

2023 環花東自行車系列～環花東縱谷單車逍遙遊

觀光局規劃全台十六條多元自行車路線，漫遊花東縱谷線就是本次活動主要路線。2023 環花東自行車系列-環花東縱谷單車逍遙遊，用三天兩夜漫遊七星潭曼波海灘及花東縱谷田園阡陌景觀，深入探索豐富的人文、自然生態。邀請您親身踩踏、用心感受、騎入東台灣花蓮鄉野之美，享受大自然與踩踏流汗境界。



主辦單位：中華民國自行車騎士協會、花蓮縣體育會

活動日期：2023 年 4 月 14-16 日 (星期五、六、日)

參加對象：歡迎對自行車騎乘旅遊有興趣者，未成年學童需由親友陪同。

活動方式：遊覽車搭配自行車騎乘，悠遊於花東縱谷間的山野美景之中。

集合地點：4 月 14 日 (五) 請於 13:00~13:30 花蓮市福容大飯店報到。

搭大會專開列車 10:00 台北松山火車站/中坡北路，搭乘專開火車，另付費車資 1400 元。

報名費用：每人 8,800 元/4 人房 2 大床。每人 9,800 元/2 人房 2 床。每人 13,800 元/單人房。

費用包含：住宿福容大飯店&光復糖廠日式木屋、3 日餐食/詳行程、租單車/安全帽、飲水補給、解說領隊、紀念衫、自行車水壺、頭巾、隨隊支援車、完騎證書、獎牌、300 萬旅平險。**自備單車不另退費。**

代辦費用：台北-花蓮來回專開列車，每人車 1,400 元。

環花東自行車衣+小帽，每套特價 1,500 元。

報名方式：1.請至協會官網 www.cyclist.org.tw 本活動網頁填寫線上 Google 報名表單。

2.報名後請匯款至：玉山銀行(808) 中崙分行 帳號：0912-940-005825

戶名：社團法人中華民國自行車騎士協會。

注意事項：

1. 攜帶物品：健保卡、盥洗用具、換洗衣物、泳裝泳帽、防曬品、風雨衣、手機。
2. 單車裝備：遮陽帽、太陽眼鏡、手套、小腰包或著單車服或運動休閒服、硬底鞋、安全帽可自備。
3. 路上騎乘請遵照領隊及交通安全規則指示前進。
4. 三日騎自行車共約 150 公里，無法完成全程者，可上支援車隨行。
5. 本系列活動另有「2023 環花東自行車系列」挑戰、競賽，另詳簡章。
6. 活動投保 300 萬之旅遊平安險及醫療險，若有理賠申請須開當日診斷證明及收據正本，保額不足者請自行增加投保。
7. 活動前將另行寄送行前通知單。
8. 花蓮福容大飯店 電話：03-823-9988 花蓮市民生路 (海岸路) 51 號
9. 花蓮光復-糖廠日式木屋旅館 電話: 03-8705881 花蓮縣光復鄉大進村糖廠街 19 號

活動洽詢：中華民國自行車騎士協會 官方 LINE ID：TCF89193595

電話：02-8919-3595、0928-025-778 網址/www.cyclist.org.tw

2023 環花東自行車系列 ~ 環花東縱谷單車逍遙遊

4月14日 (五)

台北 ~ 花蓮

13:00~13:30 花蓮市福容大飯店報到→七星潭自行車道→三棧溪谷→花蓮市晚餐，約 35 公里

第一天

行程重點：13:00 福容大飯店開始報到，領自行車、安全帽、騎乘安全注意事項說明、熱身操後 14:00 出發，探訪國畫山水般的三棧溪谷、秀林鄉等原住民部落，再沿原住民部落小徑騎遊國際自行車道悠遊，用餐後返回飯店。夜宿福容大飯店，晚上可自由前往花蓮東大門夜市走走逛逛。

✕早 --

✕中 自理

✕晚 合菜風味餐

住宿：花蓮市-花蓮福容大飯店或同級

4月15日 (六)

花蓮市 ~ 花蓮光復

花蓮縱谷攬勝騎遊—花蓮市→木瓜溪畔→台 9 丙→鯉魚潭→壽豐→鳳林→光復→大農大富平地森林→光復糖廠，約 65 公里。

第二天

7:30 飯店早餐後，騎車前往環花東自行車賽會場-太平洋公園。由南北濱自行車道，經【鯉魚潭】，再前往壽豐，午餐後經萬榮到達鳳林【林田山林場】參觀，林場內伐木場景、檜木房舍和運載鐵道，值得一看。
前往馬太鞍濕地生態之旅，到自由品嚐糖廠冰品，安排糖廠日式木屋旅館住宿。



✕早 飯店早餐

✕中 合菜午餐

✕晚 光復風味料理

住宿：花蓮光復-糖廠日式木屋旅館或同級

4月16日 (日)

花蓮光復 ~ 花蓮玉里

縱谷舊鐵道田野單車行—光復糖廠→林間小路→瑞穗舊鐵道自行車道→玉里天堂路→客城鐵橋→南安秘境，約 50 公里。**於玉里結束騎車行程後，搭遊覽專車送至花蓮火車站 17:30 解散。請自購 17:30 以後火車票。**

第三天

飯店早餐後，騎乘單車沿森林中的小徑來到【大榮大富平地森林園區】觀賞美麗的花海美景，沿鐵道旁的【瑞穗舊鐵道自行車道】及海岸山脈與中央山脈之間，沿著蜿蜒的秀姑巒溪騎行的【193 線道】，飽覽縱谷中的田園風光。
午餐後前往秘境-玉山國家公園【南安遊客中心】一覽圈谷稻田風光，有空可順訪【玉富自行車道】，見證於秀姑巒溪上陸橋中間構跨【歐亞板塊】及【菲律賓海板塊】交界處奇觀，於玉里結束騎車行程。搭遊覽專車送至花蓮火車站 17:30 解散。環花東逍遙遊圓滿完成。**請自購 17:30 以後火車票。**



✕早 飯店早餐

✕中 午餐

✕晚 自理

住宿：返回溫暖的家