

北宜公路自行車賽

賽前公告

壹、活動流程

7月1日(星期五)

15:00-18:00 報到、領取車隊物品

(中華民國自行車騎士協會/新北市新店區中興路二段100巷17號1樓)

報到資料袋內有：A-安全帽號碼貼紙1張(貼於安全帽左側)

B-號碼布1塊(請以別針4支別在背後)

C-成績感應晶片1片(束帶1條,束前叉上)

7月2日(星期六)

06:30 報到---烏石港廣場

07:20 領隊會議

※請各隊務必派員參與領隊會議，出席車隊將給予團隊積分5分。

07:40 開幕典禮

08:00 出發鳴槍/第一梯次 RE、RE19、RE30、RE40

08:07 第二梯次 RM25、RM30

08:14 第三梯次 RM35、RM40、RM45

08:21 第四梯次 RM15、RM19

08:22 RM50、55、60、RW20、30、40

08:29 第五梯次 登山車組、RX組

08:40 預計第一名抵達終點

完成賽事選手由警車引導分梯次下山回起點-烏石港廣場

10:30 頒獎典禮--成績揭曉後進行

午餐/宜蘭頭城烏石港廣場

11:00 終點關門時間

選手回到起點,請各車隊於賽後將晶片收齊後,於「烏石漁港」報到帳蓬,退晶片押金1000元,並領取紀念品及午餐盒

※車隊注意：

1. 活動當日上午07:20領隊會議於舞台前方,請各車隊領隊或教練隊長務必出席,出席車隊將給予團隊積分5分。
2. 比賽路線由「北宜公路口至石牌縣界公園」路段,自7月2日上午07:40-11:30採全線雙向封閉交通管制,嚴禁所有車輛及隊車上山,以維選手競賽安全。
3. 根據氣象預報,比賽日會有午後雷陣雨,請參賽選手特別注意防雨防寒衣物。
4. 年度累積排名各分組前十名優秀選手,請於出發時排列於隊伍最前方。

貳、選手識別圖

選手號碼識別證
A：安全帽號碼貼紙 X 1 張(貼於安全帽左側)
B：號碼布 X 1 張(請以別針4支別在正背後)
C：成績感應晶片 X 1 片(束帶1條，束前叉上)



參、競賽規定

1. 採用國際自由車總會正式競賽規定, 除此之外依據主辦單位安全考量之需求本協會得增列其他條款。
2. 此比賽為集體出發公路賽事, 因距離長, 所有參賽者限使用公路車及登山車、需有完整之煞車系統。參賽公路車組選手車輛限用標準彎把公路車; 參加登山車組者限使用平車把手、26*1.5 以上之外胎(含 1.5 外胎); 所有車輛禁止裝設休息把、計時車牛角把、立車支架、火箭筒, 全封閉式之碟輪、刀輪亦不可使用。
3. 未滿 19 歲須於賽前進行驗車, 不得使用過重齒輪比, 最大傳動比是 7.93 公尺。
4. RM15 組前十名進入終點之選手, 請於進入終點後即刻至終點帳篷進行驗車。
5. 選手規定佩帶自行車安全帽, 全程穿著有袖之自行車服出賽。
6. 選手號碼識別: 安全帽號碼貼紙一張, 貼於安全帽左側; 號碼布一張, 別於正背後; 成績感應晶片一塊用束帶束於自行車前叉上(詳如識別圖)。
7. 依 2011 年國際總會最新規則除世界盃賽事及計時賽外, 選手與教練間不可使用迷你通信器材(小蜜蜂), 故本賽會所有參賽者僅能自力完成, 也增加了比賽的難度。
8. 賽事設有登山搶分點: 登山點為終點「石牌縣界公園」。

9. 本賽事不得補給；大會提供 SHIMANO 十速備用前後輪組隨行，提供主集團前方之選手緊急使用，如後方選手遇爆胎等機械故障請自行維修。
10. 有關成績異議，請頒獎前 30 分鐘以書面資料連同保證金 1000 元，向大會審判委員提出申訴，並以大會審判委員會之判決為終決。

肆、規則

1. 違反下列規定者，取消比賽成績：
 - (1) 不遵從裁判引導者。
 - (2) 未將號碼布以別針固定在規定位置或其他號碼布不齊全(詳細位置規範於秩序冊中)。
 - (3) 報名組別與身份證明資格不符者。
 - (4) 車種與大會規範不符者。
2. 違反下列規定者，取消個人比賽成績並取消團隊成績。
 - (1) 比賽進行中選手借助他人之幫助而獲利者(如乘車、扶持...等)。
 - (2) 違反運動精神和道德(如打架、辱罵裁判及大會工作人員...等)。
3. 以上規定，如有違反或未遵守競賽規定及大會裁判指示時，除取消選手競賽資格外，大會得逕行扣除該隊團隊績分 3 分(得連續處罰)，並於成績表中加註公佈，請各車隊要求所屬選手遵守賽會相關規定。
4. 有關競賽所發生問題，應由車隊領隊或教練，於賽後 20 分鐘內簽字以書面資料連同保證金 1000 元(包含照片或影像資料或合理證據，僅以口頭說明概不受理)，向大會審判委員會正式提出申訴，並以大會審判委員會之判決為終決，若判決認為無理得沒收其保證金，作會大會賽事基金。

伍、關門點設置

1. 為顧慮安全及競賽時間之掌控，賽程均設中途關門點：
 - (1) 終止競賽關門點設置：
 - (2) 為顧慮安全及競賽時間之掌控，大會最後關門時間為 11：00 分。
被終止競賽之選手須配合大會裁判登記號碼，可視情況強制收容，請選手配合。
 - (3) 被終止競賽之選手若落後至賽會管制區以外，其安危必須自行負責，沿途請務必小心騎乘。
 - (4) 菁英組、市民菁英組選手關門時間限制 10%，亦不得干擾市民分齡組之競賽公平。
 - (5) 終點撤崗時間為主集團進入終點後二小時。
2. 被終止競賽之選手須配合大會裁判登記號碼，並強制收容上車或原路折返，敬請選手配合。
3. 如果選手在中止比賽後還要繼續騎乘，騎乘期間若發生任何問題，本會概不負責。

陸、注意事項

比賽前

1. 請選手於賽前練習時特別注意：上下開蘭陸橋處皆有鐵水溝蓋直線縫隙，車輪易卡入而導致摔車，行經該路段請減速側行以維安全，賽事當天會以地毯鋪蓋其上。
2. 此賽事，身體狀況如高血壓、心血管疾病、心臟病、糖尿病、癲癇症、氣喘等，有上列疾病者不適合參加本賽事活動。如感身體不適切勿勉強騎乘，如需協助可就近告知大會裁判。
3. 各位親愛的車友們：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. 選手請自備個人裝備，如自行車水壺、手套、補給品及禦寒風雨衣等，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裁判。
5. 建議參加選手，為不影響選手行進安全，一定要將水壺架先稍稍向下壓緊，以免水壺於路途中彈掉落地；切勿使用保特瓶取代自行車水壺卡於水壺架上。
6. 參加選手請按大會指示位置排列，各分組請禮讓成績優秀選手排列於該組隊伍最前排。
7. 賽事期間若為雨天，請參賽選手自備專用透明雨衣，切勿使用輕便雨衣，更不可在使用後隨地丟棄，嚴重影響後方選手之行進安全，影響在地人對自行車選手的不良觀感。
8. 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。

比賽中

9. 本賽事「宜三路及北宜路口」之前七公里為暖身段，轉至「北宜路」後放行；競賽選手須聽從裁判之放行指示，各梯次出發選手絕不可超過前導裁判車。
10. 賽程前段為熱身暖騎段，各梯次出發選手絕不可超過前導裁判車。
11. 比賽路線由「北宜公路口至石碑縣界公園」路段，自 7 月 2 日上午 07:40-11:30 採全線雙向封閉交通管制，嚴禁所有車輛及隊車上山，以維選手競賽安全。所有路段及上坡轉彎路段嚴禁逆向騎乘。
12. 本賽事採分梯團隊出發方式、當後梯出發之領先選手集團騎經前梯落下之選手時，落後選手請靠右騎乘禮讓後方高速選手通過，以免行進速率差異造成追撞等意外事故。
13. 參賽經驗少的選手，請以安全完成全程為最優先，尾隨集團後出發，以防集團中危險發生。
14. 為維護競賽公平與自身安全，當後梯次領先選手集團騎經前梯之選手時，請落後選手靠右騎乘，讓後方高速選手通過，以免行進速率差異造成追撞等意外事故。參賽經驗不足或能力較差的選手，請跟在集團隊伍最後或靠路面右側邊線騎乘，以防在集團中不穩定騎乘所引發的摔車事故。
15. 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競賽，可就近聯絡大會工作人員及救護車。

16. 為環境為地球盡心，所有參賽選手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為。

比賽後

17. 本賽事為免去程及返程選手對向衝突，選手抵達終點石碑縣界公園後，需等待所有選手全部完賽後，始得由警車前導分梯下山回到起點頭城烏石漁港。

18. 請各車隊於賽後將晶片收齊後，於「烏石漁港」報到帳篷，退晶片押金 1000 元，並領取紀念品及午餐盒（領取前請先報車隊編號及人數，以加快領取速度）。

19. 得獎是最高的榮耀，請得獎者務必參加頒獎，未克參加者可請人代領；賽後將不補發。

20. 賽程中如有使用大會提供之備輪，請於賽後至起點會場大會帳棚換回。

柒、晶片使用注意事項

21. 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。

22. 每位選手發給一片晶片使用於賽事，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。

23. 賽事使用日本專業晶片系統處理選手成績，所有選手成績以晶片成績為準，晶片未依規定裝置或遺失將不給予成績，請選手妥善裝置保管。

24. 起點設有晶片感應區，作為選手出發檢錄之用途，所有選手都需依梯次順序經過該感應區並留下出發紀錄，始有競賽成績排名。

25. 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，影響參賽成績之判定。

26. 誤帶他人晶片將嚴重干擾終點成績作業，若發生誤帶晶片情事，同時取消誤帶晶片者及被誤帶晶片者成績，並扣除該隊團隊績分 3 分。

27. 晶片領取後，保存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。

28. 大會回收晶片：請各車隊於賽後將晶片收齊後，於「烏石漁港」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，請務必於一週內寄回協會：

中華民國自行車騎士協會/231 新北市新店區中興路二段 100 巷 17 號 (02) 8919-3595

捌、公共意外險注意事項：

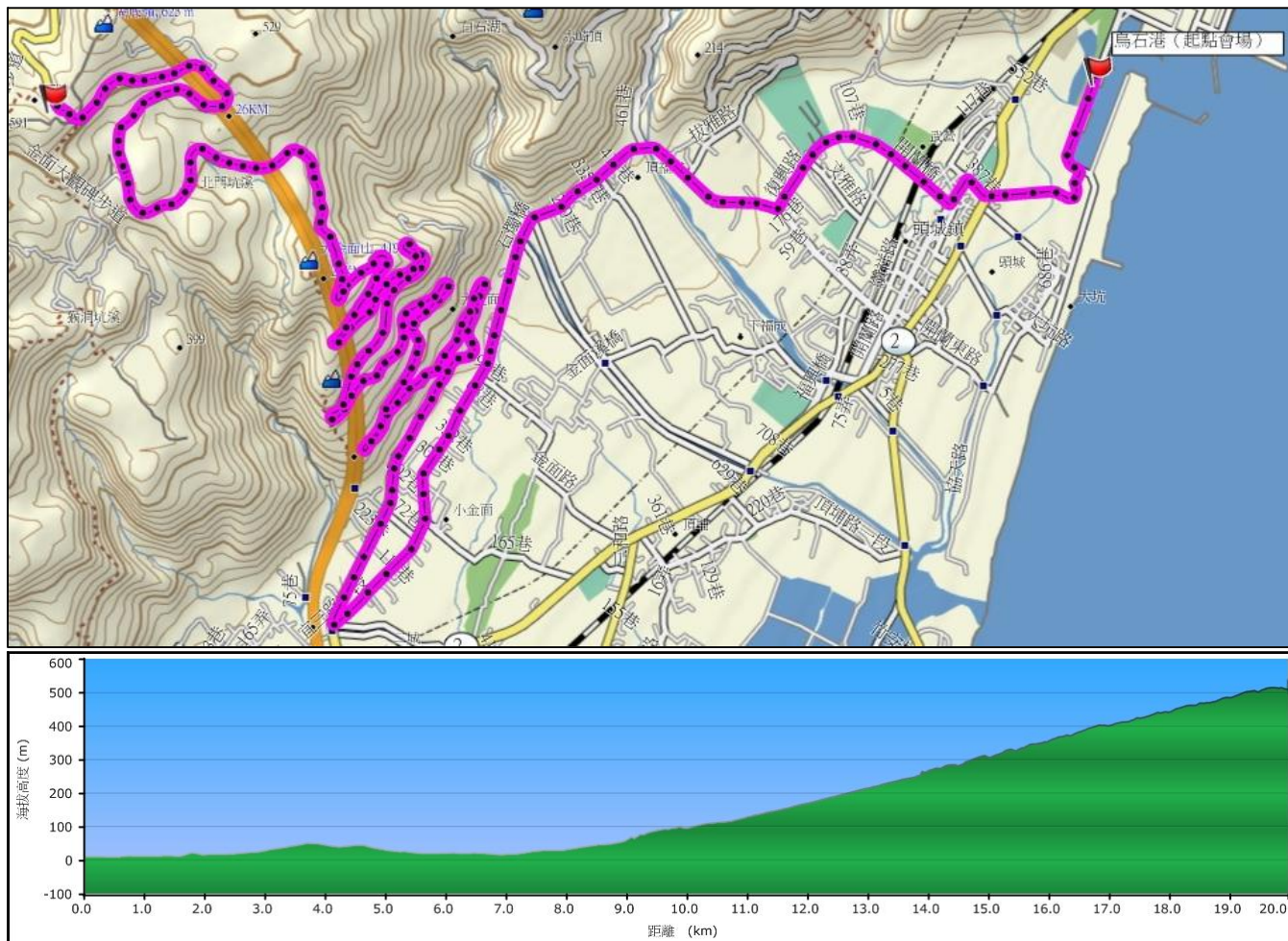
各位親愛的車友們：運動是保持健康身體的重要原素，請各位視自己騎車當日狀況量力而為，並請於活動前一日做充足的睡眠及當日騎車前 2 個鐘頭吃早餐。本會對於現場只做必要之緊急醫療救護，對於本身疾患引起之病症不在承保範圍內，而公共意外險只承保因意外所受之傷害做理賠。大會為本次活動針對參賽者投保每人新台幣壹佰萬元之公共意外險。(所有細節依投保公司之保險契約為準)，公共意外險承保範圍：

1. 被保險人因在保險期間內發生下列意外事故所致第三人體傷、死亡或第三人財物損害，依法應負賠償責任，而受賠償請求時，本公司對被保險人負賠償之責：**①** 被保險人或其受僱人因經營業務之行為在本保險單載明之營業處所內發生之意外事故。**②** 被保險人在經營業務之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。
2. 特別不保事項：**①** 個人疾病導致運動傷害。**②** 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。**③** 對於因本身疾患所引起之病症將不在保險範圍內，選手如遇與跟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。

玖、其他事項

1. 安全第一，大會裁判或醫師有權視選手體能狀況，中止選手繼續比賽資格，選手不得有異議。
2. 請隨身攜帶身份證明或健保卡備查。
3. 報到完成後，請小心保管號碼布及貼紙，遺失恕不再補發。無號碼布者將喪失參賽資格。
4. 大會有權將此項比賽之錄影、相片及成績於公開播放、展出、登錄於本會網站與本會刊物上。參賽者必須同意肖像與成績，用於相關比賽之宣傳與播放活動上。
5. 比賽前如遇颱風等人力不可抗力之天災，由大會以選手安全為考量，有權決定是否取消或擇期比賽，參賽選手不得有議。
6. 為環保因素，請參加車友於住宿飯店時，可儘量自備個人盥洗用具。
7. 請所有參與者盡量準備個人的環保筷，以為環境及地球盡份小小力。
8. 本競賽規程如有未盡事宜得隨時修正公佈之。

肆、活動路線圖與高度圖



場地佈置圖

