



為使新北市民以及全國民眾健康優遊新北市好山好水，108 年度重行規劃新北市最具代表之單車快樂遊路線八條，騎遊新北市 16 個行政區。今年創新路線，除納入最新規劃的北海岸雙灣自行車道外，更涵蓋新北市“日月星辰龍”五座單車景觀橋梁，包括全新落成、跨越微風運河的三重辰光橋！歡迎您闔家參與、共享新北樂騎遊！

指導單位：教育部體育署、新北市政府體育處

主辦單位：新北市體育總會

承辦單位：新北市體育總會鐵人三項運動委員會、中華民國自行車騎士協會

協辦單位：交通部觀光局東北角暨宜蘭海岸國家風景區管理處、北海岸及觀音山國家風景區管理處、新北市政府高灘地工程管理處、新北市政府衛生局、新北市政府環境保護局、自行車新文化基金會、新店區公所、中和區公所、永和區公所、板橋區公所、新莊區公所、樹林區公所、鶯歌區公所、坪林區公所、汐止區公所、貢寮區公所、蘆洲區公所、三重區公所、五股區公所、瑞芳區公所、石門區公所、三芝區公所。

活動期間：108 年 3 月 16 日(星期六)起至 9 月 21 日(星期六) ※ 歡迎現場報名

活動場次、日期：2019 新北市單車快樂遊-每場次 20K-35K 不等

場次	時間	活動名稱	里程數
1	3/16 (六)	碧潭華江運動公園鐵馬遊 / 陽光橋	30 KM
2	5/04 (六)	三鶯陶花源鐵馬樂活遊 / 新月橋及龍窯橋	30 KM
3	6/01 (六)	坪林生態瑰寶鐵馬體驗遊	20 KM
4	7/13 (六)	汐止基隆河星光秘境鐵馬遊 / 星光橋	20 KM
5	7/27 (六)	東北角草嶺舊隧道鐵馬懷古遊	25 KM
6	8/03 (六)	五股溼地生態鐵馬遊 / 辰光橋	20 KM
7	8/17 (六)	猴硐三貂嶺驛站煤鄉尋貓遊	20 KM
8	9/21 (六)	北海岸雙灣自行車道浪漫騎遊	35 KM

活動流程： 08:00~0830 參加者報到領取物資，行前安全注意事項說明/路線說明/暖身操。
08:30~11:30 自行車騎乘。
11:00~12:00 終點活動護照集章，活動結束。

參加對象：7 歲以上凡對自行車騎遊有興趣的民眾；國中以下學童需由親友陪同報名參加。

參加費用：全系列共 8 場；每場次每人報名費 100 元。

費用包含：完成證書、活動護照、保險、各場次精美紀念品。

報名方式：即日起開放線上報名，請勾選參加場次。每場次 300 名額滿截止。

線上報名請至 www.cyclist.org.tw

活動內容：

1. 單車生態教育—以樂活運動方式，關懷自然生態環境。
2. 自行車騎透透—由單車領隊帶領，騎乘 8 條景觀路線，體驗在地特色。
3. 單車騎乘介紹—宣導正確單車騎乘概念、自行車平衡感訓練、單車入門教學等。
4. 每場次進行活動護照手冊集章；集滿憑證兌換贈品。

累積獎勵：報名參加全部 8 場活動者，可獲得本活動專屬「日月星辰龍滿貫紀念車衣」一件。

2019 新北市快樂遊 紀念車衣

[樣式設計圖]



注意事項：

1. 個人物品：請著運動休閒服(勿著牛仔褲)，硬底鞋、防曬用品、風雨衣、健保卡等。
2. 騎乘裝備：自行車、手套、安全帽(必備)、水壺、前後車燈、太陽眼鏡等。
3. 出發前請務必確認您的自行車各項功能完整及操作正常，以確保騎乘安全。

徵文活動：

歡迎將活動過程照片、心得短文整理後 email 投稿寄至 service@cyclist.org.tw 信箱 (請註明姓名、聯絡電話、地址)。優秀作品將刊登於本會網頁 www.cyclist.org.tw 並致贈紀念品。

活動洽詢：中華民國自行車騎士協會 02-8919-3595

網址：www.cyclist.org.tw

臉書：www.facebook.com/tcf1999

※ 「日月星辰龍紀念車衣」可另付費加價選購，活動報名者優惠價每件 800 元。

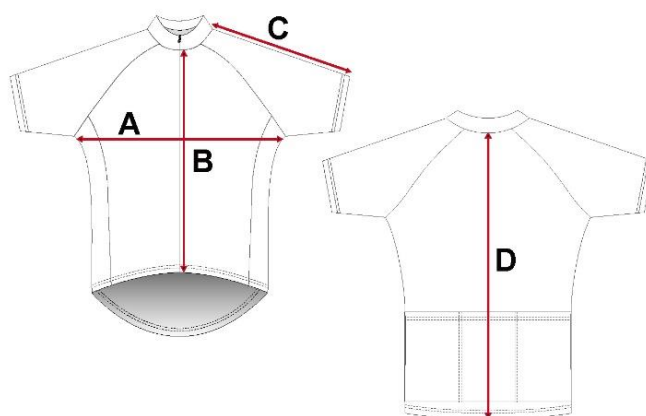
2019 新北市快樂遊 加購車衣

[樣式設計圖]



※ 紀念車衣尺寸及丈量方式詳如下表：

車衣尺寸丈量方式(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。

測量部位 \ 尺寸 cm	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	4XL
A 胸寬-左右腋下直量	90	94	98	102	106	110	114	118
B 前衣長-前領中至下擺	55	57	59	61	63	65	67	69
C 袖長-肩點至袖口	31	32	33	34	35	36	37	38
D 後衣長-後領中至下擺	65	66	68	70	72	74	76	78

活動路線特色：

第 1 場 3/16（六）碧潭華江運動公園鐵馬遊 / 陽光橋

路線：新店碧潭吊橋(起點)→小碧潭公園→陽光橋→陽光運動公園→綠光河岸公園→中永和→恐龍園區→華江橋下(折返點)→碧潭吊橋。

公里數：**30** 公里

※ 租車資訊：碧潭橋下旁有單車租賃站。聯絡電話 02-8911-8854

出發集合地點：碧潭風景區吊橋下廣場。

路線特色：由碧潭吊橋出發，欣賞新店溪美景。

在經過小碧潭公園後不久，即抵達“日月星辰龍”新北景觀五橋之首的景觀地標「陽光橋」。

跨過陽光橋來到左岸中和的陽光運動公園，沿新店溪北行，陸續經過溪畔的幾處運動公園和綠地，身心感到無比舒暢。華中橋下的恐龍園區頗

具童趣，小孩開心大人療癒。從恐龍園區直到華江橋下折返點，則是最佳賞鳥與生態觀察區域。



第 2 場 5/4（六）三鶯陶花源鐵馬樂活遊 / 新月橋&龍窯橋

路線：新莊新月橋(起點)→浮洲橋→城林大橋→鹿角溪溼地→柑園河濱公園→樹林環保河濱公園→鶯歌龍窯橋(折返點)→新月橋。

公里數：**30** 公里

※ 租車資訊：新月橋下旁有單車租賃站。聯絡電話：02-8978-5603

出發集合地點：新莊新月橋(大漢溪左岸)旁自行車租借站。

路線特色：本路線起點為新莊新月橋，折返點為鶯歌龍窯橋，新北景觀五橋可得其二。以大漢溪左岸自行車道為活動主要路線，行經新莊、樹林與鶯歌三個區域，騎行中時可得見縱貫線鐵路火車經過，頗具懷舊古風的台鐵山佳車站也在附近。

沿線生態方面，鹿角溪溼地是人工改建而成的溼地生態環境，生態繁茂；即使沒有望遠鏡，也有機會近距離看到蜻蜓、野生水鳥追逐嬉戲。折返點龍窯橋位於以陶藝產業知名的鶯歌，非打卡不可！



第 3 場 6/1 (六) 坪林生態瑰寶鐵馬體驗遊

路線：坪林茶業博物館(起點)→坪林拱橋→坪林老街→坪林汙水處理場→逮魚堀溪自行車道→大林橋→鶯子瀨橋→三號過水橋→石橋→清雲橋→坪林界標(折返點)→坪林橋→茶業博物館旁停車場(終點)。

租車資訊：大會提供 MERIDA 平把公路車租賃 400 元 / 台。

公里數：**20** 公里

出發集合地點：坪林茶業博物館旁停車場。

路線特色：除了獨特的茶產特色，坪林也是一個遊憩資源相當豐富的山城。由於全區均屬翡翠水庫集水區，多年來水源環境保護非常嚴謹，使得這片青山綠水保有原始的風貌。置身在坪林山中，有寧靜、有安逸、有好山與好水。坪林另一項珍貴的自然資產，是實施多年的封溪護漁政策，讓北勢溪中閃閃發亮的魚隻像極了水中的螢火蟲，盛名享譽全國，此護漁成果被譽為「坪林人的驕傲」！



第 4 場 7/13 (六) 汐止基隆河星光祕境鐵馬遊 / 星光橋

路線：汐止星光橋(起點)→汐止基隆河(南岸)自行車道→禮門街→汐萬路→新江北路→水尾灣園區→樟江大橋→中興路→基隆河北岸自行車道→南陽大橋→草濫溪抽水站→內溝溪/基隆河交會口→五份吊橋舊址(折返點)→汐止星光橋(終點)

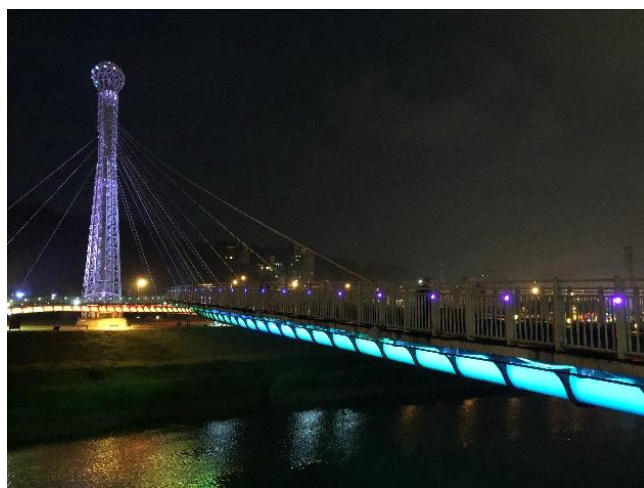
※ **租車資訊：**汐止單車租賃站。聯絡電話：02-8978-7367

新北市汐止區建成路 59 巷城中抽水站防汛道路旁

公里數：**20** 公里

出發集合地點：汐止星光橋(近五堵火車站)。

路線特色：基隆河兩岸自行車道為人熟知，但是它在新北市汐止境內的路段，則是內行人才知悉的祕境路段，而且在自行車道盡頭的五堵火車站附近，更有一座列為景觀五橋之一的「星光橋」，除了造型特色外，夜間的七彩光雕造景也是一絕。沿著汐止基隆河自行車道，時而穿梭於幽靜的汐止小巷弄間、時而豁然開朗轉眼來到喧鬧的馬路口，交替的氛圍反差相當有趣。



第 5 場 7/27（六）東北角草嶺舊隧道鐵馬懷古遊

路線：東北角風景區管理處遊客中心(起點)→福隆火車站→草嶺舊隧道→石城觀景台→環狀自行車道(台 2 線)→萊萊海蝕平臺→三貂角→馬崗→卯澳漁村→四角窟→東北角風管處遊客中心(終點)。

公里數：**25** 公里

※ 租車資訊：福隆火車站前有單車租賃站。

出發集合地點：東北角風景區管理處遊客中心

路線特色：舊草嶺隧道是北臺灣第一條以鐵路隧道改建而成的鐵馬隧道，伴隨著火車丟丟銅音效，在涼涼的鐵支路隧道內，感受早年行駛於隧道內的古樸趣味。出隧道後的石城觀景區能遠眺龜山島美景，接上海岸路段就是看不完的東北角沿岸山海景觀。欣賞有“魔鬼洗衣板”之稱的萊萊海蝕平臺地質景觀、在四角窟觀看波瀾壯闊海天一色美景、馬崗漁港的潮間帶，還可一探體驗卯澳社區以石頭古厝著稱的漁村風情。



第 6 場 8/3（六）五股溼地生態鐵馬遊 / 辰光橋

路線：成蘆橋下(起點)→淡水河畔公園→疏洪運動公園→辰光橋→幸福水漾公園→疏洪荷花公園→疏洪親水公園→疏洪沼澤公園→疏洪蘆堤公園→成蘆橋下(終點)。

公里數：**20** 公里

※ 租車資訊：成蘆橋下有單車租賃站。聯絡電話：02-8978-5600

出發集合地點：成蘆橋下自行車租借站(疏洪四路)。

路線特色：二重疏洪道是一條全長 20 公里、寬度約為 2~3 公尺的環狀自行車道。自起點疏洪生態公園起，沿途陸續經過淡水河畔公園、疏洪運動公園、疏洪荷花公園、疏洪親水公園、疏洪沼澤公園、疏洪蘆堤公園、疏洪圳邊公園等，各具自然生態景觀特色。通過重新橋下市集、來到大台北都會公園後，映入眼簾的正是 2018 年 12 月全新啟用、位於機場捷運 A2 三重站旁的跨河景觀橋「辰光橋」！



第 7 場 8/17（六）猴硐三貂嶺驛站煤鄉尋貓遊

路線：瑞芳區市民廣場(起點)→中正路→明燈路二段→瑞峰橋→三爪子坑路→員山子路→蛇子形路→瑞侯自行車道→猴硐火車站→煤礦博物館→三貂嶺隧道口(折返)→瑞芳市民廣場(終點)。

公里數：**20** 公里

租車資訊：大會提供 MERIDA 平把公路車租賃 400 元 / 台。

出發集合地點：瑞芳區市民廣場(瑞芳分局旁：新北市瑞芳區明燈路三段 25 號)

路線特色：您若剛好是鐵道迷，本路線絕對值得一遊！騎出瑞芳市區後，沿基隆河畔接上以舊鐵道改建的「瑞侯自行車道」，一路毗鄰著現行鐵道，除能感受火車在一旁行進的特殊氛圍外，自行車道更直接穿越俗稱「三也磅空」的舊隧道群，非常有趣！來到猴硐車站與煤礦博物園區，最後可達古樸的三貂嶺火車站，欣賞平溪支線與北迴線交叉處的三貂嶺隧道口景致——鐵道迷車友豈能錯過！猴硐更是個對喵星人友善的貓村，常見愛貓客背著相機拍貓、逗貓。歡迎大家一起來趟鐵道單車尋貓之旅！



第 8 場 9/21（六）北海岸雙灣自行車道浪漫騎遊

路線：北海岸及觀音山國家風景區管理處→麟山鼻漁港→麟山鼻木棧道→雙灣自行車道→番社后→山豬窟下坑→磚窯雞→淺水灣(折返)→三芝→石門洞→風箏公園→老梅罟寮→富貴角燈塔(折返)→富基漁港→婚紗廣場→北海岸及觀音山國家風景區管理處(終點)。

公里數：**35** 公里

租車資訊：大會提供 MERIDA 平把公路車租賃 400 元 / 台。

出發集合地點：北海岸及觀音山國家風景區管理處。

路線特色：臺灣最北端「雙灣自行車道」是沿著臺灣公路最北端台二線公路建置、從石門白沙灣到三芝淺水灣之間設置的自行車道。這段自行車道單程約 8 公里，結合石門麟山鼻木棧道、風芝門自行車道及鄉間道路串連而成，並甫於 2018 年底落成啟用。想嘗鮮最新出爐的單車路線？當然要來一段臺灣最北的雙灣自行車道；沿海輕踩悠閒風情，近距離欣賞太平洋海岸與山色輝映的美景！

