



## 新聞稿•東灣公園管理區

發佈時間: 即時

聯絡人: Emily Hopkins (公共事務– 510-544-2217)

日期: 2012年1月18日

### 即刻報名東灣公園管理區“2012年挑戰步道”活動

東灣公園管理區自1月18日•星期三•起開始受理2012年第19屆“挑戰步道”活動報名。這項廣受歡迎的健行活動在2011年吸引超過一萬名的參與者。阿拉米達和康區柯士達縣的居民於今年可再次免費報名參加•此舉將感謝北加州凱薩醫療機構和區域公園基金會 (Regional Parks Foundation)。

“挑戰步道”是一個以自我為嚮導、激勵民眾認識地區性公園的活動。同時也藉由有趣的戶外活動激勵民眾追求健康。

“挑戰步道”的參與者將獲得免費的Tshirt和2012年步道導覽手冊。導覽手冊中包含詳細的步道簡介和健行要領•行車資訊以及20份在不同地區的公園或步道地圖。步道從簡而難。有些步道開放給行人•腳踏車和騎馬者。其中許多步道也開放給輪椅人士。

今年的主題是“開心步道”。除了步道資訊外•在導覽手冊中也提供其他資訊•包含•親子健行•攜帶寵物健行•步道安全和在炎熱季節下健行。

欲報名者•請至[www.ebparks.org](http://www.ebparks.org)獲得詳細資訊•請在首頁右側“Features•特別報道•”欄位點擊“挑戰步道 ( Trails Challenge•”選項•並依指示繼續操作。報名者必須有個人電子郵件•

後續資訊將寄至電子郵件信箱。電子確認信將提供報名資訊•如何下載導覽手冊以及獲取免費T-



shirt。報名者可支付五元獲得完整步道導覽手冊。因應環保需求•東灣公園區建議欲自行列印手冊的報名者•依據個人需求局部列印。除了步道資訊外•手冊亦包含公園資訊和針對新手提供的健行要領。

iPhone和Android手機的使用者可免費下載步道導覽軟體•於手機上隨時查看相關訊息。

參與者必須完成健行五個步道或26.2哩•並於完成任務後上網登錄里程數才算是完成挑戰。挑戰成功者將以郵寄方式收到一枚紀念徽章。過往挑戰均採取榮譽制度•意即在健行過程中將無監督者。

2012“挑戰步道”活動包含以下的公園和步道•

- Big Break Regional Shoreline, Oakley
- Black Diamond Mines Regional Preserve, Antioch
- Briones Regional Park, Lafayette
- California Riding & Hiking Trail, Martinez
- Carquinez Strait Regional Shoreline, Martinez
- Diablo Foothills Regional Park, Walnut Creek
- Dublin Hills Regional Park, Dublin
- Garin / Dry Creek Pioneer Regional Park, Hayward
- Hayward Regional Shoreline, Hayward
- Huckleberry Botanic & Sibley Volcanic Regional Preserves, Oakland
- Kennedy Grove Regional Recreation Area, El Sobrante
- Las Trampas Regional Wilderness, San Ramon
- Mission Peak Regional Preserve, Fremont
- Martin Luther King, Jr. Regional Shoreline, Oakland
- Morgan Territory Regional Preserve, near Tassajara/Eastern Contra Costa County
- Pleasanton Ridge Regional Park, Pleasanton
- Point Pinole Regional Shoreline, Richmond
- Redwood Regional Park, Oakland
- Sunol Regional Wilderness, Sunol
- Wildcat Canyon Regional Park, Richmond

-----



Board of Directors

Carol Severin President Ward 3	John Sutter Vice-President Ward 2	Ayn Wieskamp Treasurer Ward 5	Whitney Dotson Secretary Ward 1	Doug Siden Ward 4	Beverly Lane Ward 6	Ted Radke Ward 7	Robert E. Doyle General Manager
--------------------------------------	-----------------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------------	----------------------	------------------------	---------------------	------------------------------------