

2022 花蓮太魯閣縱谷騎情逍遙遊

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

4/8 星期五

09:00~09:15 代訂專車-車友集合報到

13:30~14:00 報到-花蓮福容大飯店

14:00~14:30 領自行車、安全帽、熱身操

14:30~17:30 吉安鄉野樂騎遊—親水線、親山線自行車道、初英自行車道，花蓮鄉間騎乘，約 35 公里

18:00~~~ 晚餐 - 宿花蓮福容大飯店

4/9 星期六

06:00 晨喚

07:00 早餐時間

08:00 飯店櫃台集合-領自行車、安全帽、熱身操

08:30 騎車前往七星潭國家風景區

09:00 花蓮南北濱→193 線道風光→新城教堂→太魯閣大橋→崇德神秘海灘，約 35 公里。

12:30 午餐

13:30 太魯閣國家公園管理處參訪→錐麓峽谷景觀→長春祠→花蓮國際森林觀光自行車道→三棧溪美景→北埔→福容大飯店約 40 公里

17:30 搭車到住宿點-花蓮福容大飯店

18:30 晚餐、心得分享、聯誼休閒

4/10 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 飯店出發→濱海自行車道→太平洋公園會場→花蓮大橋→縱騎 193 線道→月眉→米棧探幽→海岸山脈風光。約 35 公里

12:00 午餐

13:20 鳳林自行車道→光復糖廠→林田山林場或大農大富平地森林自行車道騎乘逍遙遊。約 30 公里。

15:30 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

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 170 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。
9. 加購交通來回的車友請於 4/8 (五)早上 9 點在新店捷運站 7-11 超商旁廣場集合。
10. 直接在花蓮福容大飯店報到的車友於 4/8 (五)下午 1 點 30 分大廳旁報到。

中華民國自行車騎士協會 領隊/王祈水 0916-250-972
line : tcf89193595