



滿天星挑戰系列



北海岸櫻木花道

【活動前注意事項-0301】

壹、活動流程

3/6 (星期日) 淡水漁人碼頭旁油車口停車場 (沙崙路與中正路口)

06:00

報到及領取資料

※ 領取號碼貼紙 x1 (安全帽前額)、晶片 x1 (繳交押金 1000 元)
晶片束帶 x1 條、活動紀念衫 x1、大會資料。

報到窗口：(1) 團體 (2) M15、M30 (3) M35、M40 (4) M45 以上、W 女子組

06:40

路線及安全注意事項說明

06:50

暖身操

07:00~07:30

出發時間

11:30

補給站關門

※補給站關門後選手請由台二線濱海公路折返

11:00

午餐發放

12:30

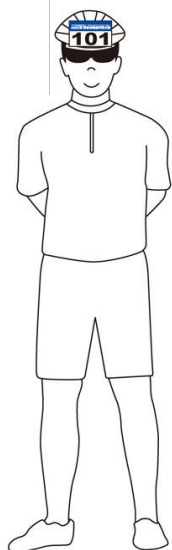
頒獎典禮—

登山王 x2 名 (男子、女子各一)、團體總錦標 x1 隊、總排名 x1 名

13:30

終點關門

貳、參賽選手號碼識別



A. 選手識別

號碼貼紙 x1 (安全帽前額)

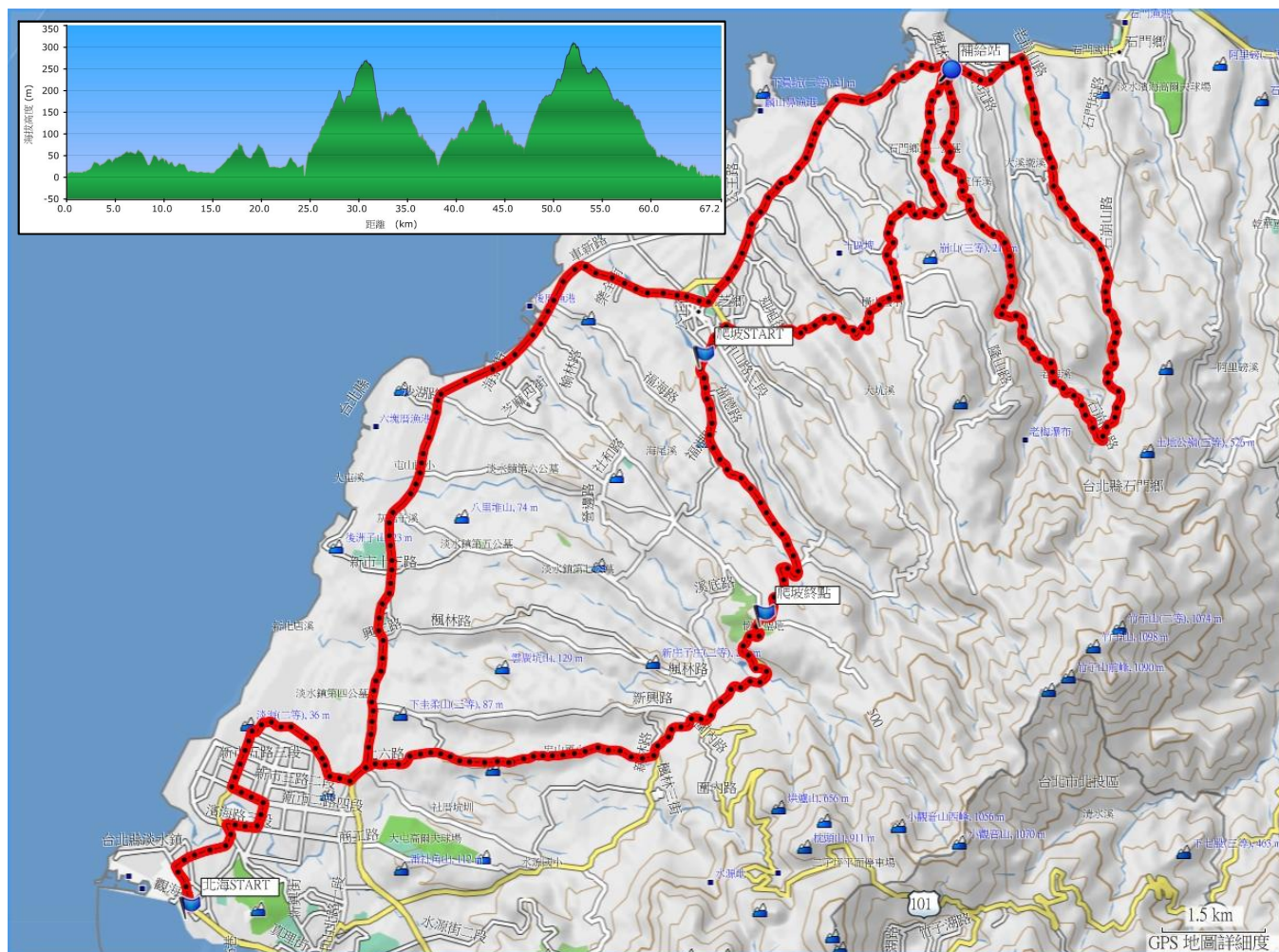
B. 單車識別

晶片 x1 (繳交押金 1000 元)

晶片束帶 x1 條



參、挑戰路線



賽事路線：淡水漁人碼頭旁油車口停車場（沙崙路與中正路口）→台2乙線→淡海新市鎮→台2線淡金公路→三芝→北19-1線→北19線→北15線→北18線→三芝→101線→新林路(北六線)→台2線→台2乙線→淡海新市鎮→終點漁人碼頭（沙崙路停車場），全程70公里；總爬升1000公尺。

爬坡計時段：於47公里處設有爬坡計時賽段，出發點於101線1K處埔頭橋，終點於101線6K北海福座，共5公里。

補給站：1.富基村活動中心---出發後41公里
2.起、終點會場-淡水漁人碼頭旁油車口停車場

路線詳細資料請參閱下列網址：

<http://www.bikemap.net/route/792646#lat=25.25727&lng=121.50896&zoom=13&type=0>



滿天星挑戰系列

肆、參加須知：

活動前

1. 請參加之車友務必自備禦寒風雨衣、自行車水壺、手套、補給品等裝備。
2. 手機、健保卡、金錢等請隨身攜帶，如感身體不適切勿勉強騎乘，如需協助可就近告知大會工作人員。
3. 運動是保持健康身體的重要原素，請各位視自己活動日身體狀況量力而為，並請於活動前一日充足的睡眠及當日出發前 2 小時吃早餐。
4. 所有參加者自備單車，不限車種，為保障車友安全，全程請務必配戴安全帽及穿著適當車衣。
5. 因為長途公路騎乘，建議使用公路車或是裝配光頭胎之越野車，以利騎乘效益；個人請務必準備內胎及簡易維修工具，以備破胎之汰換。
6. 本次活動，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。
7. 參加者請務必攜帶健保卡，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副本收據，以利保險理賠。
8. 本挑戰活動有一定難度身體如有高血壓、心血管疾病、心臟病、糖尿病、癲癇症、氣喘等狀況，有上列疾病者不適合參加本賽事活動。
9. 本次挑戰「大會投保公共意外責任險」，投保金額有限，有需要更高保額者請自行再加保個人保險。
(所有保險理賠細節依投保公司之保險契約為準)特別不保事項：(一)個人疾病導致運動傷害。(二)因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如休克、心臟症、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，而公共意外險只承擔因外來意外所受之傷害理賠。選手如遇與第二項所述之疾病之病史，建議選手慎重考慮自身安全，自行加保個人人身意外保險。

活動中

1. 終止活動關門點設置：
 - (一)為顧慮安全及活動時間之掌控，活動終將設有關門時間：
11：30 富基村活動中心(補給站) 關門後選手請由台二線濱海公路折返
13：30 終點關門
 - (二)被關門之參加者須配合大會裁判登記號碼，可視情況強制上大會收容車，務請配合。
 - (三)於補給站被關門之參加者，需由台二線折返，請務必小心騎乘。



滿天星挑戰系列

2. 本活動非競賽性質之挑戰活動，活動無交通管制，請參加者務必遵守工作人員引導並確實遵守交通規則，順向靠邊前進，以確保騎乘安全。
3. 自行車路線沿線轉彎處設有大會指示牌（如右圖），請選手遵照箭頭指示前進。
4. 本路線由 30 公里至 45 公里均為丘陵地形，其中有多個長陡下坡，請參加者特別注意。
5. 為不影響選手行進安全，建議參加選手務必將水壺架向下壓緊，嚴禁使用寶特瓶取代自行車專用水壺，以免水壺於路途中彈掉落，危及選手安全。
6. 呼籲所有參加者「愛山敬山，不留下個人任何垃圾在山林間」，發揮自行車族愛護環境與整潔的好風範：「絕對不可亂丟垃圾、可自備環保筷」，以保山林環境美景時時在。
7. 賽事過程中如有身體不適、抽筋等現象，請馬上到路邊休息，切勿超出個人身體負荷來挑戰，可就近聯絡大會工作人員及救護車。
8. 活動於 47 公里處設有爬坡計時賽段，出發點於 101 線 1K 處，終點於 101 線 6K 北海福座，共 5 公里。
9. 大會於隊伍最後備有殿後車，供體力不支者使用。
10. 為環境為地球盡心，所有挑戰車友勿隨地隨意於路邊小便，個人補給品及飲品之丟棄物隨身帶走，切勿隨意丟棄或有任何破壞環境之行爲。



活動後

1. 請各車隊或個人於活動後將晶片收齊後，於「油車口停車場」報到帳篷，退晶片押金 1000 元，並領取午餐盒（領取前請先報車隊編號及人數，以加快領取速度）。
2. 得獎是最高的榮耀，請得獎者參加頒獎，未克參加者可請人代領，若請親自至協會領取。

晶片使用注意事項

1. 晶片押金：領隊於報到時繳交晶片押金 1000 元，賽後由各車隊統一繳還並退回押金，若有遺失者每塊晶片需付 1000 元賠償金。
2. 請各領隊特別注意，於領取晶片時，務必先行確實核對晶片號碼及選手號碼，並提醒參加選手再次核對個人晶片及號碼，以免隊友間誤拿，影響參賽者成績之判定。
3. 大會於中途設有晶片感應區，所有選手都必須經過該感應區，未通過者不計該選手之成績。



滿天星挑戰系列

4. 晶片請遠離無線傳輸裝置及電子產品，如無線馬錶、心跳表、無線電、行動電話、筆記型電腦等電子裝置，以確保晶片正常運作。
5. 大會回收晶片：請各車隊於賽後將晶片收齊後，於「油車口停車場」報到帳篷退還晶片。請各隊車隊領隊，統一彙整點齊晶片數量回收，並退回晶片押金。如有選手未於當天活動地點回收晶片，請務必於三日內寄回協會。

伍、徵文活動：

1. 徵選範圍：參與 3/6 北海櫻木花道活動—深刻體驗或觀賽後所記錄下的照片、經驗心得與感想等。
2. 活動日期：2011 年 3 月 6 日~2011 年 3 月 20 日。
3. 參與對象：凡對攝影及寫作有興趣，所有參與本賽事的選手及觀賽之親屬朋友，皆可參與。
4. 呈現方式：寫下您對於參與本活動或觀賽之心得感想，照片搭配 500~1000 字以內的短文，若有圖檔請以 jpg 檔儲存。
5. 活動獎勵：凡投稿至協會者，均贈送精美紀念品一份，文章遴選後擇日公布於協會網站，公告之優選作品將贈送車衣或車褲乙件
6. 注意事項：(1)參賽作品需為投稿本人拍攝或撰寫的合法作品，不得拷貝或易偽，有上述情形將取消參選資格。
(2)請自留底稿或備份，本次比賽參賽作品恕不退還。

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
地址：231 新北市新店區中興路二段 100 巷 17 號 E-Mail：service@cyclist.org.tw