

北插天山



第三級



11.2公里
原路來回



8-10小時



全年



步道概要



北插天山位於桃園市復興區，是雪山山脈北段著名的中級山，山形峻峭挺拔，又因為地處雲霧帶，每當山嵐湧起，如一倒插天際的樣貌，得名「插天山」。泰雅族人稱北插天山為「Babo Takai」，意即很高的山，因此北插天山又因音譯而另名塔開山。

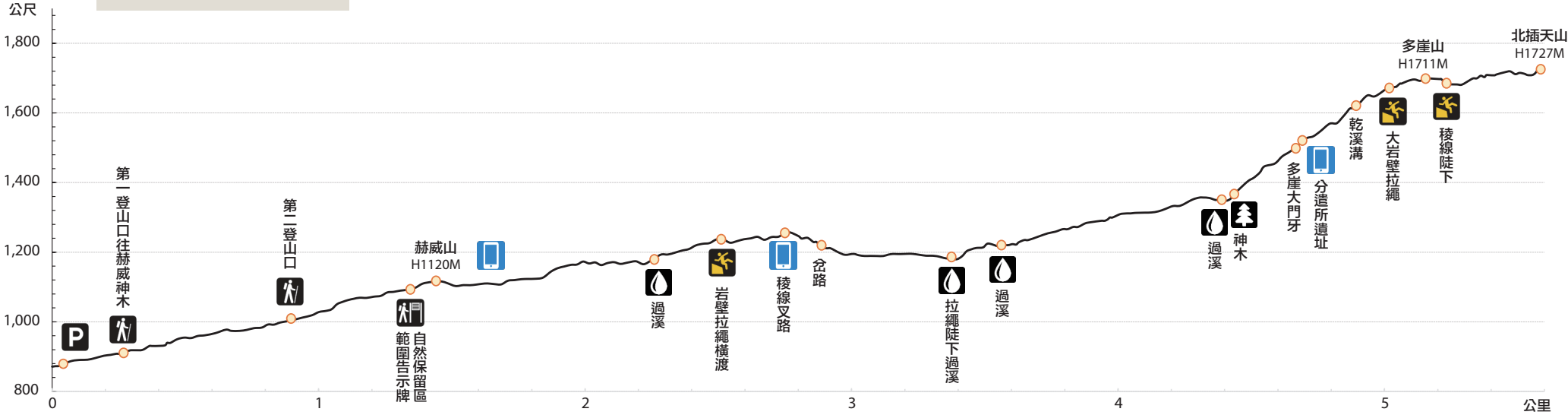
溫帶氣候的山林，孕育著無數令人嘆為觀止的神木，也造就出大片山毛櫸純林。春夏，綠油油的森林裡，鳥語啁啾；深秋，山毛櫸的葉片轉為金黃，隨風搖曳、緩緩落下，美不勝收，吸引大批民眾前來一探期間限定的金黃美景。

北插天山登山步道原由木屋遺址登三角點路段，因土壤沖蝕及根系裸露嚴重暫停開放，於2022年5月1日起調整成由岩戶分遣所路線登三角點後原路折返。本路線沿途設有色塊標誌，路徑原始，部分路段陡峭須拉繩，沿途須通過幾處溪流，步道難度等級為3，適合有登山經驗，體力佳且有初步地圖判讀能力者。北插天山終年有雨，相對溼度高，雨後土徑泥濘、樹根與岩石濕滑難行，須特別留意行進安全。

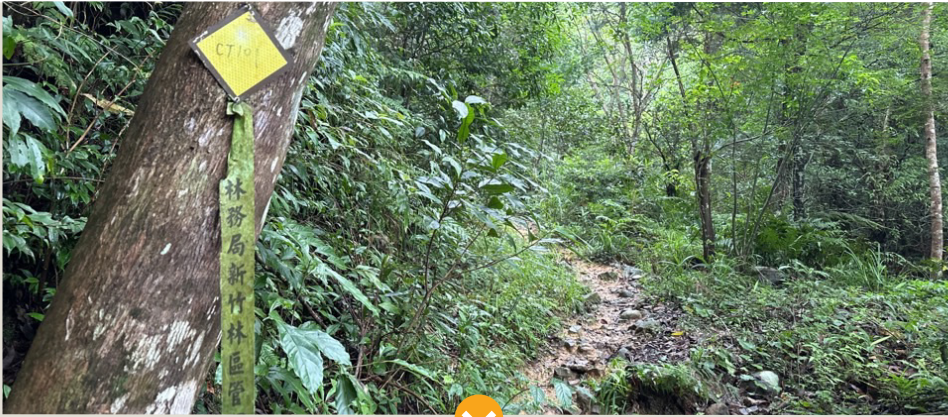
本路線行經插天山自然保留區，依「申請進入自然保留區許可辦法」規定辦理，請民眾先上網申請，經許可後方能進入。

此計畫書提供給具備一定經驗及體能，欲自行規畫縱走活動之山友作為建議，請依照個人或是團隊體能與天候狀況做適度調整；如無把握，可參考支線路線安排替代健行行程。

步道高度變化圖



2.8公里 / 1.5-2小時



停車場旁柵欄入口-四叉路口

小烏來登山口位於私人停車場旁，設有金屬圍籬，山友可自行推門進入。沿著之字形水泥道路途經第一登山口後，方抵第二登山口。從第二登山口啟程即走入原始山徑，路徑雖小但卻清楚，在茂密的林相中緩緩爬升至稜線，可順道一訪赫威山，再沿稜線下至山腰森林至四岔路口。沿途蟬聲嘹亮，偶可聽聞山羌鳴叫。

1.9公里 / 1.5-2小時



四叉路口-分遣所遺址

四叉路口位於山腰空地，在此稍作休息後取CT106路線標示往岩戶分遣所前進，步道原始泥濘，行經在原始森林林相之中，沿途偶見倒木，多處行經小溪，過溪石頭溼滑，留意腳步小心滑倒。路徑於海拔1,400公尺處開始陡升，部分路線有設拉繩，約過分遣所路線1.8公里處，終於爬升至雄偉的多崖大門牙巨石，取右後不久即至分遣所遺址，周遭可見大量日治時期遺留之空酒瓶。

0.9公里 / 1小時



分遣所遺址-北插天山

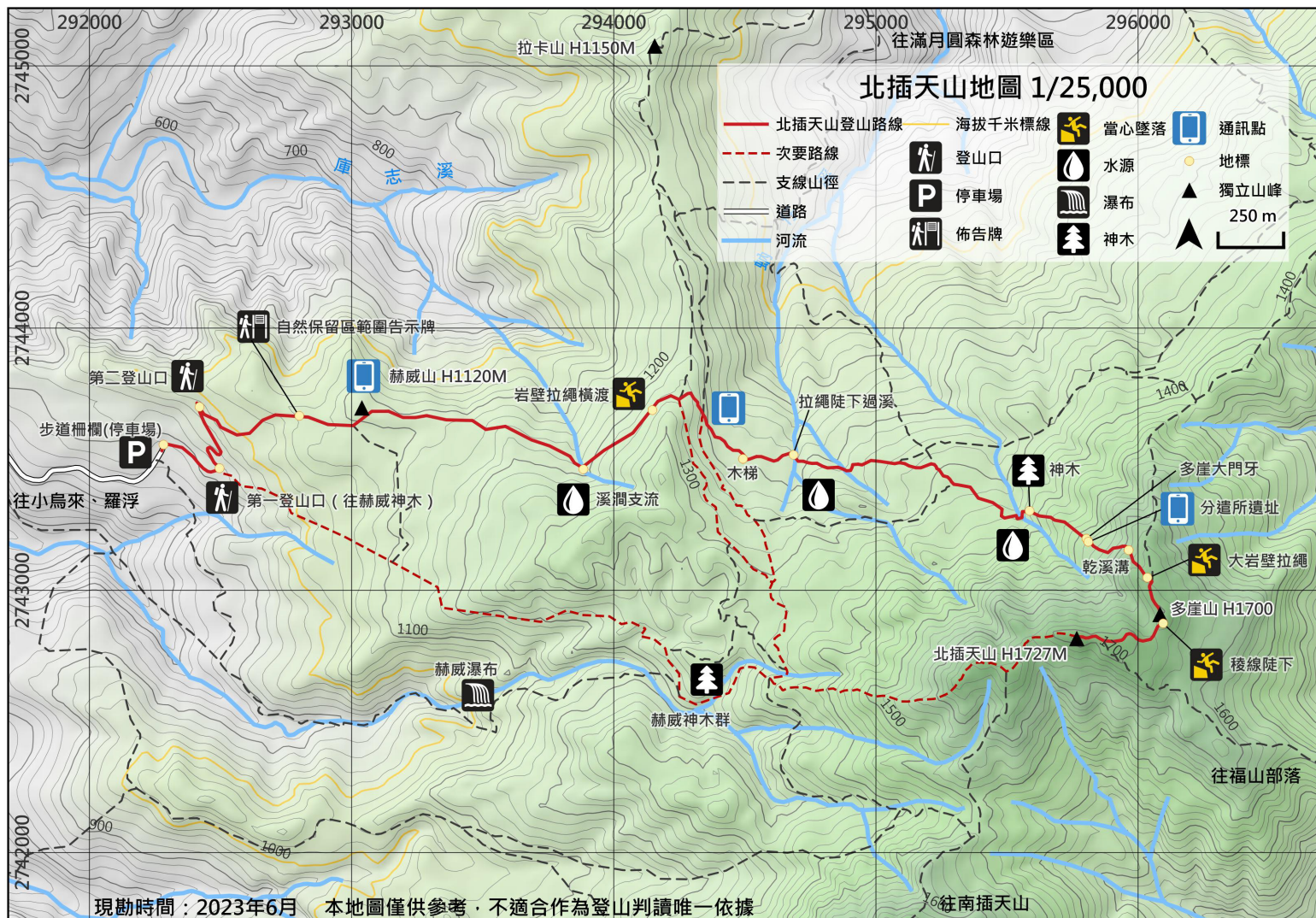
從分遣所遺址處繼續沿著陡坡爬升至乾溪溝，沿著溪溝巨石上行至稜線，石頭表面溼滑須小心行走；稜線為叉路交會點，沿著稜線山徑續行約一百公尺後抵達多崖山頂。多崖山海拔高度1,700公尺，設有三角點；過山頂後下坡，連續通過兩處巨大岩壁，雖設有拉繩但腳點少須謹慎通過，下到鞍部後再往上爬升至1,700公尺，穿過樹林即抵達北插天山山頂。北插天山海拔標高1,727公尺，山頂有1125與1533兩顆二等三角點，是全台唯一一個坐擁兩顆三角點的山頭。



支線建議

小烏來第一登山口-赫威神木-木屋遺址 (原路折返)

北插天山山區步道網絡綿密，步道林相多為台灣山毛櫸、紅檜、扁柏、溫帶針葉樹組成的巨木步道，其中尤以赫威山山腰的神木群最為人所稱道，其樹形之雄偉與奇特，被取名為塔開神木、卜派神木、赫威神木，其中以赫威神木最為知名，樹齡由800至1500年不等。



步道安全資訊說明

路況地形

北插天山多為原始山徑、裸露樹根與岩壁，多過溪、拉繩路段；遇雨步道溼滑泥濘，更加難行。此外北插天山自然保留區為位於霧林帶的中級山區，午後常有濃霧，容易造成迷途。

指示牌誌

為保護珍貴自然環境，北插天山登山步道於111年5月改線，登山口地圖牌誌尚未完全更新完畢，建議先下載離線地圖與路線軌跡；北插天山山區岔路多，沿途每一百公尺設有路線牌誌，請確實依循牌誌路徑前行；若迷途無法尋回山徑路線，建議往高處山頂或稜線移動，提高搜救成功率。

網路通訊

赫威山後至北插天山沿途網路與通訊訊號不穩，北插天山山頂無訊號。建議於有訊號處回報點位位置給山下留守人，或是隨身攜帶衛星通訊設備，以備不時之需。

水源

北插天山登山步道沿途行經多處溪澗，水源穩定。

其他

北插天山單程長、海拔高度爬升高，請山友自我評估體能再上山；建議安排充足的時間健行，避免摸黑下山。夏日日照時間較長，但仍建議下午一點前離開北插天山山頂，開始返程；冬天日照短，須更謹慎評估健行時間，務必攜帶頭燈。本步道行經插天山自然保留區範圍，禁止攜帶寵物。

登山安全是自己的責任!!



交通資訊

【大眾運輸】 無

【自行開車】

第二登山口

1. 國道3號→大溪交流道→台3線→大溪→台7線→慈湖→桃115鄉道→小烏來風景區→卡普產業道路。
2. 國道1號→平鎮系統交流道→台66線→大溪交流道→台3線→大溪→台7線→慈湖→桃115鄉道→小烏來風景區→卡普產業道路。

【山屋/營位申請】 無

【保護留區申請】

為了保護插天山區域的台灣水青岡純林、稀有動、植物資源及其生態系，1992年3月12日依法成立「插天山自然保留區」，面積7703.3309公頃。

北插天山步道及其支線位於插天山自然保留區範圍，每日承載量為120人，自進入日期前5至60日開放申請，於進入日期前14日先抽籤再審查方式。請至官方網站選擇【自然保留區-北插天山步道及其支線】進行申請。未經許可進入自然保留區者(或已許可，但進入非核准路線或區域者亦同)，將依文化資產保存法第86及108條，處新臺幣3萬元以上15萬元以下罰鍰。

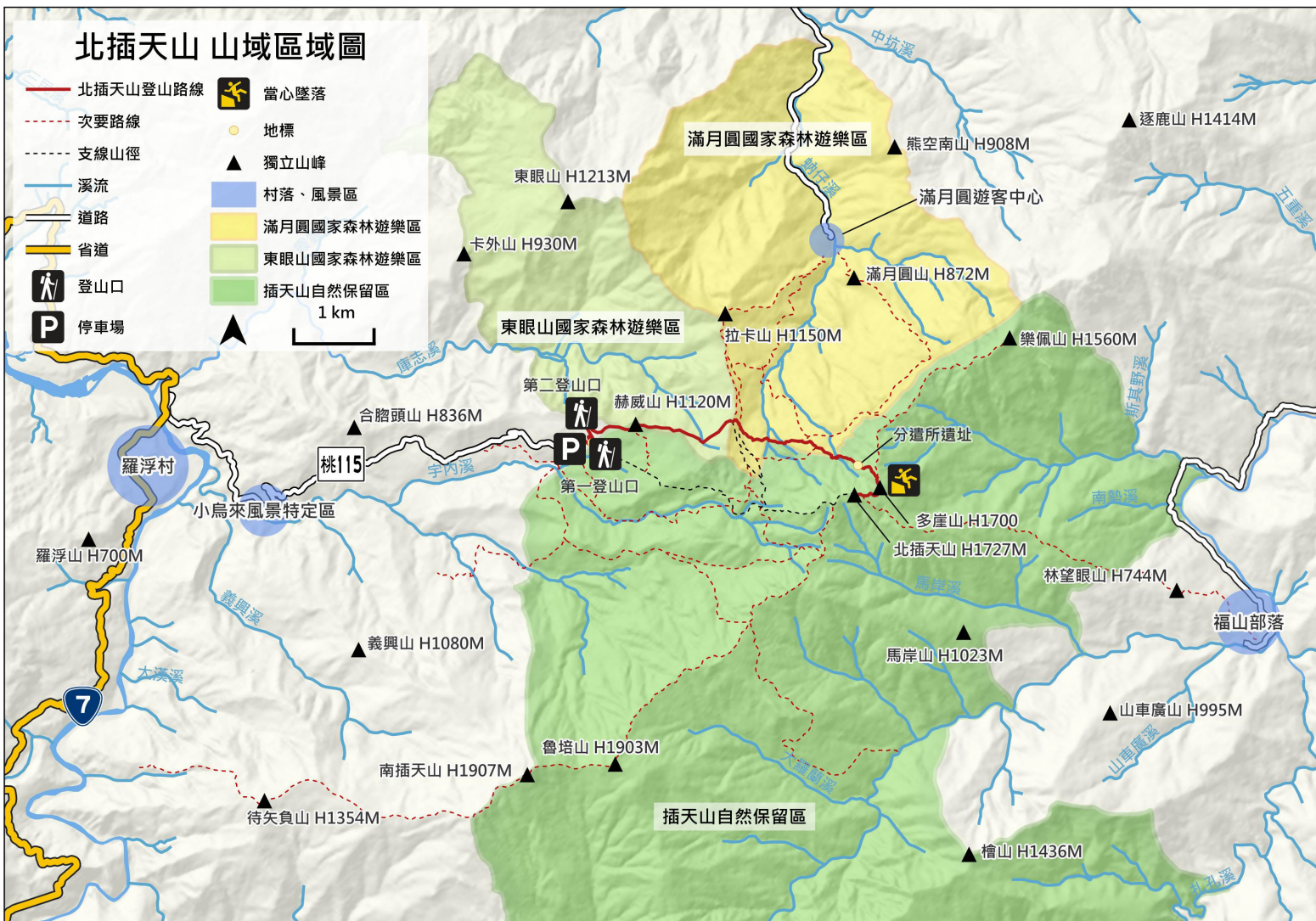
說明：北插天山登山步道原木屋遺址至北插天山三角點路線，為保護生態環境而暫停開放。

* 第二登山口附近無停車腹地，
有一私人計次收費停車場。

申請網址：
<https://pa.forest.gov.tw/>



自然保護區域
進入申請系統



準備好, 再出發!

行前規劃是控管登山風險之重要一環，為確保您與同行隊友之安全，並享有一個快樂難忘的旅程，請於出發前再次檢視以下5大守則，確認做好充足準備，#悠遊台灣山林之美！

- 規劃行程 /** 登山行進時間易受爬升下降高度、天氣變化等影響，尤其在台灣中級山區，午後易起霧、下雨；出發前確認預定住宿、交通接駁，提早出發，以確保有充足時間完成登山行程。
- 安排留守 /** 留一份登山計畫書給山下有登山經驗的親友，資訊包括行程細節與緊急連絡人資訊等等；若沒有合適的留守人，可線上申請戶外安全推廣協會留守服務。
- 留意天氣 /** 台灣山區天氣變化極為快速，永遠以最糟的情境來打包裝備與準備行程。最即時之詳盡天氣資訊請上中央氣象署網站查詢。
- 知曉極限 /** 遵循路線之路牌標誌，走在規畫好的山徑上。請做好單日健行八小時以上的心理準備，健行速度與行進距離與您的體能和山野經驗有高度相關。若不幸發生意外，請冷靜並依循S.T.O.P原則(停下腳步、冷靜思考、觀察四周、制定計畫)，再規畫下一個行動。
- 必帶裝備 /** 北插天山夏日午後多雷雨，冬天則受東北季風影響，建議隨身攜帶雨衣雨具，以因應多變氣候環境；山區網路通訊不穩，可依個人情況選擇攜帶衛星通訊設備。登山口附近無商家，請於山下準備好足夠糧食與飲水。

步道所屬分署聯絡資訊

本安全資訊為出版日期時最正確的內容，若要獲取更多步道在地即時資訊，請參考林業及自然保育署山林悠遊網網站，或與新竹分署森林育樂科聯繫。

電話：03-5224163 轉262

<https://recreation.forest.gov.tw/>

步道分級參考國家公園步道系統分級標準，詳細資訊請參考：

<https://reurl.cc/674XN6>

出版單位： 林業及自然保育署

出版日期：2024.03

執行單位： 戶外安全推廣協會



步道
軌跡檔



裝備
清單



第三方協同
留守平台

環境倫理宣導

做好萬全準備

選擇適合自己體能與經驗的行程不越級打怪；出發前確實查看天氣預報；準備保暖衣物與備用糧；和留守人分享登山計畫；全隊同進同出。

垃圾與排遺處理

如廁時遠離步道、水源、營地，挖掘15至20公分深的貓洞，妥善覆土掩埋排遺；帶出所有攜帶上山的物品，包括煙蒂、食物、廚餘（果皮、麵條、蛋殼、貝類等有機垃圾）。

維護步道原有風貌

行走在既有步道上，避免行走在步道邊緣，造成路面拓寬；若無既有步道，選擇堅實的路面行走如：碎石、岩石地面，降低對於植物生態的影響。

尊重野生動植物

遇到野生動物時保持距離，不追趕及捕抓、不餵食；不摘採沿途植物，以免誤食有毒植物、又破壞棲地環境。

尊重其他使用者

尊重其他山友、保持登山禮儀、行進時不佔用步道；尊重當地文化禮儀、不隨意闖入私人土地；說話輕聲細語、使用電子設備不影響他人。