

2021 環花東 4+2 山海騎逍遙遊

活動前注意事項

親愛的車友 您好！

歡迎您參加環花東逍遙遊活動，下週即將前往花東三日遊程，出發前再提醒您充分的睡眠、早睡早起，有助於全心玩樂騎車健康，隨文附上活動流程及注意事項，請您先閱讀並做準備。預祝您有一個愉快的花東單車逍遙遊之旅，我們花蓮見！

活動流程：各時間點可能因實際行程現況略異或微調

4/16 星期五

10:00~10:30 代訂專列-車友集合報到

13:00~14:00 花蓮報到

14:00~14:30 領自行車、安全帽、熱身操

14:30~17:30 七星潭自行車道→四八高地→德燕漁場→佐倉→砂婆礑山野鄉
間騎乘之旅 自行車騎乘約 40 公里

18:00~~~ 晚餐 - 宿花蓮福容大飯店

4/17 星期六

06:00 晨喚

06:30 早餐

07:30 集合、觀戰→出發，花蓮民眾報到

08:00 搭遊覽車前往鯉魚潭北岸停車場

08:40 領自行車、安全帽、熱身操後出發

09:00 花蓮鯉魚潭+白鮑溪+壽豐自行車道→山姆咖啡美拍打卡→
鳳林客家慢活小鎮。

12:30 午餐 自行車騎乘約 30 公里

13:30 林田山→馬太鞍生態探索→大農大富平地森林森呼吸→瑞穗自行車道。

17:30 搭車到住宿點 (宿：瑞穗虎爺飯店) 自行車騎乘約 30 公里

18:30 晚餐、心得分享、聯誼休閒、泡湯放鬆~~

4/18 星期日

06:30 晨喚

07:00 早餐

07:40 集合、領自行車、安全帽、熱身操後出發

08:00 飯店→秀姑巒溪泛舟中心 →193 線道風光→玉富自行車道

12:00 午餐

13:00 玉里鄉間阡陌騎乘→玉山國家公園南安遊客中心-自行車騎乘約 25 公里

15:00 搭遊覽車至花蓮→花蓮名產伴手禮 shopping

17:30 返抵花蓮火車站-活動圓滿結束 解散賦歸，互道明年再見

住宿資訊：花蓮福容飯店/花蓮縣花蓮市民生路 51 號電話：03 823 9988

花蓮瑞穗虎爺/花蓮縣瑞穗鄉祥北路二段 101 號電話：03 887 5505

注意事項：

1. 個人攜帶物品：健保卡、盥洗用具、換洗衣物、防曬用品、風雨衣、手機等。
單車裝備：安全帽、太陽眼鏡、雙肩隨身包、合身運動休閒服或車衣、硬底鞋、手套等。
2. 請自備環保筷，隨手做環保，為地球環境更美好盡一份心力！
3. 行程內容之景點及餐食將視情況可能略有變動，敬請諒察。
4. 騎乘自行車請務必配戴安全帽，並遵守交通規則，聽從領隊之帶領。
5. 三日騎乘自行車共約 100 公里，請視個人騎乘能力，騎乘有困難時可以上遊覽車休息。
6. 遇天候狀況不良或不可抗力因素時，大會得臨時調整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。
7. 參加者投保 300 萬、醫療 10 萬之旅遊平安險，保額不足者請自行投保。
8. 如有理賠申請，須開具當日診斷證明及收據正本。

中華民國自行車騎士協會 領隊/王祈水 0916-250-972

line : tcf89193595