

環日本北海道單車壯遊隊

北海道面積 8 萬 3000 平方公里，為台灣的 2.3 倍，以自然與原始風光為人稱道。就讓我們在北海道最怡人的夏日時分，環繞北海道一圈，踩著單車深入探訪北海道的主要自然美景，美瑛山丘和拼布之路、富良野花田、十勝平原、釧路濕源、知床秘境國家公園、鄂霍次克海岸、サロマ湖、增毛斷崖地形，騎一趟和別人不同的北海道單車壯遊。



活動特色：

1. 由於北海道比台灣大 2 倍多，要騎單車環繞北海道和探訪分布遼闊的主要景點，將會費時費力；所以我們特別安排搭配巴士+單車環繞北海道道央、道東地區一圈，不需要花費太長的旅行時間，就可盡覽北海道夏日時的主要景點。
2. 行程多元化，以北海道夏日的景點、自然生態、風俗民情、休閒渡假為主體，豐富有內涵。也特別安排在行程的景點內騎單車深入探訪，才能體驗當地的自然風光及風土民情。不會如其他單位舉辦的北海道單車行，大部分只集中在一個地區騎單車，在有限的時間和路程距離的限制下，而無法將單車旅行的騎跡，延伸到別的地區；如此只有到北海道騎單車而沒有機會再探訪一些主要景點，而難免會有遺珠之憾。
3. 住宿以溫泉 HOTEL+民宿搭配，100% 深入北海道的自然和人文嚮宴。
4. 安排夏遊北海道一定要去的美瑛山丘拼布之路和富良野的花田，騎著單車陶醉在繽紛的自然色彩和花香撲鼻的幸福感覺中。
5. 搭乘ノック濕原火車+單車，探訪日本最大濕原-釧路濕原，丹頂鶴的故鄉。
6. 騎單車進入世界自然遺產的日本最後秘境-知床國家公園。
7. 騎單車沿著鄂霍次克海岸公路，住宿サロマ湖畔溫泉飯店可欣賞全日本最美的落日美景。
8. 沿著北海道環道最後開通的道路，增毛斷壁懸崖海岸公路行進，欣賞日本海美景。
9. 餐食安排，早晚餐皆於飯店內用餐，午餐於路途中自選當地店家，體驗日本生活民情。
10. 由於日本消費很高，單車遊程天數較長，並且需要安排和增加一些相關服務(如單車及單車領隊)，所以團費會比傳統旅行團高些，但絕對比旅行團，更深入感受體會北海道的風光。
11. **國外單車旅行團隊最麻煩和困擾的就是單車運輸問題，也會因此增加一些服務成本及個人的額外費用，因此本行程特別請日本 Local 提供專業的單車與支援車輛。**
12. 在行程中不必擔心單車的故障維修和零件備品問題，故障排除會有工作人員協助處理，如非人為的故意行為，遇內外胎、煞車系統、鍊條等故障問題，維修零件也可免費提供。
13. 單車旅行會用比機動交通工具較慢的速度，在點和點之間的路線前進和活動，所以可享受到不同的景觀和視覺，而產生更多的感受體驗；並與當地的社會和環境，有較多的互動機會；因此成為壯遊最佳的交通工具之一。我們注重是如何透由單車的踩踏，更深入的體驗沿途風土民情及風光。
14. 此次壯遊沿途行經的環境不同於台灣，所以壯遊進行中，我們會特別注重戶外風險管理，以降低團隊及個人的風險機率。因此每日實際的騎車路程，將會依據路途環境中的天氣、時間、路況、隊員的適應力、團隊體力等因素做機動調整和管理，團員可輕鬆騎車賞景。

活動日期：2014年07月20日-07月28日 共9天

參加資格：

1. 此次單車行程歸類於中級路線，適合體力能夠負荷日騎50公里以上和騎乘彎曲陡上下坡山路技術熟練者參加，如沒有國外單車旅行經驗也可參加。
2. 單車騎乘中會有一些突發狀況，需要成員的合作、協助、幫忙及互相照應；因此適合有團隊合作精神，並樂意協助和付出者。
3. 有意願的參加者，麻煩將報名表回傳主辦單位。主辦單位在接到報名表時，會評估及審核參加者的能力、觀念和資格是否符合本次的單車壯遊後，再通知參加者能否參加本次的活動。

預估費用：

新台幣 77,000 元 (參加者 15 人以上費用)。由於本單車行程特殊，所以本費用為預估，確定費用以開始安排成行作業時之費用為準。

費用包含：

1. 團體來回經濟艙機票、機場燃料稅、兵險
2. 當地交通活動
3. 住宿
4. 部分餐(早餐、晚餐)
5. 旅遊保險(旅遊平安險 500 萬、10 萬醫療險)
6. **北海道 Local 提供的 單車 及 支援車**
7. **北海道當地單車導遊**
8. 單車領隊

費用不含：

1. 新辦護照 (NT1,500)
2. 當地導遊與司機感謝金(NT2,700)
3. 部份餐食(午餐、自由活動時晚餐)

注意事項：

1. 行進中輕裝方式騎乘，行李及不必要的騎乘裝備可置放於車上，巴士會在可停車的地方等候。
2. 公路的路況大部分為柏油路面，但會因修路或年久失修而有部分的泥石或坑洞路面。而設置在道路旁的自行車專用道，有些路面不平並有高低坡坎，通過時極易摔車，騎乘時要特別注意。行程中也會行經一些彎曲的陡上下坡的丘陵山路，連續的髮夾彎山路、長隧道，和交通流量較高的路段，要特別留意個人的騎乘技術、單車狀況和交通安全。
3. 行程大部份在北海道的鄉間地區行進，午餐自理方面，由於部分路段是騎在鄉道或自行車路線上，沿途經過的村鎮較小，能提供餐飲的選擇不多；建議可準備餅乾、麵包和乾果、巧克力或糖果等高熱量食物，做為午餐食物。
4. 部分民宿如標茶、知床港、增毛等地，由於當地特色、房型和條件等因素，房間安排會以2~6人不定；另外民宿大部分為公共衛浴設備。
5. 活動沿途大部分會在海岸、鄉間、丘陵和山嶺活動，其中海拔最高為知床峠(740m)。
6. 活動提供之單車，如因使用人之疏忽或意外，而造成單車的損壞或遺失，維修或賠償費用由單車使用人支付。

行程內容：

Day01 07/20 台北→札幌—美瑛 CI：130（08:40/13:30）

今日搭機飛往北海道札幌後，搭乘巴士前往美瑛，準備展開北海道單車深度之旅。
住宿：美瑛リゾートハウス BIBI [4-6 人一室] 餐食：早/自理 午/機上 晚/HTL

Day02 07/21 美瑛單車遊（單車 50K）

整日輕踩單車遊美瑛之丘，上、下午騎乘拼布之路+景觀之路。美瑛有層次分明的丘陵線，這裏的地平線美的讓人看不膩，農田像是老天爺製作出來的自然拼布。

住宿：美瑛リゾートハウス BIBI [4-6 人一室]

餐食：早/O 午/自理 晚/HTL



Day03 07/22 美瑛—富良野>十勝川溫泉（單車 45K + Bus130K）

上午：騎單車從美瑛出發前往富良野地區的花田「日出公園、富田農場」。七、八月紫色的浪漫滿佈富良野，大片大片鮮艷的花田，濃烈的花香會醉人的！

下午：搭車前往十勝川(車行 2.5hr)，晚上可享受泡湯樂趣。十勝金鞭草溫泉，又有美人湯之稱。

住宿：十勝川大平原溫泉旅館 [兩人一室]

餐食：早/O 午/自理 晚/HTL



Day04 07/23 十勝川—釧路=釧路濕原—標茶（單車 40K + Bus 116K + 火車）

上午：從十勝川搭車前往釧路(車行 2.5hr)，途經十勝平原，平原一望無垠，牛群悠閒的吃草讓人體驗到北海道遼闊的鄉野景緻。

下午：從釧路搭乘ノロッコ濕原火車到塘路駅(火車約 50 分)，開始騎單車深入釧路濕原後騎抵標茶。沿路可深入一覽日本最大濕原-釧路濕原，丹頂鶴的故鄉；一眼望去，皆是遼闊的自然美景。

住宿：オ-ロラファ-ムビレッジ農場民宿，這裡的溫泉為 100% 金邊草美人湯，零稀釋~ [民宿 2-5 人一室] 餐食：早/O 午/自理 晚/傳統圍爐燒烤



Day05 07/24 標茶—羅臼—知床五湖—知床 (單車 35K + Bus 132K)

上午：從標茶搭車前往知床峠(740m)(車行 3.5hr)，途經日本最東的漁港-羅臼漁港，可休息看海鷗。

下午：騎單車進入世界自然遺產的日本最後秘境-知床國家公園，徒步遊完知床五湖後，再踏上單車沿著鄂霍次克海岸的起伏山路騎到知床港。

住宿：漁師の家ランタン(航灯)[民宿 2-4 人一室]

餐食：早/O 午/自理 晚/漁師料理



Day06 07/25 知床—小清水原生花園—網走—サロマ湖溫泉 (單車 75K+ Bus 56K)

環能取半島，一路騎到サロマ湖，サロマ湖是北海道第一大湖，也是日本第三大湖，住宿サロマ湖畔溫泉飯店可欣賞全日本最美的落日美景。

住宿：サロマ湖溫泉飯店 [兩人一室] 餐食：早/O 午/自理 晚/HTL



Day07 07/26 サロマ湖—苫前—増毛 (單車 45K + Bus 260K)

上午：從サロマ湖搭車前往苫前(車行 3.5hr)，可欣賞天鹽岳道立自然公園美景。

下午：從苫前騎單車前往増毛，沿著日本海岸線行進，沿途可欣賞田園風光及海岸線美景。

住宿：漁師の宿(清宝)[民宿 2-6 人一室]

餐食：早/O 午/自理 晚/漁師料理



Day08 07/27 増毛—厚田—小樽 (單車 70K + Bus 64K)

上午：從増毛行車經雄冬岬、川下、厚田，沿著斷壁懸崖的海岸線行進欣賞日本海美景，此段為北海道環道最後開通的道路，依山傍海，斷崖絕壁景色壯麗。

下午：單車由道民之森到石狩(單車 50K)，搭車前往小樽(車行 1.5hr)，抵達小樽後自由活動。可在小樽運河周邊賞景、運河商圈自由購物；夜宿小樽運河邊飯店，夜景一級棒!

住宿：小樽 SONIA 飯店 [兩人一室] 餐食：早/O 午/自理 晚/請自理

Day09 07/28 小樽>千歲→台北 CI：131 (15:00/18:05)

上午：札幌市區參觀:舊道廳、時計台、大通公園…

赴千歲機場搭機返台。

餐食：早/O 午/自理 晚/機上



預約和報名方式：

1. 請將下列的報名表、單車壯遊同意書詳細填妥，用傳真或 E-mail 方式傳回本會。
2. 我們收到您的報名表時，將會與您聯絡確認收到表單。如一直沒有接獲我們的電話時，麻煩來電確認我們是否有收到預約單。
3. 主辦單位會評估及審核參加者的能力、觀念和資格是否符合本次的單車壯遊後，再通知參加者能否參加本次活動。
4. 經主辦單位確認您可以參加本次活動之後，我們會請您開始預訂機位、辦理相關手續和繳交訂金，以便確定人數及支付相關的作業訂金。
5. 當報名人數不足 15 人時，我們會抱歉的通知報名者，當次活動取消。

主辦單位：單車環球壯遊聯盟

中華單車文化協會、臺灣自行車旅遊協會、東風旅行社、發現者旅行社、寶巖旅行社、中國西安美景時光旅行社、日本北海道サイクリングツアー協会、馬來西亞砂拉越荒野保護協會壯遊組、奧地利維也納 Apollo Express International

聯絡電話：中華單車文化協會 03-4072711 臺灣自行車旅遊協會 0922-449-449
東風旅行社 07-2152977
網站：www.taiwanbike.com E-Mail：taiwanbike1998@gmail.com

2004~2013 年海外單車首發團隊全紀錄：

- 2004年~ 婆羅洲沙巴山海單車隊
- 2004年~ 雲南滇西北單車隊
- 2005年~ 西藏珠穆朗瑪峰基地營單車挑戰隊
- 2007年~ 中國北新疆單車隊
- 2008年~ 尼泊爾喜馬拉雅單車隊
- 2008年~ 日本北海道單車隊
- 2009年~ 絲路親子單車壯遊
- 2009年~ 穿越巔峰-川藏公路318國道單車挑戰隊
- 2011年~ 九寨溝、黃龍、若爾蓋單車壯遊隊
- 2011年~ 環球傳騎/分時分段單車環球壯遊Part I 中國絲路段：北京-新疆
- 2012年~ 泰國清萊國際MTB off-road趣味賽
- 2012年~ 環球傳騎/分時分段單車環球壯遊Part II 中亞絲路段：哈薩克-土耳其
- 2013年~ 環球傳騎/分時分段單車環球壯遊Part III 橫越歐洲段：土耳其-荷蘭