

Headline	Hiking Adventure To Sweating		
MediaTitle	China Press		
Date	04 May 2014	Color	Full Color
Section	Central	Circulation	1,089,000
Page No	C8,9	Readership	3,267,000
Language	Chinese	ArticleSize	553 cm²
Journalist	N/A	AdValue	RM 10,687
Frequency	Daily	PR Value	RM 32,061



■拍在上望，可见由由大片树木构成的美

部分都市人在空闲时会前往山林区进行徒步探险、骑脚车活动，一般山林区距离城市有段距离，路程太远也成为都市人最大阻力。

要去山林间徒步探险，享受大自然的清新空气和环境，无需长途跋涉，位于甲洞的马来西亚森林研究院（Frim, Institut Penyelidikan Perhutanan Malaysia）也是好去处。

森林研究院占地544.3公顷，整个区域都是高大树木，不同季节开花的植物，生态资源丰富。

森林研究院共分成8个区域，包括果实类树木区、湿地公园区、植物园区（Ethno-Botanic Garden）、徒步探险区域、自然生态教育中心及露营区等。

从小孩到年长者，这里都可以找到适合大家的活动，如晨运、徒步探险、游览

吊桥、露营、野餐、家庭日活动、观察山林中的树木和植物、观察鸟类、踏脚车活动。

克羅河横越山林

该区也有一条克羅河（Sungai Kroh）横越山林区，河流经过高低不平的区域，形成激流，吸引公众携带一家大小到来野餐、嬉水等。

为了安全起见，当局规划了让喜爱骑脚车和越野脚车活动的路线，让爱好骑脚车的公众无需在道路工骑脚车，也能选择在山林路线中享受乐趣。

马来西亚森林研究院在过去曾举办各项活动，包括针对教师的培训课程、热爱大自然活动及探险活动等。



■水池中的荷花盛放，爱花的公众也可到来赏花。

■只要细心观察，可以看到不少小动物的踪迹。

Headline	Hiking Adventure To Sweating		
MediaTitle	China Press		
Date	04 May 2014	Color	Full Color
Section	Central	Circulation	1,089,000
Page No	C8,9	Readership	3,267,000
Language	Chinese	ArticleSize	553 cm²
Journalist	N/A	AdValue	RM 10,687
Frequency	Daily	PR Value	RM 32,061

大量採集國內外植物

森林和环境部（生态旅游与城市林业计划）（Ecotourism and Urban Forestry Programme, Forestry and Environment Division）主任诺阿兹琳耶耶说，甲洞森林研究院主要进行研究和教育的工作。

她说，该地区种植大量采集于国内外的植物，其中部分还是1928年之前种下。

她指出，从研究院成立迄今，都是朝向研究和教育的领域，包括针对区内的植物进行多项研究工作及进行鉴定。

“在过去，我们研究结果只供内部参考，如今把研究报告编辑成书本，让更多爱好大自然环境的公众可阅读。”

对于研究院，诺阿兹琳耶耶也是赞不绝口，她说，公众在不同月份到来，可见到不同的情况，包括花卉和树木开花结果的季节。

她说，她们针对院内各种植物进行研究和资料纪录，包括列出花卉、植物开花结果的季节。

在该公园中，至少有5条可供公众徒步探险的路线，长短不一，环境也各有不同，所需时间介于30分钟至1小时。

每条徒步探险的路线都有不同的名称，其中一条路线还是以该院首任总监拿督沙礼莫哈末诺的名字命名，分别是“Denai Keruing”、“Denai Salleh”、“Denai Engkabang”、“Laluan Rover”及“Denai Sebasah”等。

5條路線供探險

“Denai Keruing”的名称是来自该路线中最多的“keruing”乔木品种，只需30分钟路程，特点是大家会经过一个古老的山林区，可找到早期在马来西亚出现的树种。

“Denai Salleh”路线全长710公尺，主要途经山林区，可看到相当多品种的树木，有部

分是于1928年之前就已开始种植，被当局列为主要介绍的共有22种。

路線不一

“Laluan Rover”路线相当长，是公众最主要的晨运和徒步路线，可通往吊桥。

“Denai Engkabang”将经过湿地，其中部分路段途经克罗

河。

“Denai Sebasah”长610公尺，需时40分钟，也被用作教育计划路线。

“Laluan Razak”是在甲洞植物园，于2008年推介，全长400公尺，以研究院第二任总监拿督阿都拉萨莫哈末阿里的名字命名。

和其他徒步探险路线不一样的，这条路线设有无障碍设施。

丽景色。

一切從 種樹 開始

大家可能不知道，马来西亚森林研究院公园内的树林，早年都是从“种树”开始，并不是原始森林。

大家来到时可可见到大片树林，周边由武吉拉贡森林保留地（Hutan Simpan Bukit Lagong）所围绕。

在英殖民时代，因一位英籍森林研究员进行的研究工作，在1929年开始在这地点种植采集自国内外的各品种树木。

当时，这公园是被称为森林研究院（Institut Penyelidikan Perhutanan (IPP)），也是大马首个以研究植物为主的研究院。

鼓勵愛護大自然

1985年，在研究和发展森林法令下，该研究院成为法定机构，从2004年开始就在天然资源和环境部的管辖之中。

从1929年迄今，研究院陆续种植各类树木，如橡胶树、树桐类、果实类、花类树木、竹类及竹类等，甚至榴槤树。

各类树木分布在544.3公顷的土地，公众可在一站式中心索取公园地图，根据地图寻找这些树木的所在地。

当局迄今仍继续进行种树工作，为鼓励更多私人界爱护大自然生态的意识，当局也设立甲洞植物园（taman botani kepong），让私人界能赞助种树活动。

跟隨路線免迷路

公众徒步探险时，受促使用管理层已开发的路线，勿自行“开路”，以免在山林中迷路。

为了让公众体验大自然环境，管理层在公园不同区域开辟出多条适合让公众徒步探险的路线，包括脚踏车的探险路线。

诺阿兹琳耶耶劝告脚踏车者和徒步探险者，应保持在各别的探险路线，尤其是脚车者不要“侵入”徒步探险的路线。

她劝告徒步探险和骑脚踏车的公众，不要擅自进入

已关闭的路线，或自行在树林间开辟新探险路线。

她说，当局在开辟的每一条探险路线，都是经过观察和研究，找出最适合作为探险的路线。

路旁植物枯死

她指出，路线用久了，会出现一些改变或情况，他们间中做出一些调整，包括关闭一些路线及开放新路线。

她说，她们曾关闭一些“非法”路线，都是一些

徒步爱好者自行开辟的。

“有些人自行在山林中开路，我们担心有人会根据这些‘非法’路线走错路，就设立告示牌关闭，但我们发现有人还是冥顽不灵。”

当记者在其中两条探险路线时，发现有些路段已被当局关闭，据悉当局是基于一些路线因太多人川行，以致原本小路变成宽大的泥路，小路旁植物也枯死。

当局委派工作人员进行监督工作，一旦发现上述情况，就会关闭相关路段，让该区的植物恢复。

進山林記得仰望俯視

诺阿兹琳耶耶建议公众在山林中徒步探险时，不只要细心观察四周，也应不时低头看看地面或抬头望下上空。

她说，尽管这山林不是原始森林，但由于树木、植物种类相当多，自然生态相当丰富。

她指出，在不同区域，公众可见到不同品种的高大树木，地面上也有许多

因大量的果实和花卉植物及大片山林区，该区成为许多鸟类出没的地区。

诺阿兹琳耶耶说，观鸟活动主要在徒步探险路线和湿地公园一带，因地区的不同，形成鸟类出没的地区也各不相同。

由于鸟类相当多，吸引不少爱好者到来，最适合观鸟的时间是清晨时分。

不少观鸟人士都会趁早来到该区，有者甚至摸黑来到，在山林区寻找鸟类足迹。

诺阿兹琳耶耶劝告晨运、徒步爱好者、脚踏车者自律，享受运动之余，也要顾及大自然环境，不要干扰或影响其他公众。

她说，当局接获不少投报申诉指一些公众在徒步和晨运时太吵闹，影响他人。

她指出，部分公众徒步时，带著手机沿途播放歌曲和音乐，一些人亦携带音响系统播放强劲歌曲。

她说，工作人员接获投诉前往视查时，通常会给予警告。

“虽然有些人觉得边走边听歌是享受，但对于热爱大自然的人来说，却认为不应该，我们就从中进行协调，因为有时因为不同喜好而引发争执。”

一些爱好脚踏车者也受促提高警惕，尤其踏车道和徒步区衔接处应放慢车速。

据悉，其中有一条已被关闭的脚车道，还是不少脚车爱好者的最爱，由于有关车道与徒步路线交汇，以致过去曾发生脚车撞及徒步者的意外事件。

沿途聽歌勿吵到人

Headline	Hiking Adventure To Sweating		
MediaTitle	China Press		
Date	04 May 2014	Color	Full Color
Section	Central	Circulation	1,089,000
Page No	C8,9	Readership	3,267,000
Language	Chinese	ArticleSize	553 cm²
Journalist	N/A	AdValue	RM 10,687
Frequency	Daily	PR Value	RM 32,061

相信是因为森林研究院的山林相当大，及自然生态保持得相当好，每天吸引许多公众和游客。

尽管该区开放时间是早上7时30分至下午7时，但附近公众于清晨6时左右，已摸黑到山林处晨运、徒步等。

不管是早上至下午时分，在路旁、探险路线上都可可见到三五成群的人群，在晨运、徒步或踏脚车。

逢周六、周日和公共假期的人潮更多，尤其徒步路线可见到不少公众来到，以中年以上的男女居多，也有不少学生团、各政府部门、各公司等团队，到来进行各项活动，包括露营、徒步探险及举办家庭日等。

吊桥也是该公园吸引公众的一个“卖点”，但公众要前往吊桥之前，需先掌握吊桥开放日期，免得吃“闭门羹”。

为了让吊桥能更耐久使用，开放日期受限制，每天只允许最多250人走吊桥。吊桥逢周一和周五关闭，平常开放时间是上午9时30分至下午2时30分。

数年前，公众可在吊桥的柜台处购买门票，如今只能在一站式中心（FRIM One Stop Centre）处购买，因此步上通往吊桥的路线之前，公众必须先确保已买好上吊桥的门票。

如果公众没事先买好门票，即使到了吊桥入口，工作人员也不会放行。

位于拉贾森林保留区的吊桥是在1992年设立，距离地面约30公尺，长约150公尺，吊桥是悬挂在树木之间。

吊桥将在下雨天关闭，一般会在雨停的2小时后重新开放。

由于整个吊桥只以绳索和钢索绑在树干上，当局规定每次只能一人行走在吊桥上，人与人之间也要保持一定的距离。至于在树木上的小亭处，每次最多只能让4个人同时停留在一处。

吊桥的门票是分为大人5令吉，13岁以上的学生是3令吉，12岁以下收1令吉，至于国外游客是10令吉。



学生在河中嬉水，玩得不亦乐乎。



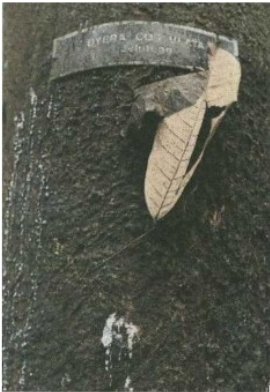
万莫哈末那菲祖细心讲解各种树木的不同情况。



当局也在露营区中划分了地点，供设帐篷。



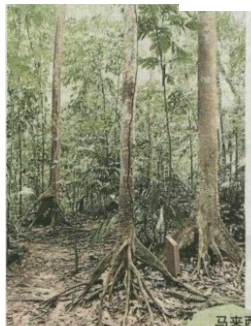
在露营区也设有小木屋，供公众租用。



学名Dyera Costulata“日落洞”树又高又直，其胶汁可配制口香糖。



走吊桥时，人与人之间也必须保持一定的距离。



在研究院的山林中，大部分树木都是当初种下，不属于原始森林。



“denai keruing”是其中一条徒步探险的路线。



不少来自附近的居民，在早上时到来晨运和徒步。