

Q：主辦單位為何會將出發時間訂在 3 月 29 日（星期六）下午 2 點？

- A：1、因考量長距離騎乘需有充分睡眠，主辦單位希望各位星期五能在家一夜好眠，星期六清晨出發前往花蓮於中午前到達，有較充分時間辦理報到及賽前準備工作。
- 2、關門時間為 3 月 30 日（星期日）上午 10 時，也是考慮讓大家賽後仍有時間休息及返家。

Q：極限挑戰 300K 需要徹夜不眠騎乘嗎？

- A：1、極限挑戰非一般公路賽勿需一口氣騎乘完成，最重要的是如何能在關門前到達終點，因此需先擬定一份自己的攻略計畫。
- 2、大會規定 20 小時也就是每小時平均時速 15 公里（15KX20H=300K）。
- 3、因此需將自己的攻略計畫將平均時速提升至 20~25 公里亦就是說完成 300 公里須費 15~12 小時，如此就有多出來的 5~8 小時作為補給或長休息時間。
- 4、例如：0329 日 1400 時出發騎乘至 2300 時計有 9 小時，如以時速 20~25 公里換算距離計已騎乘 180~225 公里尚餘 120~75 公里，此時以到半夜時分可計劃作長時間休息（睡覺）至 0330 日清晨 4~7 時再出發（視剩餘里程決定何時）完成剩下的里程，於 1000 時到達終點完成挑戰。

Q：關於補給站的問題？

- A：鑑於縣 193 人口稀疏商店較少，因此主辦單位在此縱管處會設立補給站一處兼檢查點，台 9 因便利商店較多故不設補給站。

Q：關於車輛維修問題？

- A：由於賽程長達 300K，無法每 3~5 公里就設置一組維修站。因此強烈建議車友必須結伴同行，並且同行隊友裡面必須有人攜帶維修工具，可以協助進行簡單的機械維修(如落鏈、換胎、補胎以及打氣等等)。另外大會設有巡迴裁判，若遇到無法克服的機械障礙時，可以呼叫緊急聯絡電話。

Q：挑戰者可否自備補給車、機械師、按摩師及廚師？

- A：原則上不反對自備補給車，惟需與挑戰者保持安全距離，夜間亦可以跟隨於挑戰者後方為其照明。

Q：300K 長途挑戰活動是否區分車種？

- A：洄瀾極限挑戰系列賽是屬於長途挑戰賽，並不是公路競賽，因此無車種及年齡之分組。

Q：大會是否提供人員及單車的載送服務？另外於賽事活動期間是否提供衣物寄放服務？

A：由於參賽的挑戰者來自全國各地，因此無法提供完善的載送服務。挑戰者必須利用鐵公路等大眾運輸工具，或是結伴開車自行前往報到處(花蓮鯉魚潭)辦理報到。至於衣物等非貴重物品可以暫放大會指定的集中處，但大會不負保管之責，請挑戰者將貴重物品隨身攜帶。

Q：請問大會可否在一年內舉辦 200km、300km、400km 以及 600km 等 4 場長途挑戰賽，並頒發 Super Randonneur 超級自行車手頭銜給完成之挑戰者？

A：國內的長途自行車賽挑戰活動才剛剛開始萌芽，我們將循序漸進，讓國內的極限挑戰愛好者能夠多多了解並且親身參與此項運動。因此大會在今年度將不會舉辦這麼多場的長途自行車挑戰賽，或許在整個極限挑戰風氣成形，並且累積豐富的舉辦經驗之後，可以試著讓頂尖挑戰者爭取 Super Randonneur 超級自行車手頭銜。

其他未公佈之項目，將依據國際極限挑戰(BRM)之規定辦理（公佈於 <http://www.tpe-bike.org.tw>），如有其他建議歡迎來信告知，來信請寄 jack@tpe-bike.org.tw