

2025 環花東自行車賽

行前注意事項

代訂花蓮台東住宿及鐵道專開列車者，詳另公告

壹、活動報到

4月11日(五) 花蓮市日出大道廣場

13:00~18:00 報到、領取下列物品：

號碼資料：晶片、安全號碼貼、號碼車架牌、號碼布*2、紀念衫

13:00-14:30 媒體記者會歡迎車友們一同出席

17:00 領隊會議/各車隊務必參加

貳、活動流程

活動流程：4/11 (五) 團隊計時賽

13:00-13:30 報到、領取物資及隊車貼紙

13:20-14:20 記者會-各車隊上台介紹，請著團隊車服、可帶自行車

14:20-15:00 與會貴賓合影、暖身出發移師至起點遠雄海洋公園

15:00-15:28 團隊計時賽間隔出發

遠雄海洋公園-跳浪隧道折返-鹽寮終點

15:25-16:00 團隊陸續進鹽寮終點/賽後移師日出大道

16:30- 預計團隊計時賽頒獎

4/12 (六) 花蓮日出大道-台11-豐濱-成功-都歷/東管處

06:00 鳴槍出發/花蓮日出大道

08:50 預計第一名選手抵達終點

09:30 頒獎、午餐領取、完成獎牌/都歷-東部海岸風景區管理處

頒發總排名男女前六名，其餘獎項於4/13日出大道頒發

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

4/13 (日) 臺東娜路彎大酒店-關山-台20線/初來橋-池上-富里-玉長-豐濱-鹽寮

06:00 鳴槍出發/臺東娜路彎大酒店

10：20 預計第一名選手抵達終點

12：30 終點關門/鹽寮-台 11 線 10K 處；結束後選手移師花蓮日出大道

13：30 領獎、午餐、完成獎牌、退晶片/花蓮日出大道

競賽路線：

4/11 團體計時賽：花蓮日出大道-集團暖身前行-花蓮遠雄公園-鹽寮-跳浪隧道前/折返-環花東競賽終點，約 20 公里。

4/12 花蓮-臺東，花東海岸公路 / 台 11 線，約 130 公里。

花蓮太平洋公園/起點-193 線海岸路-台 11 線花蓮大橋(過橋左轉後放行)-牛山新隧道-磯崎-北迴歸線-長濱-成功-都歷-東部海岸國家風景區管理處/終點頒獎。

4/13 臺東-花蓮，花東縱谷公路 / 台 9、玉長 / 台 30、花東海岸 / 台 11，約 178 公里。

臺東娜路彎大酒店/起點-台 9 線關山-池上-玉里-台 30 線玉長公路-台 11 線長濱-豐濱-花蓮鹽寮/終點，於花蓮日出大道頒獎。

參、 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 2 張，別於正後腰背 2 處；成績感應晶片束於自行車前叉、車架牌 1 張，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 線綠色隧道後中油特新加油站，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。



肆、 補給及維修規定

1. 4/11 無補給路段
2. 9/12 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。
3. 9/13 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。

伍、 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. 4/13 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。

陸、 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：4/11 依參加車隊編號排列，並於 4/12 競賽終點處領取 4/13 隊車編號。

比賽中

1. 4/12 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. 4/13 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。

柒、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 4/13 到花蓮日出大道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。

捌、申訴

1. 有關競賽所發生問題，應由單位領隊或教練，於賽後 30 分鐘內，以書面向大會審判委員會正式提出申訴，同時繳交保證金新臺幣叁仟元整，賽會將以審判委員會之判決為終決。提出申訴不成時沒收其保證金。
2. 如未經上述程序提出申訴，以致干擾比賽進行，將由審判團採取適當處分，以維競賽之進行。

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 ID: @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

活動路線圖與高度圖

活動路線圖—4/11

團隊計時賽路線：花蓮日出大道-全體暖身移師至遠雄海洋公園

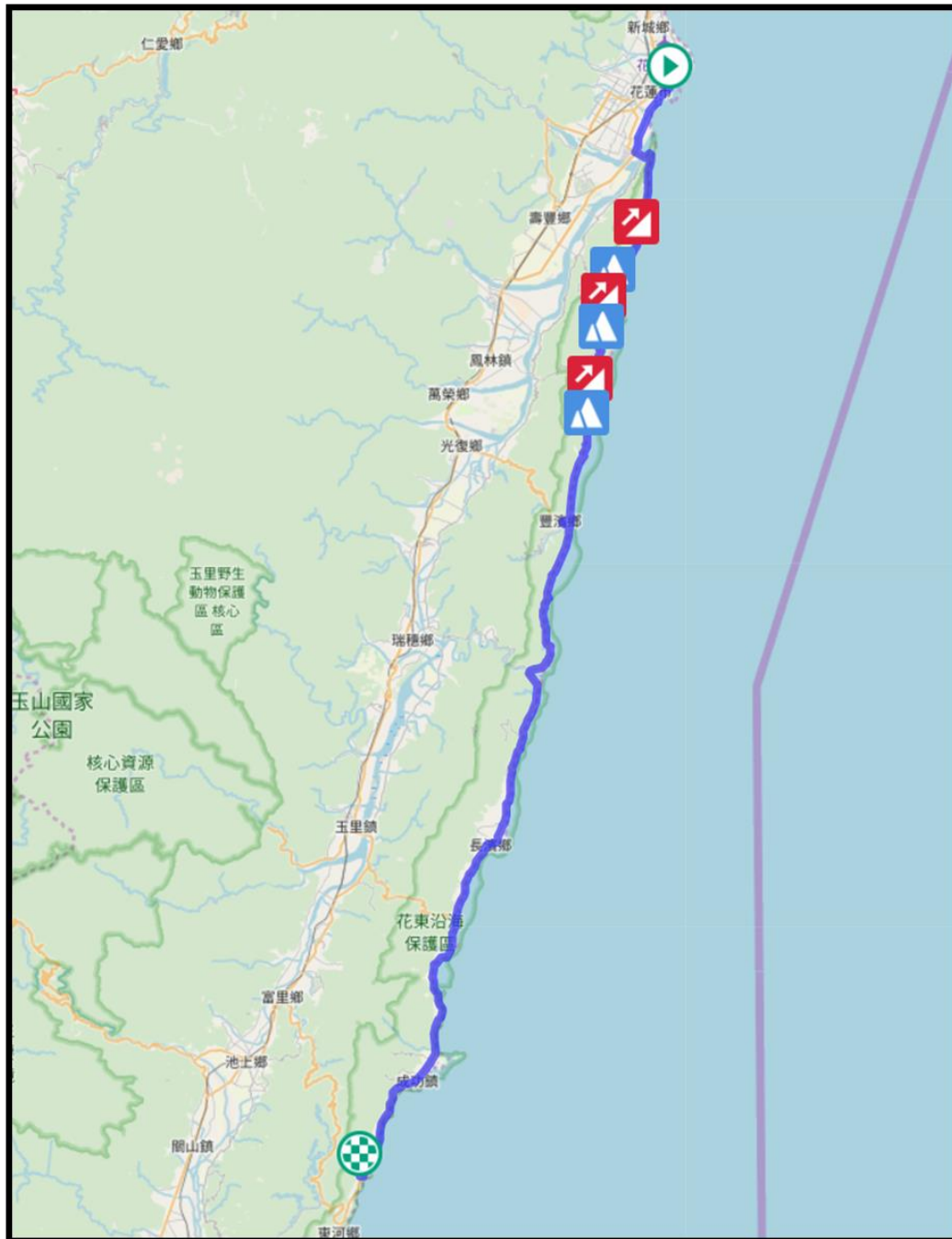
比賽路線：遠雄海洋公園-鹽寮-跳浪隧道前/折返-環花東競賽終點，約 20 公里。



活動路線圖—第 1 日 4/12

競賽路線：花蓮日出大道→193 線→台 11 線→臺東都歷東管處，約 127 公里。

出發後至花蓮大橋左轉後放行，沿台 11 線經牛山、磯崎、豐濱、長濱、成功、都歷後，進入終點東部海岸國家風景區管理處停車場。



活動路線圖—第 2 日 4/13

競賽路線：臺東→台 9 線→鹿野→關山→富里→玉長公路→長濱→台 11 線→花蓮鹽寮，約 178 公里。

由臺東娜路彎大酒店出發，過卑南綠色隧道放行，經花東縱谷線(台 9 線)、玉長公路(台 30 線)、花東海岸公路(台 11 線)至終點鹽寮(台 11 線 10k 處)。

