



為使新北及全國民眾健康優遊新北市好山好水，109 年度「新北市單車快樂遊」活動再次規劃新北市最具代表性的八條單車快樂遊路線，騎遊新北市 15 個行政區；除了最新規劃的淡水關渡宮自行車道及三峽老街外，再次納入左岸八里以及清幽的雙溪鄉間小路！歡迎您闔家參與、共享新北單車樂騎遊！

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：交通部觀光局北海岸及觀音山國家風景區管理處、交通部觀光局東北角暨宜蘭海岸國家風景區管理處、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、石門區公所、三芝區公所、新店區公所、永和區公所、中和區公所、板橋區公所、土城區公所、三峽區公所、蘆洲區公所、五股區公所、八里區公所、淡水區公所、雙溪區公所、貢寮區公所、瑞芳區公所

活動期間：109 年 3 月 21 日(星期六)起至 9 月 19 日(星期六)

※歡迎現場報名

活動場次、日期：2020 新北市單車快樂遊-每場次 15K-30K 不等

場次	時間	活動名稱	里程數
1	3/21(六)	北海岸雙灣自行車道浪漫騎遊	15 KM
2	6/6 (六)	天文地理五股濕地遊學之旅	20 KM
3	6/20 (六)	淡水-關渡金色水岸親水遊	20 KM
4	7/18 (六)	雙溪荷花節鄉間小路樂活遊	20 KM
5	7/25 (六)	碧潭華江運動公園鐵馬遊	30 KM
6	8/8 (六)	鶯歌三峽老街巡古之旅	20 KM
7	8/22 (六)	東北角草嶺舊隧道鐵馬懷古遊	20 KM
8	9/19 (六)	猴硐三貂嶺驛站煤鄉尋貓遊	20 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。

線上報名繳費完成之後，恕不退費。

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。

「滿貫獎勵」：歡迎報名參加年度 8 場，第一場同時完成 8 場報名者，送精美紀念車衣一件。另可加價購每件 1000 元。紀念滿貫車衣將在 5 或 6 月場次贈與。

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

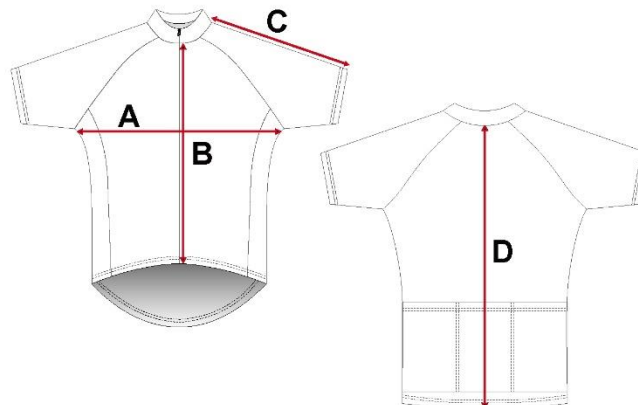
★ 精美滿貫紀念車衣，另可加價購買：

2020 新北市快樂遊 紀念車衣



★ 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}	XXS	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
A 胸寬-左右腋下直量		42	44	46	48	50	52	54	56
B 前衣長-前領中至下擺		60	63	66	68	70	72	74	76
C 袖長-肩點至袖口		30	29	30	32	33	34	35	36

活動路線特色：

第 1 場 3/21 (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→風芝門自行車道→番社后→山豬窟下坑→後厝漁港→磚窯雞→淺水灣(折返)→北海岸及觀音山國家風景區管理處(終點)。

公里數：**15** 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！



20180922 北海岸雙灣自行車道浪漫騎遊_019

第 2 場 6/6 (六) 天文地理五股濕地遊學之旅

路線：成蘆橋自行車租借站(起點)→五股溼地→獅子頭隘口→海世界觀景臺→龍米河濱公園→八里渡船碼頭→八里婚紗廣場→十三行博物館(折返點)→成蘆橋自行車租借站。

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。

路線特色：有別於以往的二重疏洪道環狀路線行經路線較無林蔭，同樣從成蘆橋下出發，騎行往五股方向前往八里，是淡水河左岸綠意盎然的路段。沿途陸續經過休憩點均為規劃完善的打卡熱門景點，並兼具溼地生態與十三行博物館人文特色。



第 3 場 6/20 (六) 淡水-關渡金色水岸親水遊

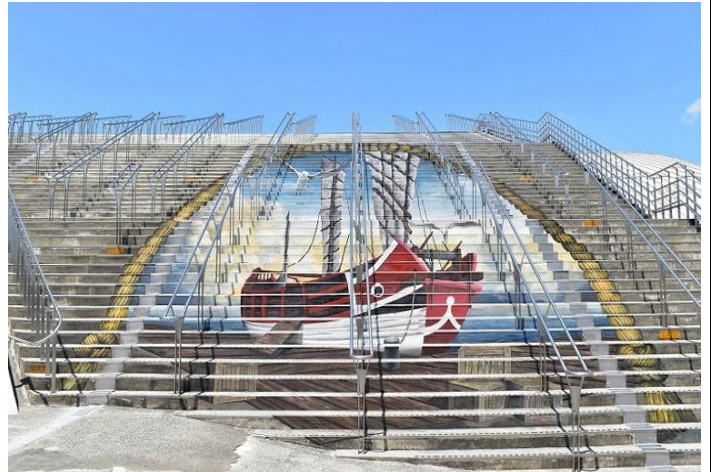
路線：淡水捷運站租車站旁廣場(起點)→淡水文化園區→紅樹林生態區
→竹圍碼頭→關渡大橋 (折返點)→淡水捷運站。

※ 租車資訊：[淡水自行車租賃站](#)。聯絡電話：02-8978-5108

公里數：20 公里

集合地點：淡水捷運站單車租借站廣場。

路線特色：淡水與關渡之間的「金色水岸自行車道」，堪稱新北市最具景觀代表性的路段：從熱鬧的淡水捷運站出發，沿著林蔭間自行車道，場景瞬間變成紅樹林與竹圍路段的淡水河與基隆河溼地生態。飽覽觀音山與關渡大橋美景後，造訪香火鼎盛的北台灣最古老媽祖廟—關渡宮。



第 4 場 7/18 (六) 雙溪荷花節鄉間小路樂活遊

路線：雙溪火車站(起點)→中華路雙溪老街→太平路接 102→梅竹蹊路
→雙溪高中→茶花莊→上林橋→上林國小→台 2 丙→北 38 雙柑公路→
左轉 102→102 甲→雙溪火車站(終點)

※ 租車資訊：[雙溪區公共自行車租賃站](#)。02-2493-3782

公里數：20 公里

出發集合地點：雙溪火車站前方廣場。

路線特色：在荷花節的仲夏，從雙溪火車站出發，沿著熱鬧的雙溪老街接到梅竹蹊路，景色從老街景物轉為田野小徑。路上會經過茶花莊，車友可於此地小憩及欣賞來自各國美麗的茶花。接著行經上林台 2 丙線，沿途充滿在夏季盛開的荷花駐足池中，並有在地市集。最後再沿雙柑公路的好山好水，一路回到雙溪火車站，完成充滿夏日氛圍的騎乘。



第 5 場 7/25 (六) 碧潭華江運動公園鐵馬遊

路線：碧潭自行車租借站(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：碧潭橋下有單車租賃站。聯絡電話 02-8911-8854

出發集合地點：碧潭自行車租借站。

路線特色：由碧潭自行車租借站出發，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 6 場 8/8 (六) 鶯歌三峽老街巡古之旅

路線：浮洲自行車租借站(起點)→荷花公園→浮洲人工濕地→浮洲寵物公園→板橋環保公園→溪州運動河濱公園→大漢溪生態廊道→城林人工濕地→土城媽祖田運動公園→土城環保公園→三峽河濱公園→三角湧大橋→三峽大橋→三峽洪橋→三峽老街→三峽祖師廟(折返點)→浮洲自行車租借站。

公里數：**20** 公里

出發集合地點：**浮洲自行車租借站**。

路線特色：浮洲與三峽之間的自行車道路線，係騎乘大漢溪沿岸，沿途經過的溼地生態豐富。過了土城之後，配合整新完工不久的三峽自行車道來到三峽，則又瞬間轉變為老街人文風情，使這條路線充滿豐富的各式自然及趣味，老少咸宜。



第 7 場 8/22 (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)。

※ 租車資訊：福隆火車站前有單車租賃站。

公里數：20 公里

出發集合地點：福隆遊客中心

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 8 場 9/19 (六) 猴硐三貂嶺驛站煤鄉尋貓遊

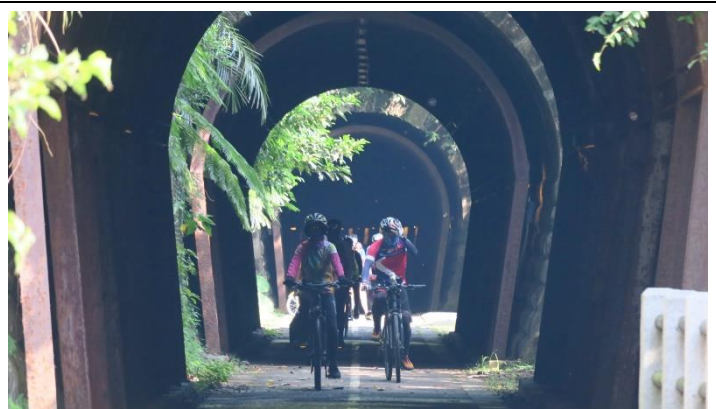
路線：瑞芳火車站前廣場(起點)→中正路→明燈路二段→瑞峰橋→三爪子坑路→員山子路→蛇子形路→瑞猴自行車道→猴硐火車站→煤礦博物館→三貂嶺隧道口→幼坑步道口(折返點)→瑞芳火車站(終點)。

※ 租車資訊：瑞芳火車站旁有 YouBike 租借站。

公里數：20 公里

出發集合地點：瑞芳火車站前廣場

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「瑞猴自行車道」，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！經過猴硐車站與煤礦博物園



區、前往折返點幼坑步道口前，在鐵路平溪支線與北迴線交叉處，是鐵道迷車友不能錯過的三貂嶺隧道口！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！