

香港三尖進度表

日期 / 時間	個人 NO	選擇路線	移動時間	行程里數	總里數
2024.10.2/06.43	8	逆走麥徑2-1 - 大浪坳 - 蚡蛇尖	4:53:02	28.79km	28.79km
2024.10.12/22.44	8	五塊田-廟仔墩-釣魚翁-大廟	3:50:09	7.51km	36.3km
2024.10.17/17.23	8	青山寺-青山-靈隱寺	6:30:00	12.78km	49.08km
2024.10.20/10:05	16	五塊田-釣魚翁-油塘	5小時	11.5km	11.5km
2024.10.06/09:22	14	釣魚翁	6小時	9.25km	9.25km
2024.10.20/09.14	14	北潭坳-赤徑-蚡蛇尖-高流灣	7小時	10.76km	20.01km
2024.10.06/09.20	7	釣魚翁	6小時	9.25km	9.25km
2024.10.20/0925	7	北潭坳-赤徑-蚡蛇尖-高流灣	7小時	10.76km	20.01km
2024.10.20/16.48	17	五塊田-釣魚翁-油塘	5小時	11.5km	11.5km
2024.11.3/07.47	16	北潭坳 - 蚡蛇灣 - 蚡蛇尖 - 赤徑	7小時	10.8km	22.3km
2024.11.3/09.11	17	北潭坳 - 蚡蛇灣 - 蚡蛇尖 - 赤徑	7小時	10.8KM	22.3km
2024.10.10/09.31	14	青蝶脊 - 青山 - 方包石 - 龍鼓灘	7小時	8.87km	28.88km
2024.10.10/09.32	7	青蝶脊 - 青山 - 方包石 - 龍鼓灘	7小時	8.87km	28.88km
2025.2.3/08.56	4	北譚凹—蚡蛇尖—咸田灣—黃石碼頭	6小時10分	22KM	22KM
2024.12.21/ 07:40	5	大廟坳-釣魚翁-五塊田	1小時40分	7.17km	7.17km
2024.12.22/ 11:44	5	北譚凹-南蛇尖-大浪西灣-西灣亭	3小時16分	15.02km	22.19km
2024.12.23/ 12:04	5	青山寺-杯渡山-良景村	31分	3.24km	25.43km
2025.1.12/09:31	17	青山寺 (杯渡山)-靈渡寺	3小時10分	13.73km	36.03km
2024.12.13/10.06	4	五塊田-釣魚翁-大廟	2小時20分	7km	29km
2025.2.23/10.51	4	N04青山寺—青山頂—良田坳	2小時10分	4km	33km