



太平山國家森林遊樂區，以完整森林資源與豐富的動物昆蟲生態知名，備受愛好大自然的的朋友之喜愛，「太平山自行車挑戰賽」於土場出發，終點則設於接近山頂的見晴步道口，全程 22.1 公里；起點土場海拔近 400 米，最高點見晴海拔 1972 米；全程為平均坡度 7% 之蜿蜒上坡路線這堪稱國際水準級的景觀道路，以其令人驚豔的美景，加上頗具挑戰性的路線、坡度、高度，亦成為單車運動愛好者的登山朝聖路線！

指導單位：行政院農業委員會林務局羅東林區管理處、宜蘭縣政府、宜蘭縣體育會

主辦單位：中華民國自行車騎士協會

協辦單位：宜蘭縣體育會自由車委員會、宜蘭縣自由車運動協會

活動日期：2024 年 5 月 4 日 (星期六)

集合地點：土場 (太平山林業鐵路|土場車站|遺址展示區)

活動路線：土場 0K→多望大橋→鳩之澤→中間遊客中心→白嶺→見晴步道口→終點。全程約為 22 公里。

團隊計時賽：土場 0K→多望大橋→鳩之澤→中間遊客中心(終點)。全程約 6.4KM

海拔概況：起點土場海拔 400m，最高點見晴海拔 1972m。

路況概述：本路線在白嶺前為平均坡度 7% 左右之蜿蜒上坡，但過了白嶺之後就有 12%~14% 陡坡，沿途皆為柏油路雙向車道、山頂易起霧需特別注意。

補給站：補給站 1 中間遊客中心 6.4 KM

補給站 2 白嶺涼亭 14.9KM

活動流程：

05:30 團隊計時賽參加者報到

06:00 團隊計時賽出發

07:00 競賽組、挑戰組、電輔車組報到

07:50 開幕式-貴賓介紹與致詞

08:00 鳴槍出發-競賽組、挑戰組、電輔車組出發

09:10 預計第一名抵達終點

10:00 下山接駁及大會引導自行下山到土場，每梯次間隔約 20 分/見晴停車場

11:00 頒獎、午餐-競賽組總排及各分齡組前六/土場

12:00 終點關門

參加對象、項目：

競賽組：12 歲以上，具自行車公路競賽經驗者，並須自行投保個人競賽保險。

挑戰組：15 歲以上，喜歡自行車騎乘挑戰者，建議 2 人以上組隊報名參加。

團隊計時賽：限已報名競賽組選手組隊，**每隊 5 人取第 4 位進入終點成績為該隊成績**，
男女不限，團隊需有隊車衣。

活動分組：

競賽組：限用標準彎把公路車。

M 16 組/男 16-19 歲，民國 94-97 年（含）出生者（2005-2008）

M 20 組/男 20-24 歲，民國 89-93 年（含）出生者（2000-2004）

M 25 組/男 25-29 歲，民國 84-88 年（含）出生者（1995-1999）

M 30 組/男 30-34 歲，民國 79-83 年（含）出生者（1990-1994）

M 35 組/男 35-39 歲，民國 74-78 年（含）出生者（1985-1989）

M 40 組/男 40-44 歲，民國 69-73 年（含）出生者（1980-1984）

M 45 組/男 45-49 歲，民國 64-68 年（含）出生者（1975-1979）

M 50 組/男 50-54 歲，民國 59-63 年（含）出生者（1970-1974）

M 55 組/男 55-59 歲，民國 54-58 年（含）出生者（1965-1969）

M 60 組/男 60 歲以上，民國 53 年（含）以前出生者（~1964）

W 35 組/女 35 歲以下，民國 78-97 年（含）出生者（1989-2008）

W 36 組/女 36 歲以上，民國 77 年（含）以前出生者（~1988）

國中組：競賽-限用標準彎把公路車。

U 13 組/男 12-13 歲，民國 100-101 年（含）出生者（2011-2012）

U 14 組/男 14 歲，民國 99 年（含）出生者（2010）

U 15 組/男 15 歲，民國 98 年（含）出生者（2009）

W 15 組/女 12-15 歲，民國 98-101 年（含）出生者（2009-2012）

挑戰組：

M 15 組/男 15-19 歲，民國 94-98 年（含）出生者（2005-2009）

M 20 組/男 20-24 歲，民國 89-93 年（含）出生者（2000-2004）

M 25 組/男 25-29 歲，民國 84-88 年（含）出生者（1995-1999）

M 30 組/男 30-34 歲，民國 79-83 年（含）出生者（1990-1994）

M 35 組/男 35-39 歲，民國 74-78 年（含）出生者（1985-1989）

M 40 組/男 40-44 歲，民國 69-73 年（含）出生者（1980-1984）

M 45 組/男 45-49 歲，民國 64-68 年（含）出生者（1975-1979）

M 50 組/男 50-54 歲，民國 59-63 年（含）出生者（1970-1974）

M 55 組/男 55-59 歲，民國 54-58 年（含）出生者（1965-1969）

M 60 組/男 60 歲以上，民國 53 年（含）以前出生者（~1964）

W 35 組/女 35 歲以下，民國 78-97 年（含）出生者（1989-2008）

W 36 組/女 36 歲以上，民國 77 年（含）以前出生者（~1988）

電輔車組：限用電力助動自行車，不分性別年齡。

※報名時請務必填寫正確之出生年月日，報名系統將依年齡自動分組。

報名費用：每人 1000 元，國中組優惠為 600 元，另收晶片押金 500 元、終點還晶片退押金。

費用包含：太平山遊樂區入園門票、紀念品、號碼資料、完成獎牌、計時成績、電子完成證書、餐點、保險、補給等※持當日賽事號碼布至「鳩之澤溫泉」享優惠票價新台幣 50 元。

團隊計時賽：每隊 1000 元。

接駁代訂：1、台北往返接駁車：AM 05：00 台北-土場往返、終點見晴-土場-台北。

費用：每人+車 1000 元/需自備攜車袋，集合地點：新店區公所捷運站2號出口。

2、終點下山接駁車：約 AM 10：00 開始見晴-土場。費用：每人+車 600 元。

晶片押金：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。

報名方式：請上本會網站 www.cyclist.org.tw 活動報名連結，即日起至 4 月 20 日截止。

獎勵辦法：1.所有參加者可獲得完成紀念獎牌一面及活動後於協會官網下載電子成績證書。

2.公路賽各分齡組排名前六名頒發獎盃。

3.團隊計時賽頒發總排名前六名獎盃。

4.太平山王總排名前六名頒發獎盃及獎金。成績計算公路賽及團隊計時賽加總排名。

組別/獎金	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名
太平山王總排名	10,000	7,000	5,000	4,000	3,000	2,000

5.年度「臺灣自行車公路聯賽」將於最終場-花蓮太平洋盃頒發年度總排名獎項。

活動日交通管制說明：

1. 活動日將實施全線單向上山管制，管制時段內禁止所有機動車輛上山。

管制時段：06:00~12:00 土場車站~太平山莊停車場。

2. 上山接駁之各車隊請於**07：30**以前上山，須購買入園門票，全票200元/半票100元，汽車100元。所有隊車請停放於見晴終點後1公里處的見晴停車場或太平山莊停車場。

參加須知：

1. 本參加者係依自由意志，自主決定參加中華民國自行車騎士協會所舉辦之自行車挑戰、競賽活動。

2. 參加者已審閱主辦單位提供之本次挑戰、活動相關之簡章、參加須知，並瞭解相關提醒事項、競賽規定及注意事項，且無異議。

3. 自行車挑戰、競賽活動請視個人實力與健康狀況參與，有不適時請至路邊安全地點休息，切勿超出個人身體負荷。

4. 參加者騎乘之自行車需具備完整煞車系統。競賽組僅限使用標準彎把公路車。

5. 參加者於活動騎乘全程中，均需正確配戴自行車專用安全帽。

6. 參加者可自備內胎及簡易維修工具，以備破胎汰換與故障排除。
7. 水壺必需使用自行車專用水壺，為避免水壺於行進間掉落影響後方車友安全，請務必於行前檢視並調整水壺架，保持水壺能穩固安置。
8. 參加者於活動前，請務必詳實檢查自行車零件組裝及胎壓狀況，將自行車保持最佳狀況，以維安全。
9. 建議 2 人以上組隊參加，在挑戰路上結伴同行相互照應，共享完成的喜悅。
10. 請務必遵守交通規則與號誌，騎乘於右側車道或靠邊騎乘，不可逆向。自行車於交通法規中被視為機慢車，故若未遵守交通號誌以及交通規則，發生意外事故或被主管單位開立罰單，由參加者自行承擔一切法律責任。請參加者特別注意，違規者經查屬實者，將取消成績並禁止日後報名參加本活動。
11. 參加者需隨身攜帶健保卡及身分證明文件；如有受傷請當日就醫，並開立診斷證明及收據，以利保險理賠。
12. 自行車挑戰、競賽活動有一定難度，參加者應自行注意自身健康情況、並衡酌參加活動可能產生之風險。如有高血壓、心血管疾病、心臟病、糖尿病、癲癇症、氣喘等狀況或有其他疾病而不適合激烈運動者，不得參加本挑戰、競賽活動（請參加者自行判斷是否有上開症狀，如有上開症狀仍執意參賽，對於其因此所生之事故，主辦單位不負任何賠償責任）。
13. 參加者於挑戰活動期間發生跌倒或碰撞等事故在所難免，主辦單位對於該等事故不負任何保險承擔以外之賠償責任。
14. 本活動依內政部相關規定投保 500 萬元「公共意外責任險」。「公共意外責任險」只承擔大會責任內所致之意外傷害理賠。欲參加者如有本身各項疾病史，請自重評估自身安全不可參加。如有考量保險保障範圍之不足，請自行加保其他有效之個人保險。「公共意外責任險」的承保內容，請參閱[附件一\(請點此\)](#)。本活動保險的最高理賠金額為保單所承擔之金額，主辦單位不提供超越保單理賠金額之理賠金額。如對於承保內容中之保險理賠範圍、項目、金額無法同意者，禁止參加。
15. 本活動不提供排除其他用路人使用活動路線之交通管制。隊車於活動期間以及活動路線上，如與其他人員、車輛（參加者、其他隊車或其他用路人、車）發生交通事故，依照一般交通事故處理方式通知警方處理。主辦單位不負此種一般交通事故之責任。
16. 報名者承諾所填寫之個人資料均屬實；若資料提供有誤，一切後果將由提供人自行承擔。
17. 若活動日天氣預報狀況不佳，大會得於活動前宣布因應方式，可能包括取消或改期等。
18. 活動中如遇極端天氣或其它不可抗力之天災或事況，由大會以安全為考量，有權決定是否調整路線、提前結束活動、或變更活動終點等因應方式；參加者同意由主辦單位依對參加者最有利之狀況進行處置。
19. 大會有權將此活動之錄影、相片及成績於世界各地播放及公告、展出、登錄於網站與刊物上，參加者必須同意其肖像、成績、媒體/網路報導圖文，得用於活動相關宣傳與播放。
20. 請參加者發揮自行車友愛護環境的風範—愛山樂水、絕對不亂丟垃圾。

21. 本辦法如有未盡事宜或任何變更，得隨時修正之。
22. 代辦事項如下，詳細內容請參閱活動代訂項目公告：台北往返接駁車、終點下山接駁車。

●本活動最新訊息將隨時公告於“中華民國自行車騎士協會”臉書專頁

<https://www.facebook.com/tcf1999/> 上，敬請參加者務必詳閱。

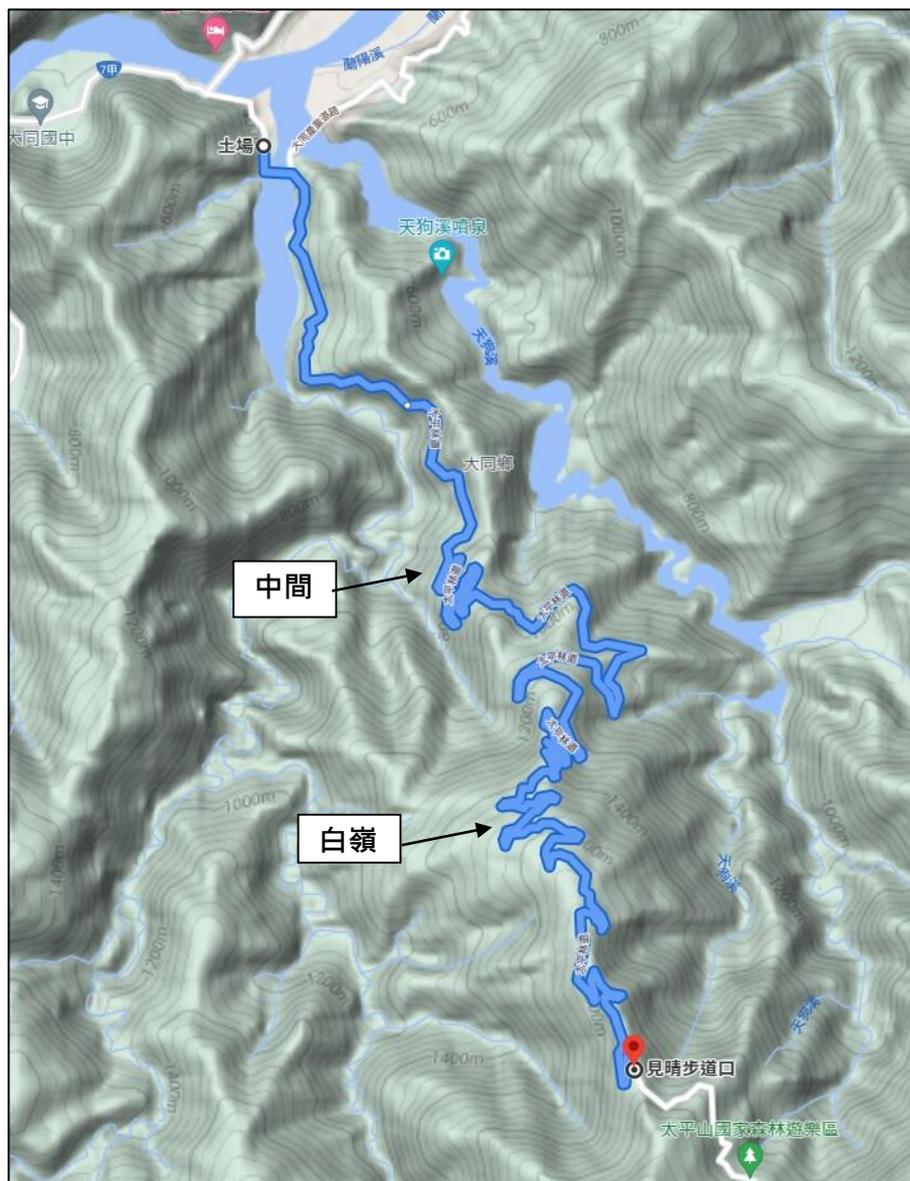
●活動洽詢：中華民國自行車騎士協會/電話：02-8919-3595 /傳真：02-8919-3311

網址 www.cyclist.org.tw 電子信箱 e-mail：service@cyclist.org.tw

備註：報名後請特別注意，本會網站上將陸續公告相關活動資訊。

活動路線：土場 OK→多望大橋→鳩之澤→中間遊客中心→白嶺→見晴→終點。全程約為 22 公里。

團隊計時賽：土場 OK→多望大橋→鳩之澤→中間遊客中心。全程 6.4KM



高度圖：起點土場海拔 400m，最高點處海拔 1972m。



