

# 2023 環花東自行車賽

## 行前注意事項

**4/16 在台東鹿野往關山台 9 線 325.9k~328.8k 處(瑞豐永安段)因拓寬工程，改走永嶺路會經武陵綠色隧道。**

### 活動流程

#### 4 月 14 日 ( 五 ) 花蓮太平洋公園

13 : 30 報到、領取下列物品：

號碼資料：晶片、號碼貼、號碼車架牌、號碼布

紀念衫、紀念水壺、艾瑪絲 3in1 沐浴乳、安新生技能量條\*2、

Sport Ready 防護霜、Betery 乳清蛋白

**15 : 30 領隊會議/各車隊務必參加**

#### 4 月 15 日 ( 六 ) 花蓮太平洋公園-台 11-豐濱-成功-都歷/東管處

05 : 50 出發儀式

06 : 00 鳴槍出發/花蓮太平洋公園

08 : 50 預計第一名選手抵達終點

09 : 30 領獎、午餐、完成獎牌/都歷-交通部觀光局東海岸風景區管理處

**10 : 30 領隊會議，於終點處領隊會議，結束後領取次日隊車號碼**

11 : 30 終點關門/都歷；結束後選手移師至台東住宿

#### 4 月 16 日 ( 日 ) 臺東娜路彎大酒店-關山-富里-玉長-豐濱-鹽寮

05 : 50 出發儀式

06 : 00 鳴槍出發/臺東娜路彎大酒店

10 : 50 預計第一名選手抵達終點

12 : 30 終點關門/鹽寮-台 11 線 10K 處；結束後選手移師至太平洋公園會場)

13 : 30 領獎、午餐、完成獎牌、退晶片/太平洋公園會場

## 競賽規定

1. 本賽程參考採用國際自由車總會正式競賽規定，除此之外主辦單位依據安全考量之需求得增列其他條款。
2. 本賽事為單向動態管制，所有路段嚴禁選手超越道路中心線逆向騎乘。
3. 選手號碼識別：安全帽正前方貼紙 1 張、號碼布 1 張，別於正後腰背處；成績感應晶片束於自行車前叉、車架牌請固定於座墊桿後方。
4. 放行點：第一日於台 11 線花蓮大橋左轉後開始放行，暖身段約 8 公里；第二日為台 9 線綠色隧道後中油加油站，暖身段約 7 公里。
5. 部分路段路幅狹窄，請選手務必注意安全。
6. 賽道沿線及轉彎處設有指示牌-如右圖，依照指示前進。
7. 此賽事為集體出發公路賽，所有參賽者限使用標準彎把公路車、需有完整之煞車系統；禁止裝設休息把、計時車牛角把、全封閉式之碟輪、刀輪。
8. 賽事嚴格執行沒有參賽選手者，不得混雜於競賽集團中。



## 補給及維修規定

1. 4/15 定點補給路段：開賽後 45K 開始；新社/台 11 線 43.5K 至 110.5K 三仙隧道前。
2. 4/16 定點補給路段：開賽後 54K 開始；池上/台 9 線 319K 至 156K 芭崎/台 11 線 30K。

## 注意事項

### 比賽前

1. 參加選手請按大會指示時間出席並排列出發。
2. 本賽事為高強度長距離的賽事，有高血壓、心臟血管疾病、糖尿病、癲癇症、氣喘等疾病者不得參加本賽事活動。本賽事投保「大會公共意外責任險」，自認保險不足者請自行投保其他險種。
3. 為選手安全，限定使用自行車競賽專用水壺，一定要將水壺架向下壓緊，以免水壺於路途中彈掉落，危及其他選手安全。

### 比賽中

1. 本賽事採單向動態管制，嚴禁參賽者跨越雙黃線逆向騎乘，落後選手請靠邊小心騎乘。
2. 4/16 過東里後右轉台 30 線進入玉長公路上坡路幅不寬，且下坡極陡急彎請參賽選手要特別注意賽程中之安全。
3. 參賽經驗較不足的選手，請跟在集團後方前進，以防在集團中不穩定引發摔車。
4. 大會提供公路車十一速備用前後輪組隨行，輪組提供領先選手之緊急使用。

5. 為顧慮安全及競賽時間之掌控，第一日關門時間為 11:30，第二日關門時間為 12:30。
6. 賽程中如有身體不適、抽筋等現象，請馬上到路邊休息，切勿超出個人身體負荷來競賽。
7. 參與者請隨時將個人之補給品及飲品丟棄物隨身帶走，切勿影響環境整潔。

## 隊車注意事項

### 比賽前

1. 領隊會議時請務必攜帶無線電對講機（頻率為 145.970）才可領取「隊車貼紙」。
2. 大會發給「隊車貼紙」，請貼在前後擋風玻璃最上緣處，前右後左各一張，以茲區別。
3. 請所有隊車尊重參賽選手競賽過程之安全，隊車不可穿梭於集團中，以免影響選手行進安全。
4. 隊車排序法：4/14 依參加車隊編號排列，並於 4/15 競賽終點處領取 4/16 隊車編號。

### 比賽中

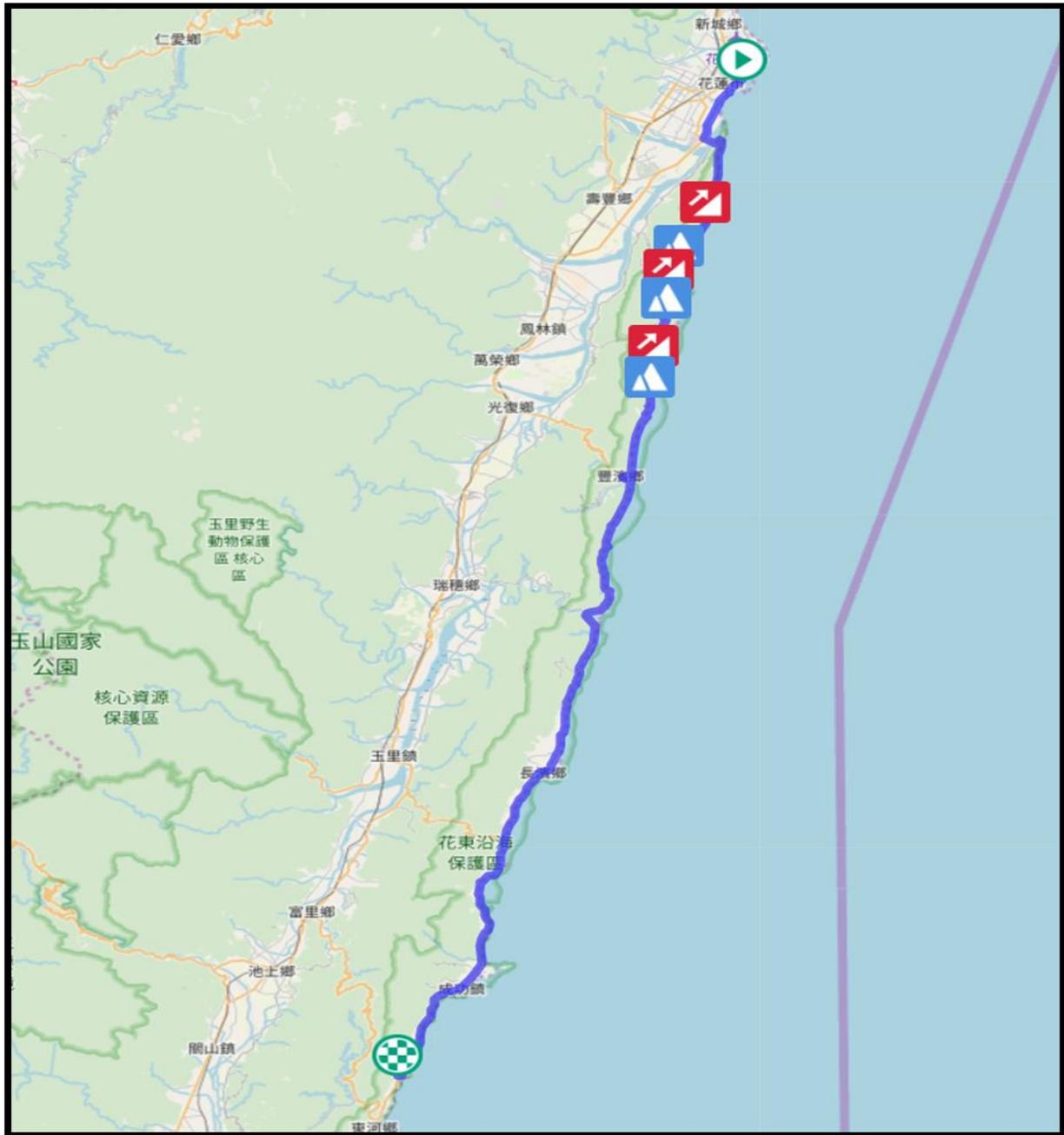
1. 4/15 終點-都歷/東管處，選手抵達終點後移師至台東市，由車隊自行負責。
2. 4/16 終點-鹽寮，選手至終點後之移師，由各車隊自行負責。
3. 選手機械故障時須舉手要求並退至集團後方，由裁判長以無線電呼叫隊車上前維修，隊車通過裁判長時需告知，經允許後才可以進行維修。
4. **花東警察局特別聲明：若賽事行進中有隊車不當超車及逆向行駛，將加強取締及開立罰單，旨在為大家安全及活動的延續，請各車隊領隊加以宣導，勿觸犯交通法規及危害自身及他人之安全。**

## 晶片使用注意事項

1. 晶片押金：於活動終點退還晶片並領回押金 500 元，若有遺失者每晶片須付 1000 元賠償金。請務必於 4/16 到花蓮太平洋公園會場頒獎歸還晶片並退押金。
2. 每位選手發給一片晶片使用於兩天之賽事，若有未克出賽之選手，**先將該晶片於賽前繳回報到處，以防誤帶晶片。**
3. 所有選手成績以晶片成績為準。晶片未依規定裝置將不給予成績，請選手妥善裝置。
4. 起點設晶片感應區，作為選手出發檢錄之用途。選手依順序經過感應區並留下紀錄。
5. 請各隊於領取晶片時，務必先行核對晶片號碼及選手號碼，以免影響參賽成績之判定。

# 活動路線圖與高度圖

4/15 (六) 花蓮太平洋公園-台 11-豐濱-成功-都歷/東海岸風景管理處



4/16 (日) 台東娜路彎大酒店-關山-富里-玉長-豐濱-鹽寮

