

雙北公路 自行車騎乘認證攻略表

序號	名稱	間距	累計	道別	道路里程標	站名	建議抵達時間	關門時間
1	北新藝術廣場	0	0	台9線	北新路一段351號	起點	05:00	05:20
2	萊爾富三浦門市	23.1	23.1	台3線	台7乙-0K	休息	06:15 - 06:42	
3	萊爾富桃東門市	14.5	37.6	台7線	台7-11.9K	休息	07:02 - 07:45	
4	萊爾富桃橫門市	4.4	42	台7線	台7-16.5K	休息	07:16 - 08:04	
5	羅浮聖興宮	5.5	47.4	台7線	台7-22K	檢查點	07:49 - 08:48	09:00
6	巴陵大橋	19.0	71.2	台7線	台7-45.7	休息	08:50 - 10:10	
7	明池山莊	21.3	92.5	台7線	台7-67K	檢查點	09:58 - 11:43	12:10
8	7-11 員山萬鴻門市	51.5	144	台7線	台7-118.5K	休息	12:43 - 15:27	
9	7-11 礁溪泉發門市	9.5	153.5	台9線	台9-74K	檢查點	13:13 - 16:09	16:40
10	台北宜蘭縣界-石牌	18.0	171.5	台9線	台9-56K	休息	14:12 - 17:32	
11	建忠茗茶(中油對面)	18.5	190	台9線	台9-37K	檢查點	15:13 - 18:55	19:10
12	海倫咖啡(北宜制高點)	10.5	200.5	台9線	台9-26K	終點	15:58 - 20:00	20:00