

環花東 365 超級挑戰

參加是勇者、完成是英雄!

2017 年滿天星 All Star Challenge 系列的經典場次—「環花東 365 超級挑戰」，邀請您來東臺灣體驗自行車長距離兩日挑戰的騎乘魅力！在挑戰自己體能、發現自己潛力、突破自己紀錄的同時，花東地區好山好水的優美環境，將與您共同刻劃出單車生涯最難忘的一頁！當您站上起點、或是返抵終點的那一刻，且讓我們一同歡呼—「我的環花東：參加是勇者、完成是英雄！」

指導單位：花蓮縣政府、臺東縣政府

主辦單位：中華民國自行車騎士協會

協辦單位：交通部公路總局第四區養護工程處、交通部公路總局第三區養護工程處、花蓮市公所、吉安鄉公所、壽豐鄉公所、豐濱鄉公所、富里鄉公所、玉里鎮公所、瑞穗鄉公所、光復鄉公所、鳳林鎮公所、臺東市公所、長濱鄉公所、成功鎮公所、東河鄉公所、卑南鄉公所、鹿野鄉公所、關山鎮公所、池上鄉公所、花蓮亞士都飯店、花蓮美侖大飯店、花蓮翰品酒店、花蓮麗軒大飯店、花蓮富野大飯店、花蓮璽賓行旅/卡打車飯店、臺東知本高野大飯店

活動日期：2017 年 4 月 15-16 日 (星期六~日)

報到時間： 4/14 (五) PM 15 : 00-19 : 00 花蓮亞士都飯店 1 樓 (花蓮市民權路 6-1 號)

行前說明會： 4/14 (五) PM 18 : 00 花蓮亞士都飯店 1 樓 - 會議室

活動路線：4/15 花蓮-臺東，花東海岸公路 (台 11 線) 約 182 公里，限時 11 小時

AM 05 : 00 挑戰隊行李放置托運 (地點：花蓮亞士都飯店大門口)

AM 06 : 00 出發：花蓮亞士都飯店-花蓮大橋-牛山-磯崎-長濱-都歷-知本高野大飯店。

PM 17 : 00 知本高野大飯店 (最後抵達時間)

4/16 臺東-花蓮，花東縱谷線 (台 9 線) 約 183 公里，限時 11 小時

AM 04 : 30 挑戰隊行李放置托運 (地點：知本高野大飯店大門口)

AM 05 : 30 出發：知本高野大飯店-池上-玉里-北迴歸線-光復-花蓮亞士都飯店。

PM 16 : 30 花蓮亞士都飯店 (最後抵達時間)

兩日合計總公里數：約 365 公里。

參加對象：有單日騎 150 公里以上自行車長途騎乘經驗者，建議 2 人以上報名參加。

報名費用：每人 2500 元，費用包含：保險、紀念 T-Shirt、4/15-16 午餐、計時晶片、2 日共 9 個補給站、行李運送、殿後卡車及殿後遊覽車、完成獎牌等、電子完成證書。(報名費不含晶片押金)

活動分組：男子組/女子組依年齡共分 10 組。報名系統將自動分組，報名時請務必填寫正確之出生年月日。

1. M 20 組/15-24 歲，民國 82-91 年 (含) 出生者 (1993-2002)
2. M 25 組/25-29 歲，民國 77-81 年 (含) 出生者 (1988-1992)
3. M 30 組/30-34 歲，民國 72-76 年 (含) 出生者 (1983-1987)
4. M 35 組/35-39 歲，民國 67-71 年 (含) 出生者 (1978-1982)

5. M 40 組/40-44 歲，民國 62-66 年（含）出生者（1973-1977）
6. M 45 組/45-49 歲，民國 57-61 年（含）出生者（1968-1972）
7. M 50 組/50 歲以上，民國 56 年（含）以前出生者（~1967）
8. W 20 組/女子組 15-29 歲，民國 77-91 年（含）出生者（1988-2002）
9. W 30 組/女子組 30-39 歲，民國 67-76 年（含）出生者（1978-1987）
10. W 40 組/女子組 40 歲以上，民國 66 年（含）以前出生者（~1977）

* 總報名人數限 1500 人，額滿即停止報名。

報名注意事項：

- 限使用線上報名，請點選本會網站 www.cyclist.org.tw 相關活動公告進行報名。
- 2 月 9 日起報名，至 3 月 13 日或額滿截止。3 月 15 日公佈參加編碼名單，請注意本會網站公告。
- 3 月 16 日(含)前取消報名(以 email 至客服信箱提供完整「訂單資訊」及完整「退款帳戶銀行/分行/帳號/戶名」方為有效)者，將於活動後之 3 月底前扣除匯款手續費後退費。3 月 17 日起，除活動因故延期或取消外，恕無法接受取消報名、退還報名費、取消宅配或是變更衣服尺寸。

宅配服務：本活動可選擇宅配方式預先配送報到資料及活動贈品/加購紀念品。若需宅配服務，請於報名時勾選該項服務，並繳交報名費、宅配代辦費與晶片預繳押金。宅配寄送報到資料物品，將於 4/6 統一配送(限台灣境內)。若 4/10 尚未收到，煩請速以電話(02)8919-3595 洽本會查詢。

宅配運費：詳如下表，請於線上報名時務必完整填寫正確宅配收件人資料，以利包裹順利送達。

人數 (人)	1 ~ 5	6 ~ 10	11 ~ 20	21 ~ 50	51 或以上
運費(NT\$)	130	250	350	450	500

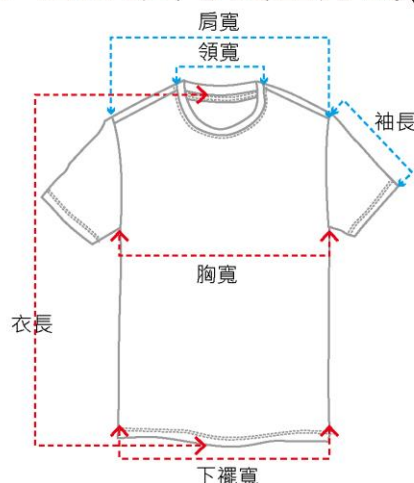
- 2017 環花東 365 超級挑戰_活動紀念 T-Shirt_樣式示意圖(螢幕顯示與實際製作顏色可能略有差異)

2017 環花東365超級挑戰 紀念衫

[樣式設計圖]



圓領T-Shirt尺寸丈量方式(平放)



若您未確定選擇何種尺碼，建議您嘗試測量您已擁有且適合您體型的圓領T-Shirt，然後將這些尺寸與下方的尺碼表進行比對。**注意：本表內所有測量值皆為生產近似值。**

測量部位 \ 尺寸 cm	XS	S	M	L	XL	2XL
衣長-後領中至下擺	65	67	69	71	73	75
胸寬-左右腋下直量	45.5	48	50.5	53	55.5	58
袖長-肩點至袖口	19	20	21	22	23	24
領寬	15	16	17	18	19	20
肩寬	40	42	44	46	48	50
下襠寬	45.5	48	50.5	53	55.5	58

2017 環花東365超級挑戰 紀念獎牌

[樣式設計圖]



4/15 樣式



4/16 樣式

※加價選購紀念品項目：Champion System 製限量紀念車衣，每件 1500 元。

●2017 環花東 365 超級挑戰_Champion System 製限量紀念車衣_樣式示意圖(螢幕顯示與實際製作顏色可能略有差異)

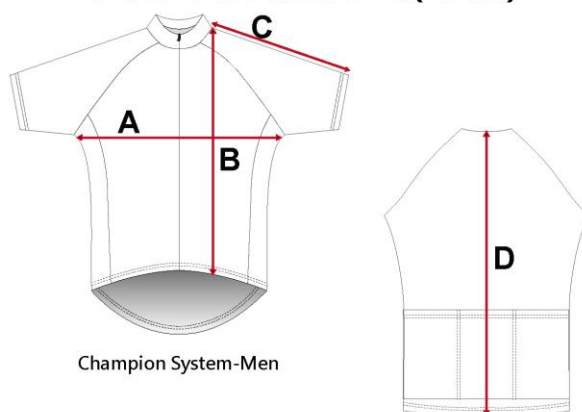
2017 環花東365超級挑戰 加購車衣

[樣式設計圖]



●2017 環花東 365 超級挑戰_Champion System 製限量紀念車衣_尺寸對照表及丈量方式

車衣尺寸丈量方式(平放)



Champion System-Men

若您未確定選擇何種尺碼，建議您嘗試測量您已擁有且適合您體型的車衣，然後將這些尺寸與下方的尺碼表進行比對。
注意：本表內所有測量值皆為生產近似值。

Size (尺碼)	A (胸寬長)		B (前身衣長)		C (袖長)		D (後身衣長)	
	英吋	公分	英吋	公分	英吋	公分	英吋	公分
XS	18	45.7	21 3/4	55.2	12 1/4	31.1	25	63.5
S	19	48.3	22 1/2	57.2	12 3/4	32.4	25 5/8	65.1
M	20	50.8	23 1/4	59.1	13 1/4	33.7	26 1/4	66.7
L	21	53.3	24	61.0	13 3/4	34.9	26 7/8	68.3
XL	22	55.9	24 3/4	62.9	14 1/4	36.2	27 1/2	69.9
2XL	23	58.4	25 1/2	64.8	14 3/4	37.5	28 1/8	71.4
3XL	24 1/4	61.6	26 1/4	66.7	15 1/4	38.7	28 3/4	73.0
4XL	25 1/2	64.8	27	68.6	15 3/4	40.0	29 3/8	74.6

獎勵辦法：

1. 所有報名參加者均可獲得完成紀念獎牌每日一枚。
2. 所有參加者於時間內完成者發給電子完成成績證書。(電子證書下載方式：於活動結束後三個工作天後請至原報名網頁點選「成績查詢」查詢並請自行列印。)
3. 為鼓勵車友歡樂參與及安全騎乘，本活動將由大會評選、並在終點會場頒發獎項如下：
「最佳團隊獎」—頒給最具互助合作、凝聚力及大局意識的團隊。
「最佳精神獎」—頒給最具運動家精神、貫徹始終及運動風度的個人或團隊。
4. 2017 滿天星系列「大滿貫」紀念：報名並完騎 2017 年滿天星挑戰系列(含外加場次)合計達九場活動之車友，將可額外獲得「2017 年滿天星挑戰系列大滿貫」獎牌、獎狀及紀念車衣。
5. 「滿天星超級大滿貫」紀念：為感謝五年來全勤參與滿天星挑戰之車友，特將於 2017 年底舉辦「滿天星超級大滿貫」頒獎。

參加須知：

1. 報名參加本活動者，視同同意遵守本簡章內所述之所有規定。
2. 為維護報名者之權益，未報名者請勿陪騎或取用補給物資。
3. 報名後請特別注意，本會網站 www.cyclist.org.tw 及 Facebook- <http://www.facebook.com/tcf1999> 上將於報名截止後，陸續公告相關活動資訊，包括「參加者編碼名單」以及「行前公告—活動注意事項說明」。
4. 報名者承諾其填寫之個人資料均屬實無誤；若因資料填寫有誤或不實，一切後果由參加者自行承擔。
5. 環花東挑戰為高難度長途騎乘行程，請視個人實力與健康狀況參與，大會備有殿後支援遊覽車及貨車，身體狀況不適者可上遊覽車休息，或馬上到路邊休息，切勿超出個人身體負荷。
6. 參加者行李托運：
 - (1) 4/15 進入終點後，於臺東知本高野飯店 C 棟 3 樓領取行李。
 - (2) 4/16 進入終點後，於花蓮亞士都飯店 1 樓領取行李。
 - (3) 務必使用大會行李號碼識別牌，方便兩日行李運載時清楚辨識。
 - (4) 請於規定時間內自行放置於大會行李托運車上，置放前請確認該車為大會行李托運車。
 - (5) 建議使用雙肩式背包 1 件，請勿攜帶過多行李，以防行李遺失。
7. 騎乘於下坡路段，請務必減速並禁止超車，以策安全。
8. 因山區可能起霧或下雨影響視線，為保障車友安全，自行車請裝置車頭燈及車尾燈，全程請確實配戴安全帽及穿著適當車衣褲。
9. 水壺必需使用自行車專用水壺。為避免水壺於行進間掉落影響後方車友安全，請務必於行前檢視並調整水壺架，保持水壺能穩固安置參加活動前務必詳實檢查自行車零件胎壓組裝之牢靠，保持自行車最佳狀況，以維安全。
10. 活動前請務必詳實檢查自行車零件組裝牢靠及胎壓適當，保持自行車最佳車況，以維安全。
11. 本次活動，凡健康狀況良好、自認能完成本次自行車挑戰活動者，皆可報名參加；建議 2 人以上組隊參加，在挑戰路上結伴同行相互照應，共享完成的喜悅。
12. 本活動使用日本 J-Chip 晶片系統計時；晶片安裝方式的正確與否，將影響晶片感應成績的靈敏度。請務必依「行前公告—活動注意事項說明」所述方式妥為安裝晶片。
13. 晶片若有遺失者，每片需付 1000 元賠償金(亦即押金恕難退還)。若無法於返抵活動終點現場退還晶片者，請務必於活動後一週內將晶片連同退款銀行名、分行名、帳號及戶名等資料以掛號郵寄回本會，以利押金退費作業。
14. 因為長途公路騎乘，建議使用公路車或是裝配光頭胎之越野車，以利騎乘效益；參加者請務必自備內胎及簡易維修工具，以備破胎汰換與故障排除。

15. 本活動為非競賽性質之挑戰活動，活動無交通管制，部份路段由工作人員引導與交通疏導。請參加者務必遵守工作人員引導並確實遵守交通規則，順向靠邊前進，以確保騎乘安全。
16. 自行車於交通法規中被視為機慢車，故若未遵守交通號誌將被開立罰單，請參加者特別注意。違規者經查屬實者將取消成績並禁止日後報名參加本活動。
17. 自行車挑戰請視個人實力與健康狀況參與，有不適時請至路邊安全地點休息，切勿超出個人身體負荷。
18. 本挑戰活動有一定難度，請慎重考量自我健康狀況，身體如有高血壓、心血管疾病、心臟病、糖尿病、癲癇症、氣喘等病歷者不適合參加本活動，請勿報名。
19. 本活動依內政部相關規定投保 500 萬元「公共意外責任險」。「公共意外責任險」只承擔大會責任內所致之意外傷害理賠。參加者如有本身各項疾病史，請自重評估自身安全不可報名參加。如有考量保險保障範圍之不足，請自行加保其他有效之個人保險。本活動保險的最高理賠金額為保單所承擔之金額，主辦單位不提供超越保單理賠金額之理賠金額。如對於承保內容中之保險理賠範圍、項目、金額無法同意者，禁止參加。「公共意外責任險」的承保內容，請參閱報名網頁中之[保單網頁](#)。本活動之保險理賠金額，將於承保本活動之保險公司確認保單內容後於活動網站中公佈。
20. 依據保險法條文規定，未滿 15 歲之未成年人為被保險人投保之人壽保險或傷害保險保單，15 歲以前不能含有身故給付。
21. 請務必隨身攜帶健保卡。活動日有受傷者，保險理賠需憑當日就醫診斷證明及收據辦理。
22. 大會有權將此活動之錄影、相片及成績於世界各地播放及公告、展出、登錄於網站與刊物上，參加者必須同意肖像與成績，用於相關之宣傳與播放活動上。
23. 大會工作人員有權視參加者體能狀況及道路安全，中止或暫停其活動，參加者不得異議。
24. 活動如遇颱風或其他不可抗力之天災或事況，由大會以安全為考量，有權決定是否取消或延期或改用其他替代路線與方式，參加者同意由主辦單位依對參加者最有利之狀況進行處置。
25. 請所有參加者發揮自行車友愛護環境與整潔的風範——絕對不丟垃圾。
26. 本辦法如有未盡事宜或任何變更，得隨時修正之。

備 註：

1. 報名後請特別注意，本會網站上將陸續公告相關活動資訊。
2. 本活動代辦 4/14 花蓮住宿及 4/15 臺東住宿、花蓮往返火車票、加購品項代訂，詳請參閱代訂表。

活動洽詢：中華民國自行車騎士協會，電話 02-8919-3595，傳真 02-8919-3311，網址：www.cyclist.org.tw

活動路線圖高度圖

活動路線圖—第一日 4/15

挑戰路線：花蓮亞士都飯店→193 線→台 11 線→臺東知本高野大飯店，約 182 公里。

花蓮亞士都飯店出發後右轉一路直行，至花蓮大橋左轉放行，一路沿台 11 線經鹽寮、水璉、牛山、芭崎、磯崎、豐濱、長濱、成功、都歷、都蘭、臺東後，進入知本高野大飯店（終點）

活動路線圖—第二日 4/16

挑戰路線：臺東知本高野大飯店→台 9 線→玉里→台 11 丙線→193 線→花蓮亞士都飯店，約 183 公里。

由知本高野大飯店左轉知本路（台 9 線），至卑南鄉公所後放行，一路沿台 9 線花東縱谷為主，經鹿野、關山、池上、富里、玉里、舞鶴、瑞穗、光復、鳳林、新豐坪大橋後右轉台 11 丙線→193 線進入花蓮亞士都飯店（終點）

 起點
 終點
 4/15日路線標示
 4/16日路線標示



4/15日終點細部圖



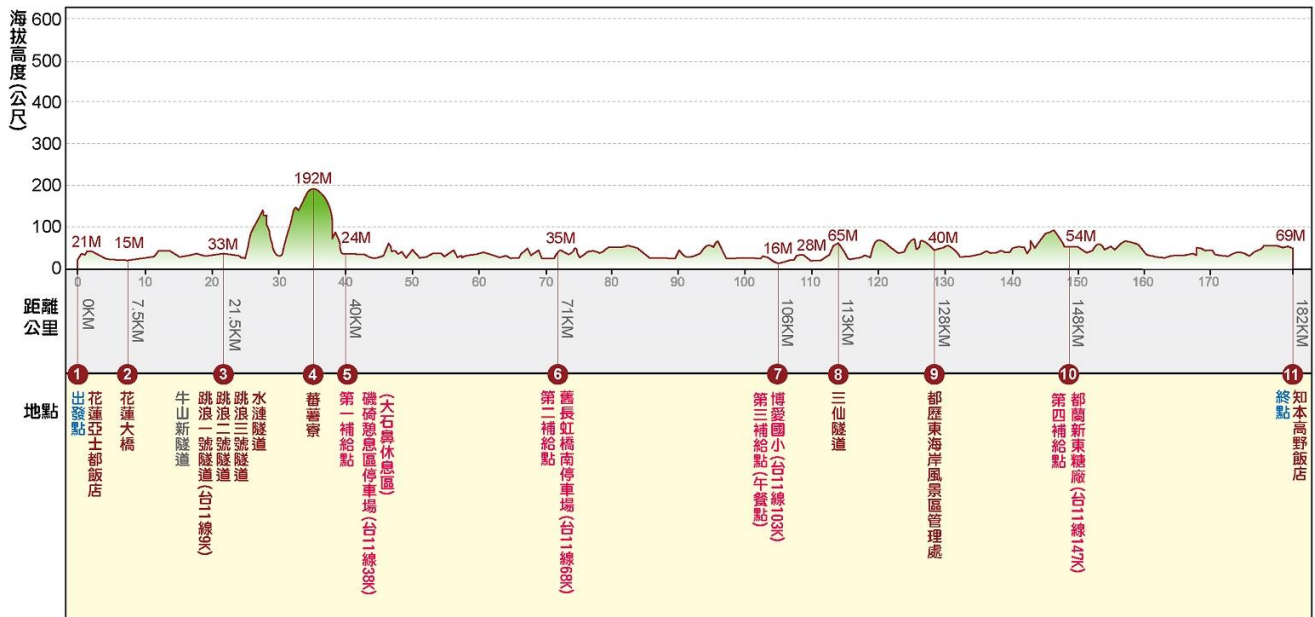
4/16日起點細部圖



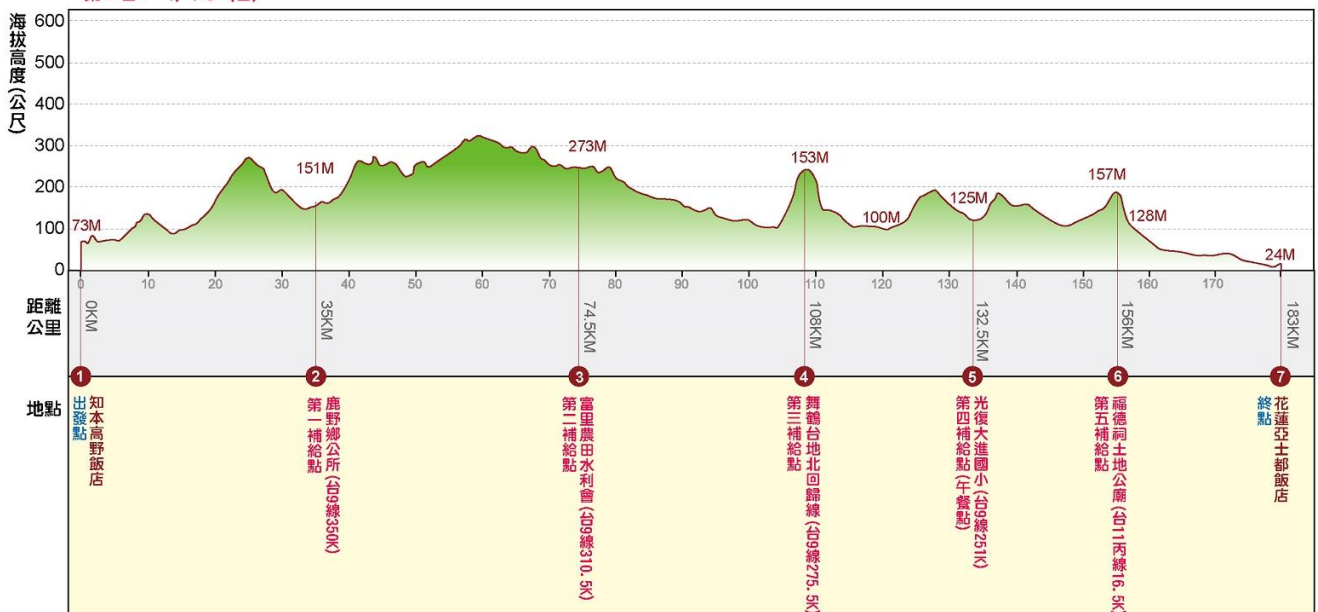
4/16日終點細部圖



第一日：4/15 (六)



第二日：4/16 (日)



補給站預定時間表

4/15 (星期六) 花蓮亞士都飯店—臺東知本高野大飯店							
出發時間	補給地點	位置點	累積 里程	標高	預計抵達 時間	關門時間	單里程
AM05 : 00	花蓮亞士都飯店	團隊大合照	--	--	--	--	--
AM06 : 00	花蓮亞士都飯店	出發	0	--	--	--	--
--	1-磯碇憩息區停車場(大石鼻休息區)	台 11 線-38K	40	24	AM07 : 30	AM09 : 00	40
--	2-過長虹橋右轉停車場	台 11 線-68K	71	35	AM08 : 55	AM10 : 30	32
--	3-博愛國小前 活動中心/午餐	台 11 線-103K	106	16	AM10 : 30	PM13 : 30	35
--	4-都蘭新東糖廠	台 11 線-147K	150	54	PM12 : 00	PM15 : 30	44
--	知本高野大飯店	完成獎牌	182	69	PM13 : 00	PM17 : 00	32
合計里程：182 公里			騎乘時間約 7-11 小時				

4/16 (星期日) 臺東知本高野大飯店—花蓮亞士都飯店							
出發時間	補給地點	位置點	累積 里程	標高	預計抵達 時間	關門時間	單里程
AM04 : 30	知本高野大飯店	暖身	--	--	--	--	--
AM05 : 30	知本高野大飯店	出發	0	--	--	--	--
--	1-鹿野鄉公所	台 9 線-350K	35	151	AM06 : 50	AM08 : 00	35
--	2-富里竹田義民亭	台 9 線-309K	73	273	AM08 : 30	AM10 : 00	38
--	3-舞鶴台地 北回歸線	台 9 線-275.5K	108	153	AM10 : 10	AM11 : 30	35
--	4-光復大進國小/ 午餐	台 9 線-251K	132.5	125	AM11 : 00	PM13 : 30	24.5
--	5-福德祠土地公廟	台 11 丙線 -16.5K	156	157	PM12 : 00	PM15 : 30	23.5
--	花蓮亞士都飯店	完成獎牌	183	24	PM 13 : 00	PM 16 : 30	27
合計里程：183 公里			騎乘時間約 7.5-11 小時				