

2026 西拉雅自行車領騎培訓

為推動「西拉雅國家風景區管理處」自行車旅遊騎乘，特辦理此自行車領騎培訓課程研習。課程以領騎實務為主，對台灣自行車旅遊、生態永續觀念、導覽解說及騎車影像攝影等多元內容規劃，培養熱情專業、有認同感的自行車愛好者投入，為地方帶來深度自行車旅遊領騎種子，以推動永續觀光發展。

主辦單位：交通部觀光署西拉雅國家風景區管理處

承辦單位：中華民國自行車騎士協會

研習日期：115 年 6 月 3 日 (星期三)、7-12 月西拉雅自行車活動場次複訓實習。

研習地點：官田遊客中心-台南市官田區福田路 99 號

研習對象：歡迎有興趣參與自行車旅遊活動領騎者。去年參加此課程者返回增能培訓。

研習內容：詳附件。

報名費用：免報名費。

名額：限額 90 位，依報名先後順序，5/25 截止或額滿截止。

活動須知：提供午餐、保險，研習證書、實習後發給領騎證。

活動代訂：租借自行車每台 200 元，請報名時登記。

宇田商旅住宿代訂單人房 or 雙人房-2 小床

匯款資料：社團法人中華民國自行車騎士協會-玉山銀行 808 帳號：0912940005825

報名方式：填寫 Google 報名表單，團體報名請洽協會。



報名請掃描

※授課內容依據實際天候狀況做調整

日期 時間	課程表 6 月 3 日 (星期三)	
09:30~	報到領取資料	
09:50~	西拉雅風景區管理處 歡迎詞	
10:00~	環法.環義.環西...環西拉雅 騎五庫~自行車旅遊魅力	中華民國自行車騎士協會 何麗卿 秘書長
10:40~	運用手機-快速拍攝錄影技巧 構圖.色溫.景深等入門	民視公司新聞部 杜星助 資深攝影師
11:20~	西拉雅轄區生態、永續~ 自然生態與旅遊觀光	水稚生態園區 李文珍 主任
12:00~	自行車影片欣賞-午餐盒享用與休息	
13:00~	自行車領騎實務 手勢及哨音及實習分組	台灣單車學院 TCA 李冠賢 創辦人、領隊群
13:40~	西拉雅轄區自行車騎乘 菱波官田線，共計 15 公里	實習與增能複訓場次： 9-11 月西拉雅活動
15:40~ 16:40	座談與交流、研習證書	

官田遊客中心交通指引

自駕前往：<https://www.siraya-nsa.gov.tw/zh-tw/traffic/self-drive>

大眾運輸：<https://www.siraya-nsa.gov.tw/zh-tw/traffic/local-transport>

臺灣好行：https://www.taiwantrip.com.tw/Frontend/Route/Select_p?RouteID=R0039

臺灣觀巴：<https://www.taiwantourbus.com.tw/C/tw/home>

西拉雅國家風景區位於臺南市東部平原與山區交接處延伸至嘉義縣東南部部分山區，跨越「嘉義」與「臺南」。

有下列兩種選擇：

- 由國道3號，經聯絡道路172線道、171線道、84快速道路、178甲線道、台20線道進入轄區各景點。
- 選擇貫穿整個西拉雅風景區的台3線(多為山區路段)，從嘉義中埔南下或高雄內門北上遊玩各景點。

備註1：
行駛台3線請務必遵守車速限制，測速照相機很多，單車族也不少要多注意安全囉。

備註2：
台3線多為山區路段，部分區域於雨季期間遇豪大雨易造成崩塌或落石，請留意路況或改道而行。

路況阻斷查詢，可致電公路局第五區工程處總機：+886-5-278261。

[交通部公路局第五區養護工程處全球資訊網](#)

[西拉雅國家風景區-轄區地圖](#)



從嘉義出發(南下)

1. 從國道1號南下，轉接快速道路84號向東行，可接往大內、玉井走馬瀨農場。
2. 由國道3號南下，依要前往之景點經中埔 [297.5k]、白河 [311.7k]、柳營 [323k]、烏山頭 [329.4k]、善化 [340.2k] 等交流道，也可以由官田系統交流道 [334.9k] 轉快速道路84號銜接台3線或新化系統交流道轉國道8號銜接台20線，一次遊玩多個西拉雅西景點。
3. 經台18線道轉接台3線南下，本路線上有多個加油站提供休憩，但中埔往曾文水庫山路蜿蜒崎嶇，需要特別注意車速，且雨季期間易有崩塌，請留意路況或改道而行。

從臺南出發(東西向)

1. 經快速道路84一路東行，可直達西拉雅國家風景區。
2. 由國道8號，下新化系統交流道[14]轉接台20線道，盛夏避暑到玉井，芒果、剉冰幫你消除滿滿的悶熱感。
3. 走172線道，進入關子嶺風景區，享受台灣少有的泥漿溫泉。
4. 走174線道，轉接175咖啡公路，品嚐最道地的東山咖啡。
5. 走台20線道，到網美秘境山上區的臺南花園水道博物館之淨水池區，拍照賞歷史古蹟一次滿足。

從高雄出發(北上)

1. 由國道3號北上，經國道8號向東行，下新化系統交流道[14]轉接台20線道，抵達國家風景區南端各景點最快速。
2. 從台28線道(田寮)、29線道(旗山)，轉接台3線北上，可達南化，經台20乙可前往左鎮、新化各景點(此路段多為山區路段)。