

基隆市健走步道

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
中正區	八斗子海濱公園步道 (望幽谷步道又稱忘憂谷步道)	八斗子海濱公園分為兩大部分，一個是望幽谷，一個是高地，望幽谷是濱海步道、高地則是九份山與海之景，有完善的步道、涼亭、及觀海平台，除可欣賞基隆嶼風貌，從忘幽谷濱海步道就能俯瞰的大坪海岸，也是一個極為有趣的景點。通過一條會隨漲退潮出現或消失的水泥小路，就能近距離觀賞這裡的潮間帶、大自然鬼斧神工形成的整片岩石，以及完成天空之境的拍攝，海岸邊多海蝕地形，如：海蝕平台、海蝕崖、海蝕溝等等，各種怪石奇岩引人無限聯想。建議路線為101高地->80高地->65高地->抵達望幽谷後再原路回程。	全程約2.5公里左右	步行約45-60分鐘	65高地停車場	1. 開車由北寧路轉八斗街，右轉前往八斗子海濱公園方向。2. 市區搭乘公車103、107號公車於「八斗子站」下車、108號公車於「潮境公園」下車。3. 市區搭乘基隆客運791往福隆或1051往瑞芳，經濱海線於「八斗子站」下車。忘憂谷步道有兩個入口：65高地(由上往下)、油庫入口(由下往上)，望幽谷油庫入口：Google導航可設「八斗子自然生態步道」。
	北寧路自行車道	位於基隆市中正區的北寧路自行車道，便是近年來基隆市地區新建設成的環道自行車道。自行車道從八斗子濱海公園開始，沿途行經八斗子漁港、忘憂谷、潮境公園、碧砂漁港、海功號展示處、和平島公園直到平浪橋等，可將當地明媚的風光景致及蔚藍海景盡收眼底，於視野上是絕佳的饗宴。若是哪天您有空的話，不妨呼朋引伴或是攜家帶眷到此騎乘單車，享受悠然暢快的單車之旅。	全長約2公里		無	

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	碧砂漁港港區公園人行步道	碧砂漁港是著名觀光漁市，「漁市場」和「美食街」是區內兩棟主要長形建築物，也是一處多功能漁港，可搭乘娛樂漁業漁船出海賞景、海釣或赴基隆嶼周邊觀賞海景；漁港區休閒公園設有多項遊憩設施，以自然石材結合不鏽鋼材以呼應東北角沿線景觀特色的精神堡壘廣場、提供遊客放風箏、野餐等休閒活動的草原廣場、設有露天劇場的經國公園，以及曾經前往南極的遠洋漁船「海功號」展示船等，港區亦設有涼亭、景觀石牆和許多的戶外遊憩設施，徒步廣場(人行步道)可供遊客散步休閒。建議路線為碧砂漁港入口->草園廣場->經國公園->海功號。	全程約2公里；健走步數約3,300步	步行30分	碧砂漁港停車場	
	中砂登山步道(大沙灣步道)	大沙灣健康步道沿途為新建之枕木步道，步道路況極佳且與白米甕砲台隔海相望，步道沿途更具有古砲地遺址，距高臨下可俯瞰整個基隆港。從大沙灣(豐稔街)沿途走到二沙灣砲台(海門天險)，在觀賞二沙灣砲台陣地後可從海門天險前面廣場旁的「串珠步道」連走道十八羅漢山。串珠步道是一條原始的森林步道，連接著二沙灣及十八羅漢山、聖濟宮的山谷步道，串珠步道雖隱藏於山谷間，但步道平緩寬闊輕鬆易行。建議路線為大沙灣步道(中砂登山健康步道)→砲台遺址二沙灣砲台步道→串珠步道→聖濟宮十八羅漢洞→中船路112巷30弄。	2.4公里	90分鐘(單程)	中正行政大樓停車場，另111年因應停車需求市府已爭取中央前瞻基礎建設計畫經費，規劃於祥豐街與豐稔街41巷的停車場用地，新建地下1層、地上4層，共281席停車位的立體停車場。	1.開車由中正路往正豐街，右轉豐稔街，即可抵達。2.市區搭乘公車101、103、104號公車於「正豐街站」下車，循正豐街前行約數十公尺，然後右轉進入豐稔街，往大沙灣步道南豐宮叉路，路口有『中砂里大沙灣健康登山步道』指標，為豐稔街130之2號旁標示，即可抵達。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	二沙灣砲台步道(海門天險步道)	二沙灣砲台主要可分成東砲台、北砲台和營盤三大區塊，營門是砲台的出入口，城門上刻「海門天險」四字門額，營盤區是當時軍隊駐紮位置，護城階梯由砲台區往下走是一寬廣的石砌階梯，古墓位於東砲台區的山邊共三座，阿姆斯特壯大砲位於東砲台區內，彈藥庫在兩砲中間設置有半地下式彈藥庫，古井在北砲台區通往營盤區的路邊，是基隆五大砲台中唯一的地下水井，機槍陣地分別位於北砲台區及西北角。建議路線為中正路(壽山路)入口→東砲台區→北砲台區→營盤區和海門天險營門→中正路(壽山路)出口。	0.8公里	30分鐘 (單程)	中正路及壽山路入口路邊可免費停車	1. 開車由中正路直行或信二路轉壽山路續行，沿路標指示前行，即可至二沙灣砲台(海門天險)。2. 市區搭乘公車101、103、104、105、108號公車於「海門天險站」下車；或107、202、203號公車於「衛生福利部基隆醫院站」站下車，由中正公園牌樓循階梯而上，或由信二路、壽山路步行上山經中正公園後，往前約20分鐘即可抵達。或204號公車於「市立體育場站」下車，步行壽山路約10分鐘即可抵達砲台。3. 市區搭乘基隆客運791往福隆或1051往瑞芳，經濱海線於「公車處站」下車，依步道而上即可抵達砲台。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	基隆沙灣歷史文化園區周邊環形步道	和平島最具特色莫過於海蝕地形景觀，沿著環山步道可欣賞長期受迎面海蝕及風蝕的特殊地形景觀，例如海蝕崖、海蝕平台、海蝕溝、海蝕崖、風化窗、獅頭岩、熊頭岩等，其中最著名的是「豆腐岩」和「萬人堆」（蕈狀石）地形景觀，以及幾十萬年的化石、著名的歷史遺跡「蕃字洞」，海天一色風景優美。從留夏沙灘走上天使向海步道，這裡也是欣賞和平島公園日落的最佳地點之一，長度60公尺的步道雖然不算太長，但可從水泥溜滑梯直接溜到沙灘。建議路線為和平島公園大門收費站→遊客中心→天使向海步道→環山步道→觀景亭→琉球漁民慰靈碑→和平島公園大門收費站。	1公里	40分鐘 (單程)	要塞司令部對面有免費公有停車場、中正行政大樓停車場，另111年因應停車需求市府已爭取中央前瞻基礎建設計畫經費，規劃於祥豐街與豐稔街41巷的停車場用地，新建地下1層、地上4層，共281席停車位的立體停車場。	1. 開車由祥豐街直行至要塞司令部，可停車至對面有免費公有停車場、或由中正路直行至要塞司令部校官眷舍，可停車至中正大樓停車場。2. 公車搭乘101、102(往和平島)、103(往八斗子)、104(往新豐街)等至天主堂或中正區行政大樓站下車。3. 搭乘基隆客運791(往福隆)至榮民服務處站下車，1051(往瑞芳)至榮民服務處站下車。4. 搭乘首都客運1579(往八斗子)至天主堂或中正行政大樓下車。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	槓子寮砲台及槓子寮山步道(龍崗步道)	槓子寮山，標高162公尺，台灣小百岳編號為004號，槓子寮山位於海洋大學後方的小山頭，結合海洋大學內的龍崗步道，另外槓子寮砲台，是一處古蹟。龍崗步道，共有三大段步道，分別是北邊山區步道、北溪谷步道、南溪谷步道，北邊山區步道是沿山稜線修築而成，展望視野佳、北溪谷步道、南溪谷步道是沿著小溪溯築成。建議路線為海洋大學→龍崗步道入口（男一宿舍）→涼亭→槓子寮山→槓子寮砲台→龍崗步道出口（餐廳）→海洋大學。	3.5公里(龍崗步道2公里)	120分鐘(單程)	海洋大學停車場	1. 開車由祥豐街轉立德路、經二信中學後循山路蜿蜒上山到登山口下車，步行僅需10餘分鐘即可攻頂。2. 市區搭乘公車103號或104號於「海洋大學(濱海校門)站」下車。3. 市區搭乘基隆客運791往福隆或1051往瑞芳，經濱海線於「海洋大學(濱海校門)站」下車。從海洋大學入校園直走至夢泉廣場，環狀水泥小徑步行上山男一宿舍，登山口有二處，先由右側男一宿舍登山口上山，回程再由左側餐廳登山口下山。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	社寮東砲台步道	基隆市定古蹟，砲台頂上視野極佳，東望鼻頭角，西看野柳岬，正面則有基隆嶼，最具特色的是可眺望海平面的「海瀾線」，欣賞阿拉寶灣的最佳步道秘境，簡單易走即可攻頂欣賞視野極佳的無敵海景。建議路線為阿拉寶灣公車站→和平島龍目井、社寮東砲台步道口→營兵舍→儲彈所→東砲台山。	0.6公里	20分鐘 (單程)	步道入口有一個停車場，但範圍不大，建議可將車停在山下再步行上來約200公尺距離	1. 開車由中正路左轉正濱路，過和平橋，右轉和一路2巷，經過和平島觀光漁市後即可抵達阿拉寶灣公車站，循指標即可抵達社寮東砲台步道口。2. 市區搭乘101、102、205號公車於「阿拉寶灣站」下車，循指標即可抵達社寮東砲台步道口；或109號公車於「和平橋頭站」下車，過和平橋、和平島觀光漁市，循指標即可抵達社寮東砲台步道口。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	國立海洋科技館主題廣場-潮境公園-潮境智能海洋館-望海巷跨海景觀橋(步道+自行車道)	基隆海科館主題館有最新海洋風主題全台最長溜滑梯「錢鰻溜滑梯」，室內親子景點好去處，有海洋環境、海洋科學、船舶工程廳等都蠻適合中年級以上的大小朋友。潮境公園有海蝕平台與海景，退潮時的海蝕平台是最佳的自然教室，豐富多樣化的自然生態，規劃完善且施工精緻的人行枕木步道，還有許多意象雕塑品顯藝術氣質，有一片開闊的草地及涼亭，草地兩側有觀海散步道、林蔭散步道及自行車道，民眾可以悠閒的在此漫步賞景或享受涼風拂面騎乘樂趣。白天可以近距離觀賞番仔澳灣周遭海域的海岸地質及生態景觀，也可遠眺基隆山之風光，而當日暮低垂時分，不僅可以看到迷人的夕陽、陸續亮起的九份燈火如寶石般閃爍，海面上與之輝映的點點漁火更是不可錯過的絕佳景像。111年才開幕的潮境智能海洋館，座落於潮境公園旁，步行便能到達，館內遊客可透過智能結合體驗海洋生態外，還能待在景觀餐廳享受窗外大海及美食，走一小段路就能看到八斗子車站附近的望海巷跨海景觀橋，在橋上你可以360環視整個山海大景，也可以從白天待到夜晚點燈，感受海港的不同氛圍。望海巷漁港景觀橋長約170公尺，剛好位於基隆與新北交界，銜接濱海環台自行車道最關鍵的一哩路，這條步道也是自行鐵馬道可以串連潮境公園、海科館、八斗子車站、深澳鐵道自行車道等，成為熱門旅遊觀光景點。建議路線為海洋科技館→長潭漁港→潮境公園→潮境智能海洋館→望海巷跨海景觀橋再原路回程。	1.4公里	30分鐘 (單程)	海洋科技館主題館停車場、潮境公園停車場、望海巷跨海景觀橋位在望海巷漁港上方，旁邊設有免費停車場	1. 開車至中中正路 → 正豐街→祥豐街→北寧路→海洋大學→碧砂漁港→(新豐街過後靠左)漁港一街左轉 → 環港街右轉→ 漁港二街左轉→ 國立海洋科技博物館(區域停車場)。2. 市區搭乘公車103號公車至海科館(碧水巷)即可到達。3. 搭乘「1051國家新城-瑞芳」及「791國家新城-福隆」、「R66七堵車站-海科館」基隆客運，於八斗子或 海科館(碧水巷)下車。4. 搭乘「2088基隆女中(八斗子)-市府轉運站」大都會客運，起點臺北市捷運5號(藍)板南線市政府站，約40分鐘於海科館站(終點站)下車。5. 搭乘「1579八斗子-臺北」首都客運，起點捷運圓山站，29公里，約30分鐘於海科館站下車。6. 搭乘「1811臺北-羅東(國1-台2)」及「1812臺北-南方澳(國1-台2)」國光客運，於八斗子或海科館站下車。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	基隆嶼步道	「登山步道」總長740公尺，上升高度有182公尺，雖然陡峭卻能用360度環境的方式欣賞整個基隆嶼和望向遠方的本島，是個非常奇妙又美麗的視角，燈塔位在基隆嶼山頂，黑白的外觀設計，被人戲稱是「黑白郎君」，是基隆嶼最高的地標。「環海步道」總長480公尺，沿基隆嶼西岸興築之木棧道，除了欣賞基隆嶼海岸奇岩怪石、近海礁岩美景，還能仰望一旁高聳的山壁地勢。建議路線為碼頭->登山步道->燈塔->環海步道。	1.4公里	30分鐘 (單程)	無	1. 開車由中正路或祥豐街經北寧路過海洋大學往前約400公尺。2. 市區搭乘公車103、104號公車於「碧砂漁港站」下車。3. 市區搭乘基隆客運791往福隆或1051往瑞芳，經濱海線於「碧砂漁港站」下車。 從碧砂漁港售票中心購票搭乘觀光船前往基隆嶼。4. 搭乘台灣好行-T99濱海奇基線於「碧砂漁港站」下車
	容軒步道	走往容軒步道的入口，一小段石階路陡上即登上容軒步道最高點的圓形觀景平台， 由觀景平台從另一側的步道走下來，這裡又有一處高架的木棧平台可以休息或眺覽風景。 再循著指標，小路繞往園區的另一邊，路旁草叢有紅磚殘垣，來到下方，另有一處觀景平台，眺向深澳岬角，旁有一小小的生態池，池中有各種水生植物。續行即抵達步道終點處的容軒，容軒這棟舊建築曾經做為海科館的籌備處，沿著容軒前的柏油路往下走，就是園區內著名的榕蔭綠色隧道。建議路線為容軒步道入口->圓形景觀台->木棧平台->景觀平台->容軒->榕蔭綠色隧道。	0.4公里	10分鐘 (單程)	容軒步道停車場	1. 開車至北寧路446巷右轉即可抵達。2. 市區搭乘公車103、108號公車至「海科館(碧水巷)站」下車。3. 市區搭乘基隆客運791往福隆或1051往瑞芳，經濱海線至「海科館(碧水巷)站」下車。沿指標步行至入口。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	和平島環山步道、天使向海步道	和平島最具特色莫過於海蝕地形景觀，沿著環山步道可欣賞長期受迎面海蝕及風蝕的特殊地形景觀，例如海蝕崖、海蝕平台、海蝕溝、海蝕崖、風化窗、獅頭岩、熊頭岩等，其中最著名的是「豆腐岩」和「萬人堆」（蕈狀石）地形景觀，以及幾十萬年的化石、著名的歷史遺跡「蕃字洞」，海天一色風景優美。從留夏沙灘走上天使向海步道，這裡也是欣賞和平島公園日落的最佳地點之一，長度60公尺的步道雖然不算太長，但可從水泥溜滑梯直接溜到沙灘。建議路線為和平島公園大門收費站→遊客中心→天使向海步道→環山步道→觀景亭→琉球漁民慰靈碑→和平島公園大門收費站。	全程（約1.1公里）	40分鐘（單程）	和平島公園停車場	
七堵區	泰安-姜子寮健行步道	泰安隧道口-泰安瀑布-姜子寮山	約 8.6 km	約1.5~2小時	路邊停車格可停車	搭火車-七堵站 公車-基隆公車堵南線-泰安站。
	七堵基隆河畔步道（七堵區七賢橋頭—崇孝抽水站前）	健行路線為基隆河畔七賢循崇智橋至大華橋再折返	全長約3.5公里	1~1.5小時		
	六堵險圳步道	景觀步道兩端分別是泰安里拔西猴溪入口處與六堵里慈鳳宮旁，步道沿著基隆河彎曲地形而建，以枕木興建的步道	全長約350公尺	1~1.5小時		

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	友蚋生態園區步道	七堵華新一路—北二高橋下→壺穴觀景步道入口→一坑口輕便車隧道→友二社區→鹿寮橋→新興橋→石公潭→雙孔舊橋	來回約3公里	1~1.5小時	路邊可停車	往瑪陵坑、友蚋方向公車班次甚少，且往來各景點之間搭車不便，建議開車前往。由華新一路—北二高橋下→壺穴觀景步道入口→一坑口輕便車隧道→友二社區→鹿寮橋→新興橋→石公潭→雙孔舊橋約三、四公里。
	大牛稠登山步道	大同街63號登山口→(1K, 30分鐘)→大牛稠嶺觀景台→(0.9K, 15分鐘)→瑪東農路登山口→(0.9K, 15分鐘)→大同街63號登山口	約2.8公里	1小時		基隆市公車703七堵～瑪東里：七堵搭車，於大同街63號站下車，即為登山口。
	姜草越嶺古道	福興宮(姜子寮路61巷)→(0.3K, 14分鐘)→石頭厝→(0.4K, 16分鐘)→古道越嶺岔路口→(0.6K, 17分鐘)→泰安瀑布環山步道→(0.5K, 18分鐘)→泰安瀑布入口	約1.8公里	約1.5小時	開車前往	基隆市公車706：於七堵車站附近自治街站搭乘，至「泰安路186-1號」站下車，每日往返各二班次。沿泰安路續往南步行1.4公里，即可抵達泰安瀑布。 或由基隆市公車總站搭401號公車，或搭基隆客運、福和客運往板橋的班車，在草濫站下車，下車後沿路標步行約40分鐘即可抵達。
	七上八下縱走(七堵至八堵)	七堵火車站東出口→(0.6K, 20分鐘)→益壽山→(2.4K, 70分鐘)→拔西猴山→(3.0K, 80分鐘)→三疊山→(3.5K, 90分鐘)→八堵火車站	約9.5公里	4小時		火車：於七堵火車站下車。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	瑪西桐花步道&焦炭窯	瑪陵坑富民親水公園→(0.2k, 2分鐘)→瑪西桐花步道入口 →(0.4k, 15分鐘)→觀景台→(0.4k, 15分鐘) →瑪西桐花步道入口→(0.2k, 2分鐘)	0.85公里	30分鐘		北二高過七堵收費站後，從瑪東系統交流道下高速公路，接62（萬里—瑞濱）快速公路，從大埔交流道下，右轉大同路，直行遇大華二路岔路口，再右轉大華二路，即抵達瑪陵坑。
	泰安瀑布、蝴蝶谷步道	泰安瀑布入口→(0.2K, 10分鐘)→泰安瀑布環山步道一圈 →(0.4K, 20分鐘)→泰安瀑布入口→(1.1K, 20分鐘)→蝴蝶谷→(1.1K, 15分鐘)→泰安瀑布入口	1.4公里	來回約1.5小時	停入口	基隆市公車706：於七堵車站附近自治街站搭乘，至「泰安路186-1號」站下車，每日往返各二班次。沿泰安路續往南步行1.4公里，即可抵達泰安瀑布。或由基隆市公車總站搭401號公車，或搭基隆客運、福和客運往板橋的班車，在草濫站下車，下車後沿路標步行約40分鐘即可抵達。
	仙洞湖山、月眉洞步道	月眉洞登山口→(0.6K, 15分鐘)→月眉洞→(0.3K, 3分鐘)→仙洞湖山登山口→(0.7K, 18分鐘)→往興化坑叉路口→(0.4K, 8分鐘)→仙洞湖山→(0.4K, 7分鐘)→興化坑叉路口→(0.7K, 16分鐘)→仙洞湖山登山口→(0.3K, 3分鐘)→月眉洞→(0.6K, 15分鐘)→月眉洞登山口	全長來回約4公里	約1.5小時	停入口	搭乘火車至七堵分站，轉搭基隆客運702路公車往友蚋的方向，在一坑站下車。過興化橋，順著華新一路往登山口。
	瑪友步道	大華路往瑪陵坑方向前行一大華路至大華三路。過富民橋富民親水公園	全長約350公尺	1~1.5小時		

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
暖暖區	暖暖親水公	暖暖親水公園位於暖暖溪下游地區，約在雙龍橋與水源橋中間，全長約有四公里，是利用河岸地形闢建的帶狀親水公園，在水源橋的橋上就可看到橋下寫著「暖暖親水公園」六個大字及藝術石柱。 園區內的水舞區，有噴水池和戲水區，並有一座藍色的親水吊橋，橫跨暖暖於溪兩岸，吊橋下並有設兒童遊樂設施，相當的吸引人，是來到暖暖休閒遊憩的最新好去處	約有4公里	約1.5~2小時		1. 搭區間車到暖暖火車站下車步行至暖暖區水源橋下 2. 搭乘基隆市公車602號於「暖暖郵局站」下車，步行即可抵達 3. 搭基隆市公車605號於「暖暖區公所」下車，步行即可抵達。 4. 自行開車中山高速公路下暖暖交流道進入暖暖區於水源橋附近
	暖壽山	登山路線：其旁山徑就是登山口→清法戰爭陣地遺址→暖壽山→暖暖運動公園→暖暖吊橋→暖東苗圃→生態池→頂寮山→基隆要塞地帶標石柱→觀音堂→龍門山→大菁農場十字岔→粗坑口煤窯遺址→粗坑口步道→四腳亭車站	11.7 公里	約3~4小時		1. 搭區間車到暖暖火車站下車，（無人管理式車站，月台上設有立式刷卡機，刷完卡）過天橋，到第二月臺，其旁山徑就是登山口 2. 搭乘基隆市公車602號於「暖暖國小站」下車，步行即可抵達3自行開車中山高速公路下暖暖交流道進入暖暖區於暖暖國小附近.

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	溪西股步道	過港興隆街---淮南豆腐---河邊公園---溪西股步道循車道左行往『基隆金寶塔』指示牌而行，來到一處叉路口，往右探水泥路有一『興隆街14號』的信箱，這裡發現舊的路條，續行不遠往左轉入山徑 H127m	4公里	4小時(含休息、拍攝)		1. 搭601市公車於暖江橋站下車。循車道左行往『基隆金寶塔』指示牌而行，來到一處叉路口，往右探水泥路有一『興隆街14號』的信箱，這裡發現舊的路條，續行不遠往左轉入2. 自行開車可自中山高下暖暖交流道後，往過港路至興隆街
	暖東峽谷步道	暖東峽谷位於基隆與平溪交界的東勢坑山區，上游的火燒寮為全台雨量最大的地方，溪水終年不絕，融合叢林與獨特的峭壁景觀，沿途的潺潺流水聲就像環繞式音響，蜻蜓、蝴蝶飛舞其間，伴隨著遊客的腳步一起探險，是個全家郊遊的好去處。 暖東峽谷園區內植物種類豐富，除了由種類多元的竹子構成的竹林，也有樟樹、楓樹、相思樹等植被，再加上此處多雨潮濕，更富含多種蕨類、杪欏，漫步在叢林中，幾乎隨處可見。	3公里	4小時(含休息、拍攝)		1. 搭基隆市公車603號至東勢坑站下車 2. 搭區間車到暖暖火車站下車步行至暖暖區東勢街5號(全家便利商店)搭603號公車至東勢坑站下車 3. 搭乘台鐵至八堵站，步行至八堵國小轉 603 公車至暖東峽谷站，下車就能看到入口。 4. 自行開車從台北出發，開車大約半小時就可以到囉！暖東峽谷位在基隆市暖暖區東勢坑台 2 丙線指標 6K 處，可自中山高下暖暖交流道後，循台二丙線繼續行駛，10 分鐘後即可抵達。入口處設有停車場，但假日車多，可能會有停車位不夠的問題。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	碇內河濱步道	從暖暖興隆街62快速公路底下走進基隆河岸，從暖暖到四腳亭間的基隆河濱步道上有一座跨過基隆河的「碇內吊橋」。每次搭北迴線火車經過暖暖不久就可看見基隆河這段有河濱步道及吊橋跨越河面，今天就來看看這座吊橋走走這段河道。	3公里	4小時(含休息、拍攝)		1. 搭基隆市公車601號往源遠路至十六坑站下車2. 搭區間車到八堵火車站下車步行至八堵國小搭601號公車至往源遠路至十六坑站下車4. 自行開車從台北出發，開車大約半小時就可以到囉！可自中山高下暖暖交流道後，網源遠路繼續行駛，5分鐘後即可抵達 位在基隆市暖暖區源遠路國產江山社區旁
	過港河濱步道	過港里暖江周邊的河濱公園原為一片荒地，經過社區民眾努力改善環境，及積極向林務局申請植栽做綠美化，現已滿布綠色植栽，許多民眾常來運動、散步，也結合暖江周邊的壺穴地形，漸漸地發展成為自然生態教室，並於106年由經濟部水利署第十河川局完成增建河濱步道（目前約有600公尺步道），慢步其中可欣賞兩岸基隆河景色，適合全家一起來躺心靈之旅。	2公里	2小時(含休息、拍攝)		1. 搭基隆市公車602號往過港路至市府宿舍下車 2. 搭區間車到暖暖火車站下車步行至暖江橋 3. 自行開車可自中山高下暖暖交流道後，往過港路過港路至市府宿舍
	暖暖運動公園	暖暖運動公園場域寬大，位於東碇路、暖東苗圃正對面，與暖東苗圃間有景觀吊橋連結，是近年來暖暖地區新興的公共休閒場所；運動公園結合了休閒與運動的功能	700公尺	20-30分鐘		1. 搭基隆市公車605號往東碇路至運動公園下車 2. 搭區間車到暖暖火車站下車步行至暖暖街搭市公車605號往東碇路至運動公園下車 3. 自行開車可自中山高下暖暖交流道後，往東勢街接東碇路至運動公園

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	荖寮坑礦業生態步道	原為「荖寮坑古道」，是通往荖寮坑煤礦區的道路，已有一百多年歷史，現規劃成園區步道，有「荖寮坑產業歷史古蹟步道」及「荖寮坑與十分古道聯絡道」二條主題步道	1.3公里	1小時(含休息、拍攝)		1. 國道一號→下八堵交流道→右轉水源路/台2丙線→左轉東勢坑產業道路→荖寮坑礦業生態園區(荖寮坑古道)2. 基隆客運603：自基隆火車站前或基隆二信循環站搭乘。 首都客運1577：自南港車站或捷運南港展覽館站搭乘。於暖東峽谷站，班次不多，需注意時間。
仁愛區	紅淡山步道	共有五個登山口，銘傳國中、南榮新村、南榮公墓、南榮國小、寶名寺，	來回3.8公里	來回腳程約1小時		
	獅球嶺砲台	仁愛區行政大樓—獅球路(書院里社區)—獅球嶺砲台	來回3公里	來回腳程約1小時		

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
中山區	情人湖濱海大道	情人湖濱海大道外木山濱海地區（基隆市中山區外木山濱海地區）-澳底	1.2公里	1小時		自行開車： 1. 可由國道1號北上基隆，下基隆交流道-忠一路、中山一路、中二路、中華路到文化路進入外木山漁港-濱海步道。 2. 可經由國道3號北上基隆，下基金交流道後，左轉基金一路後至西濱公路右轉，往外木山方向進入，在自行車觀光步道旁停車場停車。 3. 金山、萬里方向來的遊客，可在基金公路左轉武聖街至大武崙漁港，再沿海岸線至外木山澳仔海濱，或經由西濱公路左轉，往外木山方向進入，在自行車觀光步道旁停車場停車。 大眾運輸工具： 搭乘基隆市公車302路至「中山國中站」，下車步行延國中側邊至協和街，即可抵達外木山濱海。步行時間約15分鐘。
	虎仔山	中山一路113巷-太平國小-地標公園(15分鐘)-佛山早起會(20分鐘)		約40分鐘		從基隆車站南站出口過馬路走到中山一路113巷或145巷入口延著階梯往上走往太平國小(中山一路189巷185號)後方的操場
	白米甕砲台	中山區太白莊、光華路37巷底(白米甕砲台-白米甕尖-基隆燈塔步道)	2公里	1.5小時		搭基隆市公車302到太白莊(終點站)。往碼頭方向走到盡頭左側有小車道，指標往白米甕砲台、白米甕尖、觀測站、暗砲台、基隆燈塔等。走上去一下就到基隆燈塔門口。

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
安樂區	國家新城金龍湖、新山水庫觀景台健康步道	金龍湖環湖步道-新山水庫觀景台(800m, 由樂利三街30巷進入往七堵的自強產業道路)-環山步道-台北e-go樂利二街(出口)	全長約5.43公	2小時	1. 路邊可停車。 2. 32巷步道入口(巷底有小型停車場)。	公車501：自基隆公車總站搭乘，於「樂利三街32巷」站下車，步行至巷底停車場，即可抵達樂利三街32巷步道入口
	海興路森林步道	海興森林步道入口-情人湖風景區的環山步道	來回3公里	來回60分鐘	有	公車305、310號於「湖海路2.5公里」站下車，步行至大武崙澳仔福德宮，即可抵達入口處
	慈佛寺健康步道	四維里蓮花池—涼亭-慈佛寺—康福宮—四維里蓮花池	1公里	來回30分鐘	路邊停車格可停車	公車502、R82：自基隆公車總站、百福車站搭乘，於「安和一街137巷」站下車，往回走130公尺，蓮花池旁水泥階梯即為慈佛寺步道登山口。
	永嘉景觀步道	海印寺登山口→(5分鐘)→慈佛寺→(10分鐘)→紅龍山→(5分鐘)→基隆代天府登山口	來回2.2公里	來回40分鐘	有	公車501、502號，於「自強隧道口站」下車，向右轉，朝崇德路10巷40弄前進步行約800公尺。
	情人湖風景區的環山步道	環湖步道，可通往觀海平台或觀景瞭望台	3.8公里	2小時	有	搭乘基隆市公車505、509號於「台北大鎮站」下車，上山步行約15分鐘即可抵達
	壯觀里里民會堂至清涼寺	壯觀里民會堂—米酪休閒農場—清涼寺	2公里	來回60分鐘	路邊停車格可停車	公車506線九如社區站

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
信義區	槓子寮砲臺	槓子寮砲台位於孝賢里的山上，是基隆規模最大且保存最完整的砲台古蹟，遺跡包括崗哨、交誼廳、營舍、指揮所、碉堡、隧道、彈藥庫、機槍陣地、砲盤區、蓄水池等等，範圍廣闊、氣勢雄偉壯觀，被列為國家二級古蹟。	3.5公里	120分鐘		深澳坑入口（信義區教忠街141巷底）→ 槓子寮砲臺入口
	總督嶺步道（五坑山步道）	總督嶺步道(五坑山步道)，位於基隆市的深澳坑路，八斗子附近，因有台灣總督府古碑、砲台遺址等而得名。	2.1公里	40分鐘 (單程)		登山口由深澳坑路141巷口進入，經洗衣亭後進入原始土徑，沿途翠綠林蔭走來舒適怡人，步道上可見明治年間所立的台灣總督府古碑，遇叉路選擇右去先上五坑山，再左回，經一段好漢坡後即抵達五坑山。續行經「101小天梯」小陡坡後，欣賞兩棵相依偎的「夫妻樹」，循原返回登山口。
	役政公園	役政公園座落於基隆市中正區壽山路附近，是全國第一座結合陸海空三軍除役武器裝備的公園，絕對讓您感到相當新奇及有趣。 各式國軍退役的武器，依舊英姿煥發，見證了國軍保家衛國的歷史役政公園內最具歷史價值的，其中一座由清朝巡撫劉銘傳時代保存至今的「阿姆斯特朗後膛鋼砲」，砲口內徑8英吋，有效射程5公里，全長5.55公尺，重12公噸，膛線左旋，砲門螺旋式閉鎖後膛鋼砲	4公里	90分鐘 (單程)		開車：下中山高基隆端，接中正高架道路至市政府右轉信二路，沿壽山路上山即可到達中正公園，過了公園後繼續直行，即可抵役政公園。從市立田徑場出發，沿著壽山路、役政公園、二二八紀念碑稍作休息後折返，全程約莫4公里

行政區	健走步道	健走範圍	健走公里數	時間	停車場	交通
	天外天復育公園	復育公園前身為天外天垃圾掩埋場位於基隆市東側信義區，深澳坑段，深澳坑小段，即位於月眉山東北側之山嶺區，緊鄰基隆市瀝青拌合場用地，西南側為天外天墓園，南側與台北縣瑞芳鎮相接，用地面積約為27.9公頃，標高約為70公尺至200公尺。場址地形屬於袋形山坡地。	2.5公里	60分鐘		大眾交通：搭乘基隆市公車201、202於「住安城堡社區」下車，步行約1.2公里後，即可抵達天外天復育公園。