中華民國自行車騎士協會
Taiwan Cyclist Federation

臺灣 KOM 登山王之路-春季

活動前注意事項

一、活動流程

3 月 30 日 (星期日) 長埤湖風景區停車場

15：00　參加者報到、領取物品

15：30　行前說明會、領取隊車貼紙

3 月 31 日 (星期一) 長埤湖風景區停車場

06：30　參加者報到&集合、路線及安全注意事項說明

07：00　出發鳴槍

08：50　預計第一位選手抵達終點–思源啞口

退晶片/還押金+完成獎牌–思源啞口

頒獎、午餐-長埤湖風景區停車場

12：00　終點關門

補給站＆關門時間

08：20　27.5k 處-飛亞蘭店旁停車場-補給站、關門

10：00　45k 處-南山加油站-補給站、關門

二、參加者識別圖

三、活動規定

1. 車輛限制：建議使用彎把、平把公路車、公路胎越野車。禁止使用小徑、小折或都市通勤車款。
2. 參加者必須自備前照明燈與後安全燈，以利隧道、多霧、視線不佳處等之行進照明。參加者必須正確配戴自行車安全帽，並備水壺、手套、禦寒風雨衣等及有袖車衣。

四、補給、維修規定

1. **參加者於此高難度騎乘路線中，請隨身自備適用之補給品，以完成此高難度之挑戰。**
2. 大會設置之補給維修點位置及補給內容如下：

序	補給站	補給品項
1	飛亞蘭停車場	水、餅乾、麵包、香蕉、運動飲料、可樂
2	南山加油站	水、餅乾、蛋糕、香蕉、運動飲料、可樂
3	思源啞口	水、麵包、蛋糕、薑茶

3. 進入補給區前請減速慢行。
4. 所有隊車於行進間，必須遵從裁判車的管制與指引，非經許可不得超越裁判車輛。
5. 隊車鳴槍前 30 分鐘之前從長埤湖起點先行出發前往大會規定之補給區，進行定點車隊補給或終點後停車場等待接駁。
6. 本活動禁止行進間動態補給，參加者可於大會設置之補給站進行補給。隊車完成補給作業後，僅能跟隨於裁判車後行進，不可超越自行車集團前進。
7. 落後參加者自行車機械故障時，請由各隊隊車自行處理。

五、注意事項

活動前

1. **此活動為高強度長距離高海拔的活動，參與者需注意身體對高海拔的適應及沿途可能的低溫，並預作保暖準備。**
2. 活動期間若為雨天，請參加活動參加者自備專用透明雨衣。
3. 如活動天候狀況不佳，大會得於出發前或活動中宣佈活動縮短行程等應變措施。

活動中

1. 本活動無交通管制，參加者務必騎乘於右側車道、絕不可逆向，所有路段及上下坡轉彎嚴禁參加者超越道路中心線逆向騎乘，如發生意外由參加者自行負責。

2. 活動路段常有落石，活動過程中如發現前方有輕微落石之狀況，此為較大落石之前兆，請特別注意。
3. 活動中如有身體不適、抽筋等現象，請馬上到路邊休息，切勿超出個人身體負荷來活動，可就近聯絡大會工作人員尋求支援與救助。
4. 參加者請將使用後之補給品包裝垃圾隨身帶走，禁止隨意丟棄，影響高山環境整潔。

活動後

1. 抵達終點後，請領取保暖衣物袋並退晶片還押金領完成獎牌、並各隊車載送隊員下山返回長埤湖，於長埤湖頒獎、午餐領取。

六、隊車注意事項

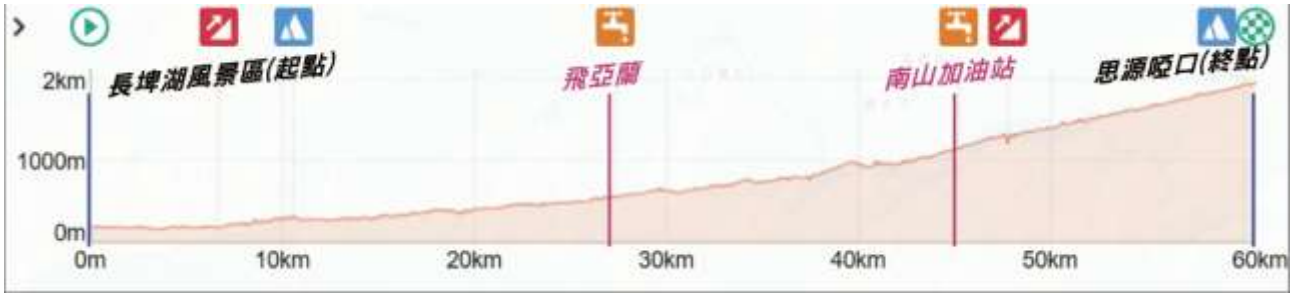
1. 隊車請尾隨於集團及裁判車最後，以利參加隊友之維修、收容使用。
2. 所有隊車請自備可與大會通訊之無線電裝置，大會頻道：145.970。
3. 隊車須貼大會號碼貼紙，以為行進間識別。
4. 隊車請勿穿梭於車友間。
5. 殿後隊車如需超越車隊，請先取得裁判車允許後前進，並請注意路上所有騎士的安全，小心超越。.
6. 殿後隊車如需超越車隊，請先取得裁判車允許後前進，請注意路上所有騎士的安全，
7. 挑戰騎士應該隨身攜帶手機，以便於路途中有任何需要隊車服務時，可以騎到有手機訊號之位置與自己對車聯繫。
8. 騎士進入終點後程序：領取完成獎牌、領取交付行李、換裝、退晶片、吃熱食。

七、其他事項

1. 請隨身攜帶身分證明或健保卡，以備不時之需。
2. 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。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。如對於承保內容中之保險理賠範圍、項目、金額無法同意者，禁止報名參加。
3. 本活動無排除其它人車使用活動道路之封路或交通管制；參加者務必遵守交通規則與號誌，騎乘於右側車道或靠邊，不可逆向騎乘。
4. 參加者進入終點後，領取完成獎牌及托運行李、退晶片並領回押金。所有參加者再搭隊車，返程下山頒獎及頒獎、領取午餐。

5. 若活動日天氣狀況不佳，大會得於活動前宣布因應之事宜，例如提早結束活動、或變更活動終點等。
6. 活動中如遇不可抗力之天災或事況，由大會以安全為考量，有權決定是否停止活動或改用其他替代方案；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，相關訊息將另行公告。
7. 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。參加者報名即視同同意其肖像、成績、媒體/網路報導圖文得用於相關之活動宣傳與播放。
8. 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。
9. 本辦法如有未盡事宜或任何變更，得隨時修正之。
10. 活動前隨時會有最新訊息，將陸續公告於 TCF 協會網頁 www.cyclist.org.tw 及 KOM 網頁 www.taiwankom.org 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
官網：www.cyclist.org.tw / LINE：@730qmryb / 手機：0928-025-778
地址：231 新北市新店區中興路二段 100 巷 17 號 1 樓 / E-Mail：service@cyclist.org.tw

路線圖 Route Map

活動高度圖 Active Height Map