



約書亞探索體驗學校

## 2018 青少年花東單車旅行體驗營行程表

行程日期 2/10(六)~2/14(三) ，5 天 4 夜

出發集合時間地點 2/10(六) 6:00 在台中火車站二樓售票口集合

解散集合時間地點 2/14(三) 17:30 在台中火車站月台內解散

注意！！麻煩各位家長協助購買月台票進入月台幫忙上下行李。

聯絡窗口 熊老師 0972-810720/04-22523330 / Line ID：s2894134

麻煩各位參加營隊學員的家長，請加入熊老師的 Line，熊老師將會建立 Line 群組，方便公告事情。

### 強調

單車旅行，體驗教育，生活自理，同儕互助，挫折忍耐力，肯定自我價值，培養自信，情緒管理

### 旅行方式

我們是利用單車搭配部分天數露營的旅行方式，讓孩子親近大自然並擁有自己動手做的體驗。為了讓孩子靠著自己的力量完成挑戰，我們將沒有補給車服務，行李馬鞍包必須掛在單車後面的貨架上，自己的行李必須自己載運。我們倚靠的是團隊互助合作，彼此激勵來完成旅程。

【全程約 220KM • 平均每日騎乘約 44KM • 平均時速約 10-15 KM】

Day 1 2/10(六)	景點	小野柳，加路蘭海岸
	路線	火車：台中市→台東市 (台中到台東，自強號 371 車次，06:43~12:05，5 小時 22 分) 單車：台東火車站→東河部落屋，38.4 公里
	景點介紹	<p><b>小野柳</b> 小野柳位於富岡漁港北方的海域，是東部海岸最南端的風景據點，因為地形和岩石在種類上，與北關的野柳外貌相似，因此被稱為「小野柳」。此地巨大的珊瑚礁群曲折迷離，岩上並有蔓榕生長，景觀十分特殊。天氣晴朗時，從小野柳向東望去，可以清楚地看見約 33 公里外的綠島，以及由富岡漁港出航前往綠島、蘭嶼的交通船！彷彿配合海的律動和藍天的變化，形成驚人的自然景觀，是賞奇岩、坐臥沉思、觀海聽浪、賞魚戲水、看寄居蟹玩耍的好去處！</p> <p><b>加路蘭</b> 加路蘭有一大片寬廣的草坪、休憩涼亭、解說站以及觀景台，不但提供了東海岸旅行的最佳休息站，也是個很適合的拍照景點，遊客們可在海邊聽海浪、吹海風，一邊迎著和煦陽光渡過悠閒時光。除了欣賞自然美景之外，區內也有不少由漂流木所組成的裝置藝術作品，其中有兩條魚矗立在海邊，取名為「我的好朋友」的裝置藝術作品，上面寫道：「歡迎過路的旅者，有一個輕鬆愉快的旅程！」其他還有「類窗櫺」、「日昇之舞」、「風車組」、「哭泣的露珠」等，連休憩涼亭中的裝飾也可見漂流木的蹤影喔！每年夏秋之際的加路蘭手創市集集結一群東海岸藝術創作愛好者，一同以趕集的形式聚集在加路蘭，並著重自然素材創作的表現，包括露天影展、在地樂團輪番呈現的表演，讓來到東海岸的遊客們，漫步、遊逛市集，分享並親身體驗自然、簡單、創意與熱情原味的島嶼海洋風情。</p>
	餐點	早：自理      中：當地餐廳      晚：當地餐廳
	住宿	東河野營
Day 2 2/11(日)	景點	三仙台，比西里岸部落，奇美部落
	路線	東河部落屋→三仙台→比西里岸→奇美部落(75.6 公里)
	景點介紹	<p><b>三仙台</b> 位於台東縣成功鎮東北方的三仙台，是由離岸小島和珊瑚礁海岸所構成，島上奇石分布，其中有三塊巨大的岩石，傳說呂洞賓、李鐵拐、何仙姑曾登臨此島，因而得名。</p> <p>三仙台島的地質屬於都巒山集塊岩，原來是一處岬角，因海水侵蝕逐漸斷了岬角頸部，而成了離岸島。過去想參訪三仙台的遊客只能利用退潮時，涉水而過，1987 年完成了八拱跨海步橋，它的波浪造型，宛如一條巨龍伏臥海上，銜接三仙台和本島，已成為東海岸極為著名的地標。</p>

		<p><b>比西里岸部落</b></p> <p>「比西里岸 Pisirian」是位於台東縣成功鎮三仙社區一個濱海的小部落，「siri」是山羊的阿美族語，過去居住在此地的阿美族人利用海潮起落，在三仙台島上放養羊群，也因此，「pisirian」意思是「養羊的地方」。</p> <p>隨著時代變遷，部落已看不見羊群，有感於部落青年人口不斷流失、阿美族年齡組織的文化斷層等現象，三仙社區發展協會陳春妹理事長夫婦與在地居民、孩子、藝術家們齊心努力推動社區營造，打造部落發展新氣象。目前部落裡不僅有美輪美奐的部落文化活動中心及滿佈四周的木作羊群，亦有由部落孩子組成，揚名海外、氣勢磅礴的「paw paw 鼓樂團」。</p> <p><b>奇美部落</b></p> <p>對許多外地人而言，奇美是個充滿了傳奇色彩的部落。因為奇美是阿美族的文化發源地，擁有豐富的文化資產。早期因為奇美交通不便，部落接受現代化與漢化很晚，一直處於傳統封閉的狀態。奇美部落一直到民國 53 年才有電，民國 75 年部落聯外的瑞港公路才開通，民國 81 年才有電話。一直到民國七〇年代，部落居民仍普遍居住在傳統的茅草家屋裡。到現在奇美部落仍然相當完整的保存許多傳統的智慧，年齡階級訓練的機制也依然嚴格的傳承下去。</p>
	餐點	早：當地早餐店 中：當地餐廳 晚：當地餐廳
	住宿	奇美部落野營
Day 3 2/12(一)	景點	193 縣道，馬太鞍濕地，大農大富平地森林園區，花蓮觀光糖廠
	路線	奇美部落→大農大富→馬太鞍→欣綠石頭屋 (31.7KM)
	景點介紹	<p><b>193 縣道</b></p> <p>一條不是自行車道卻又十分經典的自行車道。我不能說它是單車騎士們一定要騎的路。但 193 絕對獨享臺灣縣道的三項之最----最長、最美、並且最適合騎單車。不管你的雙腳已經踩了幾天，環島與否、旅行或剛出發而連接到此，都會驚嘆！</p> <p>任何一位忙碌的人，在享用完美味的早點後，也同時是隱身縱谷最佳的時刻，因為清晨與雨後，縱谷最美！是山嵐飄渺的緣故，不論是對山的中央山脈，還是 193 身處的海岸群山，近身到遠處，虛與實交互著，此時的蟬鳴鳥叫起自雙腳迴轉的留聲機，或恣意、或驚飛；在稻禾生長期，路上盡是緩緩梯田綠意，休耕時節則是花朵原野，處處彩衣，阡陌中的農舍還有幾分孤芳自賞的意味，在遠遠對比著清新藍天下的渺小。</p>

### 馬太鞍濕地

馬太鞍濕地生態園區位於花蓮光復鄉馬錫山腳下，依傍中央山脈，三面環山，是一處天然的沼澤濕地，佔地面積近百公頃。馬太鞍「VATAAN」是當地阿美族對樹豆的稱呼，這種樹豆阿美族人將其視為吉祥物，隨身攜帶，到處播種，馬太鞍這一帶即以「長滿樹豆的地方」而得名。

經過羊腸小徑，在欣綠農園入口處可見一大招牌「來去蓮荷國」，沿著木棧道走進去，眼前畫面令人驚豔。遠方山巒層層疊疊，清澈的芙登溪由南向北蜿蜒穿流整個濕地，和源源不絕的伏流湧泉，共同營造出豐富多樣的生態環境，滋養這片沼澤豐美的生命。園區裡多達近百種水生植物，其中開著黃色小花的台灣萍蓬草可是台灣特有種；而鳥類、蛙類、豆娘與蜻蜓，及水中魚蝦貝類的種類與數量，更是多得令人驚喜。

### 大農大富平地森林園區

「大農大富平地森林園區」位於花蓮縣光復鄉，地處花東縱谷，兩側是中央山脈與海岸山脈。位於中央山脈與海岸山脈之間，1,250公頃的園區，相當於48座大安森林公園，可說是名副其實的超級吸碳造氧機。這裡種了近20種，逾百萬株低海拔常見的樹種，好看、好用，與人類的的生活息息相關。涵養大地，供應人類與其他動物日常所需，它們的丰姿、色彩，是大地最美的一頁詩篇。

整體大農大富平地森林園區的規劃以結合周邊農業、城鄉文化、社區營造及環境教育等產業與資源，打造符合生態、節能、減碳、健康導向的規劃與設計，企圖形成多元知性旅遊場域，且與縱谷內遊憩景點連線，提供優質遊憩服務，同時希冀可為平地森林、在地生態景觀、地方居民生活、國人身心健康與環境產業的永續再創新機。

### 花蓮觀光糖廠

花蓮觀光糖廠歷經數十年的擴建與更新，製糖產量與品質大幅提升，而為了供應花蓮觀光糖廠的製糖原料，北起新城鄉，南至富里鄉，都可見到廣闊的甘蔗田，成為花東縱谷裡的特殊景觀。除了生產砂糖之外，花蓮觀光糖廠冰品部裡各種口味的冰棒與冰淇淋更是廣受歡迎，無論是外地遊客或本地人，「到糖廠吃冰」早已成為大家心中充滿歡樂氣氛的共同記憶。

花蓮觀光糖廠旁有一排排整齊的日式平房，是別處難得一見的大規模日式建築群。這些檜木房舍都是建於日據時期的糖廠員工宿舍，至今仍保存良好，歷經數十年的歲月，呈現出一股濃濃的懷舊風情，成為花蓮觀光糖廠珍貴的文化資產。

	餐點	早：當地早餐店 中：當地餐廳 晚：當地餐廳
	住宿	欣綠石頭屋民宿
Day 4 2/13(二)	景點	七星潭
	路線	欣綠石頭屋→七星潭→花蓮市 (58.3 公里)
	景點介紹	<p><b>七星潭風景區</b></p> <p>七星潭是花蓮縣唯一的縣級風景區，乍聽之下似乎是一個星星狀的湖泊地形，但初到七星潭，肯定會被那新月型的海灣給迷惑，又稱月牙灣的七星潭是個湛藍的礫石海灣，海灣的末端依著高聳的中央山脈，那幅山海邂逅的畫面讓多少人為此陶醉。</p> <p>位於新城鄉東北角海濱的七星潭，除了弧形海灣令人著迷外，海水潔淨蔚藍，清晰可見浪濤中的石礫，原本只是一處平靜的小漁村，因擁有得天獨厚的自然地理環境，加上簡單的賞景步道、海邊亭台、觀日月樓、賞星廣場等設施，讓遊客都能盡情徜徉於碧海藍天之中。夜間無光害的海灘無論賞星、賞月或只是單純想聽聽石礫與海濤的歌唱都是最佳選擇。</p>
	餐點	早：當地早餐店 中：當地餐廳 晚：當地餐廳
	住宿	回然慢時旅居民宿
Day 5 2/14(三)	景點	花蓮文化創意產業園區
	路線	花蓮市→台中市 (花蓮到台中，自強號 273 車次，13:28~17:23，3 小時 55 分)
	景點介紹	<p><b>花蓮文化創意產業園區</b></p> <p>位在花蓮市中心，建於一百年前，是為佔地 3.3 公頃的歷史聚落。這個涵蓋 26 棟老廠房倉庫、優雅俐落的園區，將於三年內(2012~2015)陸續整備開放，空間內容包括展覽、演出、餐飲、特色商品、育成講座、旅遊資訊等。預期透過文化藝術活動及商業服務，形塑一充滿文創活力與當代生活風格的聚點，同時也是花東休旅最佳場域。</p>
	餐點	早：當地早餐店 中：當地餐廳 晚：自理
	住宿	台中溫暖的家