

花東海灣盃-兩鐵縱谷三日遊

規劃「2018 花東海灣盃 4+2 自行車之旅」遊程，結合遊覽車+單車，沿途為花東海灣盃競賽與挑戰加油觀戰，並以短距離輕鬆逍遙慢旅的騎乘方式，精心規劃三天兩夜慢旅花東沿線，花蓮鯉魚潭、花蓮七星潭、玉富自行車道，沿途自然景致優美。並將帶您前往配合台灣第一條自行車休閒專用道所在地，關山鎮打卡景點的啟用，以關山環鎮自行車道為軸線，沿線設計定向活動，遊覽關山的親水公園及特色店家、歷史建築等景致，活動現場將有熱氣球展示、以及米國學校製米 DIY、關山包便當 DIY、蘿蔔銀行製作蘿蔔蛋捲及播茶 DIY 等多項體驗，讓來騎車的遊客，享受真正的「慢」、「悠閒」、「趣味」的花東旅遊樂趣。將邀請「食尚玩家」一同體驗關山鎮具特色店家、當地美食、老屋巡禮、關山環鎮！推薦您前往一探究竟！

指導單位：交通部觀光局

主辦單位：花東縱谷國家風景區管理處

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、東部海岸國家風景區管理處、林務局花蓮林區管理處、花蓮縣政府、臺東縣政府、花蓮縣壽豐鄉公所、花蓮縣光復鄉公所、花蓮縣鳳林鎮公所、花蓮縣瑞穗鄉公所、花蓮縣玉里鎮公所、花蓮縣富里鄉公所、花蓮縣卓溪鄉公所、臺東縣池上鄉公所、臺東縣關山鎮公所、臺東縣長濱鄉公所、臺東縣豐濱鄉公所、花蓮縣新城鄉公所

執行單位：中華民國自行車騎士協會

活動日期：2018 年 11 月 9-11 日 (星期五-日)

參加對象：凡對自行車戶外旅遊活動有興趣者，未成年者需由親友陪同參加、歡迎親友觀戰加油團。

活動方式：以遊覽車搭配自行車騎乘，悠遊於花蓮鯉魚潭、花蓮七星潭、玉富及關山自行車道。

活動內容：

11/9 (五) 花蓮七星潭自行車道騎乘，約 40 公里。

AM 08 : 00-11 : 00 松山火車站專開列車(待鐵路局提供火車出發時間)

PM 13 : 00 花蓮午餐/鐵路便當

PM 14 : 00 領自行車、安全帽、騎乘安全注意事項說明、熱身操後出發

七星潭海濱自行車道-德燕漁場-佐倉-砂婆礑山野鄉間之旅，約 40 公里。

PM 18 : 00 晚餐&夜宿：花蓮麗軒飯店

11/10 (六) 花蓮鯉魚潭、玉富自行車道，約 15 公里。

AM 05 : 00 晨喚、早餐後/搭車前往活動會場：花蓮鯉魚潭

AM 06 : 00 觀戰加油-花東海灣盃-菁英及挑戰出發

AM 06 : 30 領自行車、安全帽、騎乘安全注意事項說明、熱身操後出發

花蓮鯉魚潭-環潭自行車道，約 5.2 公里

AM 08 : 00 驅車前往玉里，觀戰加油-花東海灣盃-菁英及挑戰行經

AM 10 : 30 璞石閣公園「緩慢動力」及玉里大橋文中二「徐行縱谷」藝術品啟動。

午餐/玉里市區或市集-使用午餐券

PM 13 : 00 領自行車、安全帽、騎乘安全注意事項說明、熱身操後出發

玉富自行車道騎乘，約 10 公里。

PM 15 : 00 驅車前往關山舊火車站-花東海灣 300K、150K 終點

PM 18 : 00 晚餐&夜宿：關山鎮民宿

11/11 (日) 關山自行車定向逍遙遊，約 22 公里。

AM 07 : 00 晨喚、早餐後/前往活動會場：關山舊火車站

AM 07 : 40 領自行車、安全帽、騎乘安全注意事項說明、熱身操後出發

AM 08 : 00 關山自行車定向逍遙遊，約 22 公里

規劃三條特色路線，亦可自行選擇路線、停留、蓋章及打卡闖關等趣味活動

1.關山鎮吃喝走停路線：關山鎮上地方店家、景點

關山舊火車站-蘿蔔銀行-關山自行車道-藝間馨房民宿-元和商店-佛緣禪寺-縱關日月亭-親山農場-親水公園-倒雙心橋-米國學校-關山臭豆腐-同心餃子館-火盛製餅舖 (50 年老店) -親水軒麵包店-曹記豆花-關警史蹟文物館-關山日照中心-關山舊火車站。

2.關山鎮歷久彌新路線：尋找關山鎮上歷史悠久之特色店家、景點

最老的車站-舊火車站、最老的官邸-舊官邸、最老的宿舍-站長宿舍、最老的旅社-嘉賓旅社、最老的藥局-福生堂、最老的警察局-警察史蹟文物館、最老的百貨-大華行

3.環鎮自行車致敬路線：以關山環鎮自行車道，設定景點停留，12 公里。

PM 11 : 00 關山午餐、集章換取贈品

PM 15 : 00 關山-搭台鐵專開列車-台北火車站 快樂賦歸

PM 20 : 00 台北火車站-溫暖的家

報名方式：自即日起至 107 年 10 月 15 日止，限額 30 位。

1. 請先繳交報名費：玉山銀行 (808) 中崙分行帳號：0912-940-005825，戶名：中華民國自行車騎士協會。
2. 匯款完成後，請至活動官網：www.cyclist.org.tw 填寫 Google 報名表單。

報名費用：每人新台幣 5000 元。

費用包含：包含 2 夜住宿 (11/9 麗軒飯店二人房、11/10 關山民宿)，2 早、3 午、2 晚餐、飲水補給、導覽解說領隊、台鐵來回車票、遊覽車、紀念衫、完成證書等資料、含單車(含安全帽)、保險。

注意事項：

1. 本參加者係依自由意思，自主決定參加由主辦單位花東縱谷國家風景區管理處及執行單位中華民國自行車騎士協會所舉辦之自行車活動。
2. 本參加者已審閱主辦單位及執行單位提供之本次活動相關之簡章、參加須知，並瞭解相關提醒事項、活動規定及注意事項，且無異議。
3. 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。
4. 個人物品：健保卡、防曬用品、風雨衣、照相機等。
5. 單車裝備：遮陽帽、太陽眼鏡、雙肩隨身包、合身運動休閒服（請勿著牛仔褲）、硬底鞋、手套、水壺。
6. 請自備環保筷，隨手做環保，為地球環境更美好盡一份心力！
7. 騎乘自行車請務必配戴安全帽，並遵守交通規則，聽從領隊指引或帶領。
8. 遇天候狀況不良或不可抗拒的因素時，大會有權臨時變更行程或緊急終止活動，參加者必須遵從領隊緊急應變措施及決定。
9. 活動為各參加者投保 200 萬、醫療 10 萬之旅遊平安險，理賠申請時必須開具診斷證明及收據正本，保額不足者請自行投保。「旅遊平安險」的承保內容，請參閱附件一(請點此)。
10. 本次活動另規劃有 11/10-11「2018 花東海灣盃自行車挑戰活動」及 11/11「關山自行車定向逍遙遊」。

活動洽詢&執行單位：中華民國自行車騎士協會

協會電話：02-8919-3595 / 客服電子信箱：service@cyclist.org.tw

花東海灣盃活動官網：eastbay.cyclist.org.tw、花東縱谷國家風景區管理處 www.erv-nsa.gov.tw

中華民國自行車騎士協會：www.cyclist.org.tw