

# 2025 太平山王公路賽.團隊計時賽&挑戰

## 【行前注意事項】

### 壹、報到&物資領取

5/1 (四) 1200-1800 自行車騎士協會-新店區中興路二段 100 巷 17 號 1 樓

5/2 (五) 1500-1700 活動會場-長埤湖風景區停車場活-宜蘭縣三星鄉

5/3 (六) 0600-0700 活動日清晨-長埤湖風景區停車場-宜蘭縣三星鄉

物資：挑戰/號碼資料袋-安全帽貼 1、晶片 1、千沛肌能素\*2

競賽/號碼資料袋-安全帽貼 1、晶片 1、號碼布 2、千沛肌能素\*2

返程活動會場退晶片時，領取活動紀念運動毛巾

※持當日號碼布至「鳩之澤溫泉」享優惠票價新台幣 50 元。。

### 貳、活動流程

0600 參加者報到、領取物資

0620 領隊會議，請各車隊領隊或教練參與、路線及注意事項說明

0640 出發儀式-貴賓介紹與致詞、擬上山接駁下山之隊車請提早於此出發

0700 鳴槍出發-競賽組-男子、女子、國中組、挑戰及電輔車組間隔五分鐘出發

第一梯 競賽男 16-45 歲組

第二梯 競賽 50~60 組、競賽女子組、國中組

第三梯 挑戰及電輔車組

0910 預計第一名選手抵達終點-見晴步道口

1030 見晴停車場工作機車及汽車陸續引導下山-參加者請慢騎下山回到會場長埤湖

代訂下山接駁-見晴停車場，人車下山接駁至會場

1100 午餐券領取熱食，退晶片押金、領完成獎牌及贈品-紀念運動毛巾

頒獎典禮，各分齡組得獎選手先行辦獎

1200 團隊計時賽出發：清水橋 - 牛鬥橋折返 - 清水橋頭前復興村福德廟前拱門處

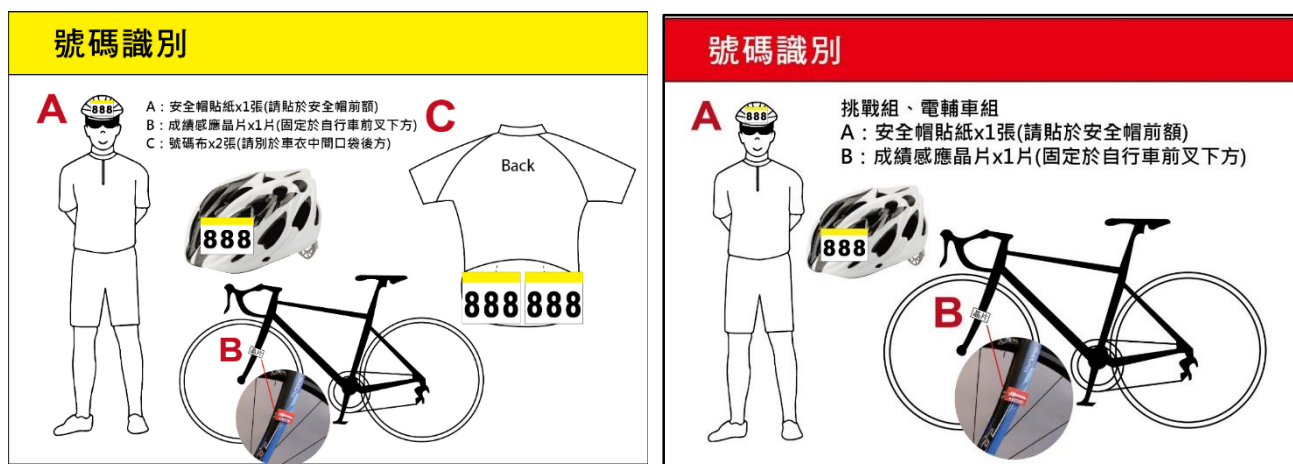
1400 頒獎

### 參、交通注意

1. 所有隊車請自備無線電，以便瞭解賽況，頻道設定145.970。
2. 個人公路賽欲上山接駁之隊車，請於06：40前先行上山，所有隊車進入太平山收票口需付費-全票200元/半票100元，汽車100元。並於上山後停放於見晴終點後1公里處的見晴停車場。
3. 太平山國家森林遊樂區內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 多望大橋頭~見晴停車場路口。

4. 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。

## 肆、號碼識別圖



## 伍、注意事項

### 一、下山安排

1. 所有參與者抵達終點後，請繼續騎乘 1km 至見晴停車場，等待集結下山。
2. 下山危險路段—5km~7km 以及 13km~18km 較多急彎；路面外側可能青苔，沿途請放慢速度、注意路況、坑洞、下坡轉彎之安全騎乘，並與前車保持距離。
3. 騎自行車下山者：見晴終點路旁排列，由大會裁判車引導下山，控速 20km/h 至土場。預計 1030 開始，每梯次約 30-50 人，每梯次間隔約 20 分，會視人數作調整。

### 二、活動前注意

1. **公路賽以及挑戰、電輔組從長埤湖出發，活動及放行開始計時。**
2. **活動路線進入太平山林道連續之前，參加騎士須注意路線寬度、過彎、下坡之危險性，必須控制好速度，以免失控摔倒。**宜 51 線路幅狹窄、急彎、且陡上下坡
3. 進入太平山遊樂園區連續爬坡山區道路，須隨時注意對向來車或正在上山的自行車、起霧時能見度降低等問題。
4. 太平山海拔約 2000 公尺的山林，氣溫比平地低 6-10 度並有較高的降雨及起霧機率，請參賽者務必注意身體對高海拔的適應及沿途可能的低溫雨霧，請隨身備禦寒衣物並隨時注意水份補給。
5. 活動日會下雨，請參加者做好雨天備案自備透明風雨衣、以維保暖遮風雨衣。

### 三、活動中注意

1. 活動設置補給站：22.4k 多望大橋、29K 中間服務站、35.5K 白嶺涼亭等三處。

2. 所有參加者務必遵守交通規則、不可逆向，車友，請務必遵守交管人員引導，騎乘於右側車道或靠邊騎乘。並請詳讀活動路線及地圖。
3. 騎乘沿線及轉彎處設有大會紅色指示牌，請車友遵循前進。
4. 參加車友務必將水壺架向下壓緊，嚴禁使用寶特瓶取代自行車水壺，以免水壺於路途中彈掉落，危及車友安全。
5. 騎乘過程中如有身體不適、抽筋等現象，請馬上到路邊休息，切勿超出身體負荷，並就近聯絡工作人員及救護車。
6. 呼籲所有參與者「愛山敬山，切切不可留下個人任何垃圾在山林間」，並自備環保筷，以保山林美景時時在。
7. 晶片押金：賽後於長埤湖會場還晶片退回押金 500 元。若有遺失晶片需付 1,000 元賠償。



## 陸、獎勵

### 一、競賽組：

1. 所有參加者與賽後可至本會官網下載所有賽程之電子成績排名證書。
2. 個人公路賽總排名及各分齡組前六名頒獎。
3. 太平山王、后總排名前六名頒獎。個人公路賽及團隊計時賽成績加總排名。

| 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 | 6,000 | 5,000 | 4,000 | 3,500 | 3,000 | 2,000 |
| 太平山后總排名 | 6,000 | 5,000 | 4,000 | 3,500 | 3,000 | 2,000 |

4. 團隊計時賽、國中組團隊計時賽-總排名前六名頒獎。
5. 年度「臺灣自行車聯賽」將於年終頒發年度總排名各獎項。

### 二、挑戰組：時限內完成挑戰者發給：獎牌乙面、電子完成證書。

## 柒、保險

1. 車友請務必攜帶健保卡，活動當日如有受傷者，請當日就醫，並與醫院拿取正本診斷證明及收據，與協會聯絡並寄件至本會，以利保險理賠。
2. 報名者承諾報名所填寫之個人資料均屬實，若有錯誤一切後果將由參加者自行承擔。
3. 本活動投保「旅遊平安險及意外醫療險」。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不足，請自行加保其他有效之個人保險。  
「旅遊平安險」承保內容，請參閱報名網頁中之保單網頁。本活動保險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。活動之保險公司確認保單內容後於活動網站中公佈。**建議參賽選手自行辦理個人自行車競賽型保險。**
4. 本活動投保「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。「公共意外責任險」的承保內容，請參閱報名網頁中之保單網頁。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。本活動保險理賠細節，將於承保本活動之保險公司確認保單內容後於活動網站中公佈。

## 捌、申訴：

1. **程序：**應由單位領隊或教練，於名次公告後 30 分鐘內，簽字以書面格式並繳交保證金新臺幣伍仟元整，向大會審判委員會正式提出，並以審判委員會判決為終決，申訴不成時沒收其保證金充作大會基金。
2. 不得當場質詢裁判，以維活動之進行。

## 玖、大會聲明

1. 所有人車進入太平山森林遊樂區，須遵守園區相關規定。詳官方網站：<http://tps.forest.gov.tw/>
2. 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。
3. 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。
4. 自行車賽事、挑戰有一定難度，參加者應自行注意自身健康情況、並衡酌可能產生之風險。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(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)。
5. 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。
6. 若活動日天氣預報狀況不佳，大會得於行前會議(或活動前公告內)宣布因應方式，可能包括取消或改期或改用其它替代路線等。相關因應訊息得另行公告。
7. 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。
8. 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。

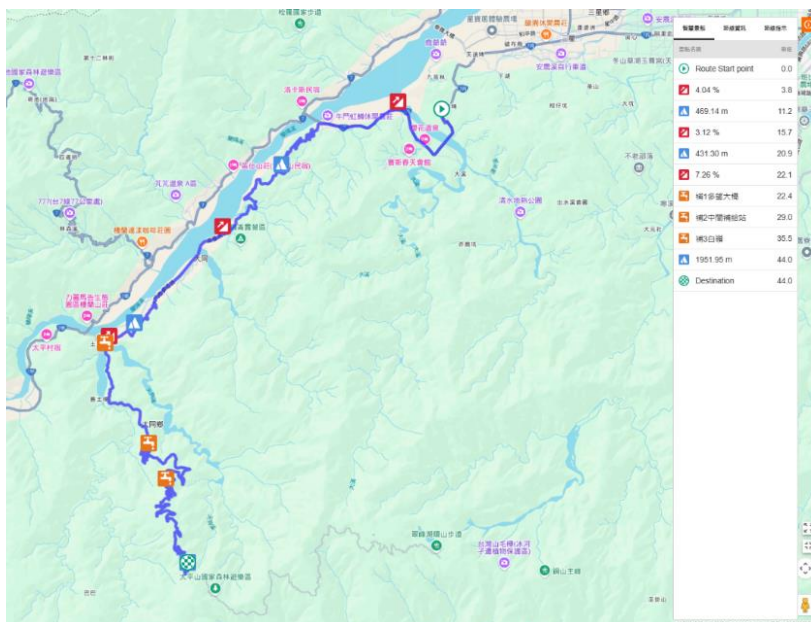
中華民國自行車騎士協會/電話：02-8919-3595、0928-025-778

協會 LINE 官方帳號：@730qmryb

網址 [www.cyclist.org.tw](http://www.cyclist.org.tw) 電子信箱 e-mail：[service@cyclist.org.tw](mailto:service@cyclist.org.tw)

## 壹拾、活動路線&高度圖

公路賽&挑戰賽活動路線：長埤湖→台7丙→清水橋→牛鬥橋頭→宜51線→多望大橋頭→太平山林道→鳩之澤→中間休息站→白嶺→終點見晴步道口。全程45公里。



高度圖：最高點見晴海拔1972m

團隊計時賽路線：清水橋頭→牛鬥橋頭折返→清水橋頭/復興村福德宮前，12.8KM

