

<<迷戀單車國道>>

图书基本信息

书名：<<迷戀單車國道>>

13位ISBN编号：9789862890516

10位ISBN编号：9862890517

出版时间：2012-3-9

出版时间：墨刻

作者：陳忠利 Eddie Chen

页数：352

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<迷戀單車國道>>

內容概要

本書作者陳忠利(Eddie Chen)和太太Toby，從一個忙碌於工作與家庭的上班族，利用短暫的假期或夜晚，共同逐步成為愛好單車運動的騎士，他把個人的騎乘故事放在網路上與網友分享，進而成為單車部落格人氣作家。

經過多年的騎乘與分享之後，他將台灣以海拔高度區分，透過遊記方式來紀錄台灣全島的經典單車路線，每一篇除照片和文字外，均有詳細的路線時程和規劃建議，不但能帶領讀者體驗台灣騎車樂趣，也是一本台灣單車旅遊必要收藏的工具書。

全書主要分成兩大部分，第一部分共有24條經典路線，從海拔0到3275公尺，分成「轉動

<<迷戀單車國道>>

作者簡介

陳忠利 (Eddie Chen) 1964生，五專機械科畢業，台灣雲林人，服務於汽車產業。

個性熱愛大自然並樂於冒險和挑戰，當接觸單車後，深覺這項運動可以在健身之餘，更能夠親近自己的土地，因此透過親自的體驗及分享，積極推動「台灣?用騎的最美！」的概念，希望能讓更多人從事這種健康環保的運動。

<<迷戀單車國道>>

書籍目錄

序 - 踩出踏板之前一、轉動芬多精1.《相約冬季下雪後》~ 驚豔黃金聖稜線 大鹿林道 - 樂山林道2.《4+2+2連騎帶爬》~ 四季 / 嘉平林道 加羅湖夢幻單車遊3.《雨中越嶺》~ 傘兵車限定！

桶後越嶺逆騎探路4.《親子闖十二生肖關卡》~ 處處杉林香 溪頭 - 杉林溪親子遊二、踏遊覽勝1.《火車，單車，船》~ 賞鯨烏石港賞鯨+草嶺隧道+東北角海岸一日遊 2.《淡水河的地中海藍》~ 新寵報到-單車淡水左右岸試車遊 3.《挑戰司馬庫斯前曲》~ 陽金單車P字山道家庭版4.《森林教室單車課》~ 從斯馬庫斯到司馬庫斯5.《最浪漫的公路》~ 小一號「武嶺天堂路」，102道路三、橫斷探索1.《小五生單車成人禮》~ 北橫公路單車一日行 2.《越過台灣的脊樑》~ 中橫公路東進/宜蘭支線出 3.《雲海的故鄉》~ 阿里山 - 新中橫單車行 4.《一眼看不完》~ 南橫公路單車逆騎，美景就在清早的爬坡時刻四、慢活花東1.《花東縱谷西麓》 2.《不要環島，只要蘇花》 3.《環花東海岸山脈 350km》 4.《期待曙光再起》~ 金針山/太麻里山單車一日遊 5.《一天的環島夢》~ 台東綠島環島公路18KM單車一日遊 6.《山海鐵馬道》~ 台東環市自行車道五、追櫻逐楓1.《兩大山脈間的桃花源》~ 海拔1800M自行車道超感動誌 2.《在地楓香情》~ 霞喀羅古道（養老段）4+2+2單車賞楓 3.《往北台灣中間走》~ 武道能敢+石磊部落單車賞楓 六、特別收錄12條北台灣單車推薦路線 1. 隔世賞花小徑 - 三芝櫻木花道 2. 浪漫聞茶香 - 貓空 / 阿柔洋產業道路 3. 探索極東 平溪 - 雙溪 - 貢寮 / 北部濱海公路 4. 新店的後花園 獅仔頭山 + 平廣溪生態步道 + 廣興自行車道 5. 烏來單車專屬賞櫻道 西羅岸道路 6. 別遺忘的好地方 - 烏來福山村（卡拉莫基古道 / 哈盆越嶺古道） 7. 霧林裡的綠色單車國道 土場 - 太平山 - 翠峰湖 8. 綠色時光隧道 清石林道 - 霞喀羅古道 9. 速度和跳動的迷戀 羅山林道北線 10. 好山好水好路線 宜蘭河自行車道 + 雙連埤 11. 縱貫鐵路最高點也是單車的起點 勝興車站、鯉魚潭水庫、薑麻園環線 12. 百里自行車道 大漢溪左岸自行車道+石門水庫賞楓 七、Eddie規劃路線的秘方路線規劃：1. 用google maps規劃單車行程 2. 不需GPS - 好用的路徑高度規劃網站 3. 陌生路線時程預估方式交通運輸：4. 單車上火車 / 高鐵 / 客運 5. 4+2汽車帶單車不難 6. 不用苦行 - 超商寄行李到目的地天氣路況：7. 好天氣好行程 - 單車天氣預估技巧 8. 減行李體積和重量 - 氣溫預估和穿著 9. 利用網路資源查路況 10. 追楓追櫻賞雪用看的最快 - 即時影像 八、帶家人一同體驗 - 女生騎車不難 1. 別讓她僅是自行車道上的花瓶 2. 姿勢優雅最重要 3. 上山踩不上去怎麼辦 4. 惱人的變速器 5. 用力踩和踩的快大不同 6. 讓臀部舒服的坐墊角度調整 7. 美姿和提升15%爬坡力的利器 8. 陡坡起步step by step 9. 輕鬆的扛車方式 10. 我跟在後面做的事 九、留下美好回憶 - 騎車拍照不難 1. 騎車去拍照？帶適合的相機 2. 把人車放到照片中 3. 拍出方向感 4. 拍出速度感 5. 減光...騎單車看到的最大不同 6. 對照 - 可以出「大」景 7. 用色溫 / 白平衡調整重現楓紅 8. 留下路況紀錄 9. 試試降低角度拍照 10. 林道中多利用光影 11. 避不開就接受 - 電線桿與透視 十、附錄：1. 裝備與安全 2. 住宿注意事項 3. 攜帶物品檢核表後記

<<迷戀單車國道>>

编辑推荐

1.以海拔高度區分，透過遊記方式來紀錄台灣全島的經典單車路線，每一篇除照片和文字外，均有詳細的路線時程和規劃建議，不但能帶領讀者體驗台灣騎車樂趣，也是一本台灣單車旅遊必要收藏的工具書。

2.屬於台灣的經典單車路線到底是有哪些？

只要規畫得宜，台灣處處是經典，騎上車到處都是美妙的好路線！

本書共提供的經典路線，包括路線特性、路線圖、高度表、沿途景致、賞遊重點、時程參考等，都有詳盡介紹。

3.作者以其累積的經驗給讀者的建議，包括路線規劃的秘方，給全家人一同出遊以及女生騎車的建議和竅門，還有騎車拍照的技巧，讓整趟單車旅程留下美好回憶。

4.由於單車旅行是一種線性活動，因此本書的照片多為行進間拍攝，能呈現出騎乘時特有的視角，讓有單車運動經驗的讀者，感受到騎車時的那種感動；也會吸引沒有騎車經驗的讀者，理解可以騎單車的方式玩出不同特色，進而加入單車運動的行列。

作者簡介 陳忠利 Eddie Chen 1964生，五專機械科畢業，台灣雲林人，服務於汽車產業

。個性熱愛大自然並樂於冒險和挑戰，當接觸單車後，深覺這項運動可以在健身之餘，更能夠親近自己的土地，因此透過親自的體驗及分享，積極推動「台灣．用騎的最美！」的概念，希望能讓更多人從事這種健康環保的運動。

相關分享平台： Blog 擁抱單車～源自對山林的熱愛 skoda-eddie.blogspot.com 行政院農業委員會林務局「森動台灣－尋找夢想森林旅遊達人」決選（2009） 「全球華文部落格大獎」初審入圍（2011） Youtube頻道 www.youtube.com/user/takemehome96 Facebook facebook.com/trekkingtaiwan（Eddie Chen）

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>