副兔子提供這一條美好的路線，供大家度過一個愉快的週末。Down Down 時3層樓的蛋糕供大家享用，原來是Wino 1000次跑次紀念，幾個麻吉兔友特地為他準備的蛋糕，和一塊純金打造的金牌慶祝Wino 1000次的榮耀。BASH席開五桌，就在「盛德農莊」，美味菜色在眼前，口水直流，大家在一陣手忙嘴亂之後，臉上露出滿足的笑容，最後帶着美好的回憶期待下次再相會。



報導:林文琛

ON ON



