2025 仙境西拉雅 環騎 5COOL

「2025 仙境西拉雅～環騎 5COOL」活動，將從西拉雅國家風景區管理處以自行車騎乘前往烏山頭水庫後，再分別選擇騎往尖山埤水庫、白河水庫、虎頭埤水庫、曾文水庫等路線。歡迎有興趣民眾一同來參與，以自行車踩踏、遠眺連綿不絕的美麗鄉野景致、感受水庫湖光風景。

指導單位：交通部觀光署

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

活動日期：2025 年 09 月 13 日（星期六）

集合地點：西拉雅國家風景區管理處/台南市官田區福田路 99 號

活動路線：

1.西拉雅-烏山頭水庫-西拉雅，共計 8 公里。

2.西拉雅-烏山頭水庫-尖山埤水庫-西拉雅，共計 34 公里，總爬升 39 公尺。

3.西拉雅-烏山頭水庫-虎頭埤水庫-西拉雅，共計 64 公里，總爬升 64 公尺。

4.西拉雅-烏山頭水庫-白河水庫-西拉雅，共計 70 公里，總爬升 40 公尺。

5.西拉雅-烏山頭水庫-曾文水庫-西拉雅，共計 90 公里，總爬升 633 公尺。

活動流程：13：00　參加者報到、注意事項說明

14：00　開幕式、暖身操、大合照

14：30　鳴笛出發、五庫參訪騎遊

19：00　5COOL 大會師參加者陸續回到終點：發完成獎牌

13：00~19：00 草原市集

參加對象：歡迎對自行車騎乘有興趣者參與。

報名費用：每人新台幣 500 元。

費用包含：活動紀念衫、號碼貼、電子完成證書、保險、市集券 100 元、摸彩券。

單車租借：提供變速自行車租賃，每台新台幣 300 元(含安全帽)。

報名方式：採伊貝特線上報名，詳請瀏覽本會網站 www.cyclist.org.tw，另活動前將於本會網站公告行前通知。

報名日期：即日起至 08 月 25 日報名截止，或每條路線額滿為止。

代訂交通接駁：台北(善導寺捷運站捷運站 6 號出口)-台南(西拉雅國家風景區)接駁車：每人車接駁新台幣 800 元/每場次，來回 1500 元。

AM08:00 出發、集合地點：台北(善導寺捷運站捷運站 6 號出口)

PM19:00 集合。集合地點：西拉雅國家風景管理處

曾文水庫(收費亭)- 台南(西拉雅國家風景區)接駁車：每人車接駁新台幣 400 元

白河水庫- 台南(西拉雅國家風景區)接駁車：每人車接駁新台幣 400 元

虎頭埤水庫- 台南(西拉雅國家風景區)接駁車：每人車接駁新台幣 400 元

參加須知：

1. 本參加者係依自由意思，自主決定參加本自行車活動。
2. 本參加者已審閱主辦單位提供之本次活動相關之簡章、參加須知，並瞭解相關提醒事項及注意事項，且無異議。
3. 請視個人健康狀況參與。有不適時請至路邊安全處休息，勿超出個人身體負荷。
4. 大會工作人員有權視參加者體能狀況及道路安全等狀況，決定中止落後距離過長 參加者暫停或中止活動，參加者不得異議。
5. 不限車種，需有完整煞車系統，參加者於活動全程中均需正確配戴自行車專用安全帽。
6. 水壺必需使用自行車專用水壺。為避免水壺於行進間掉落影響後方車友安全，請務必於行前檢視並調整水壺架，保持水壺能穩固安置。
7. 活動前請務必詳實檢查自行車零件與胎壓，保持最佳車況，以維安全。
8. 請務必遵守交通規則，順向靠右行進，以確保安全。
9. 本活動為非競賽性質之活動，活動無（排除其他用路人式的）交通管制，部份路段由工作人員引導與交通疏導。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。
10. 所有參加者務必遵守交通規則與號誌，騎乘於右側車道或靠邊騎乘，不可逆向。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。
11. 參加者需隨身攜健保卡或身分證明文件。如有受傷請當日就醫，並開立診斷證明及收據，以利保險理賠。
12. 自行車挑戰、活動有一定難度，參賽者應自行注意身體健康情況並衡酌參加挑戰活動可能產生之風險。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，不得參加本挑戰、活動（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）。

13. 參加者於挑戰活動期間發生跌倒或碰撞等事故在所難免，主辦單位對於該等事故不負任何保險承擔以外之賠償責任。
14. 主辦單位已為本次挑戰活動投保每人新台幣 100 萬之「旅遊平安險」。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之不足，請自行加保其他有效之個人保險。「旅遊平安險」的承保內容，請參閱附件一(請點此)。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。
15. 依據保險法條文規定，未滿 15 歲之未成年人為被保險人投保之人壽保險或傷害保險保單，15 歲以前不能含有身故給付。
16. 本活動為非競賽活動，不提供排除其他用路人使用活動路線之交通管制，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。
17. 報名者承諾所填寫之個人資料均屬實；若資料提供有誤，一切後果將由提供人自行承擔。
18. 若活動日天氣狀況不佳，大會將於行前會議宣布因應之事宜，例如提早結束活動、或變更活動終點等的可能性。
19. 活動中如遇颱風或其他不可抗力之天災或事況，由大會以安全為考量，有權決定是否取消或改期或改用其他替代路線與方式，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，相關訊息將另行公告。
20. 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，參加者必須同意肖像、成績、媒體/網路報導圖文，得用於活動相關宣傳與播放。
21. 請參加者發揮自行車友愛護環境的風範—愛山樂水、絕對不亂丟垃圾。
22. 主辦單位保留接受報名與否之權利。
23. 本辦法若有未盡事宜或任何變更，主辦單位有權更動以維參加者之安全。
24. 報名後請注意：本會網站及 Facebook 上會陸續公告活動最新資訊，請隨時留意。

25. 本活動由交通部觀光署西拉雅國家風景區管理處委託本會辦理。活動拍攝之照片、影片將做為交通部觀光署及交通部觀光署西拉雅管理處後續活動宣傳使用，如不同意，請勿報名。

26. 本活動所蒐集之個人資料(身分證、電話、地址、出生年月日)將做為活動保險及相關作業所需，並將於本案活動結束後銷毀，如不同意提供，請勿報名。

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

官方 LINE：@730qmryb 網址：www.cyclist.org.tw

紀念衫樣式：(僅供參考)

(單位公分)	XXS	XS	S	M	L	XL	2L	3L
胸寬	42	45	47.8	50.8	53.5	56.5	60.5	63
衣長	55.5	59.5	64.5	69.5	71.5	74	77	79

平放丈量 誤差值正負5% 內皆屬正常。