

筆者的愛車與綠光森林。



筆者在環湖公路上。



尋幽探古

· 孫謙明 ·

單車運動秀

桃園熱門的單車路線，除了羅馬公路（羅浮到馬武督）外，就屬石門水庫到東眼山這條路線，這也是眾車友平日最喜好的騎乘路線，不僅風景優美，難度也頗有挑戰性，所以一到假日，就會有許多車友相約來這裡，享受一下騎乘單車的樂趣。

桃六十三環湖公路

臺七線省道（北橫公路）從溪州公園停車場開始，坡度陡上至壩頂這一段路不算短，不過還好，一口氣就騎上去。困難的路徑總是伴隨著美好景色，石門水庫壯麗的山光水色，令人震懾，兩旁種植了槭樹，樹幹高大，樹冠又密，晨間剛下過雨，滿樹葉的水滴在陽光照射下，晶瑩剔透，閃閃發光，搖曳生姿，別有一番清新感受。整條環湖公路騎下來，雖有點累，但感覺很舒服，也很愉快。

角板山之美

角板山位於北橫公路復興鄉內，其海拔約六百四十公尺，為群山中惟一的高臺地，這裡有兩處蔣介石的行館，現已開放為角板山觀光勝地。角板山公園在角板山西南側，占地極廣，園內古木林立，為四季賞花熱門景點，沿步道走至山崖欄杆處，是角板山展望最佳的地方，此地俯瞰溪口臺地，整個大溪溪谷臺地三、四層，層次分明，周圍山巒起伏，雲霧繚繞，美的讓人心醉。如果時間許可的話，亦可到行館走走，從角板山三叉路的便利商店右轉，是一段下坡——騎起來很舒服、很過癮。整體而言，我覺得這段路難度並不高，幾乎都是緩上坡，只是有點長（只要調節好呼吸的頻率、換氣、就可以輕鬆的騎上去）。每當

心跳數維持在接近無氧區的邊緣時，就感到整個身體都活了起來，每個細胞都非常努力地工作，輸出能量，很難形容那是痛苦、是疲勞、還是愉快的感覺。上坡是沒辦法偷懶的，你必須每一腳都結實地踩下去，不然就會停下來，一點都不能滑行，這跟在自行車道騎車的感覺很不一樣，十三公里的緩上坡一直到東眼山大門收票處，預計花費時間大約兩小時。

傳說中代表幸福的綠光森林

中途我們經過綠光森林，大口門很清楚寫著入園門票一百元，可抵園內所有消費。騎到這裡，感覺對了，就停下來休憩片刻（為了走更長遠的路），站在綠光森林，放眼望去，山景無限，雲瀑片片，原來幸福真的可以這麼近。坐在群山環繞的山谷中，享受香醇咖啡，心情怡然自得，「幸福」的心情原來可以這麼簡單、閒雅、輕鬆、舒服。發現幸福需要自己積極的行動，就像我現在一樣，我騎著單車佇立在幸福的門口，也因為我的知足，祈求幸福，心誠則靈。假如每個人都懂得珍惜自己，祝福別人，幸福就會永遠存在，使自己感到無比的幸福。沿路也碰上不少下山的车友，彼此互相打氣，讓

復興鄉。



我很輕鬆地就來到了東眼山大門口，東眼山標高約一千兩百公尺，有點飄雨，不敢逗留太久。

極速下坡，追風趣

從東眼山停車場到三叉路連續的彎道以及十三公里的下坡路段，在追逐風中，還必須猛煞車（切記！下坡煞車請先煞再後煞），不然極有可能會失速翻車或直接衝下山，在短短二十幾分鐘的下坡路段，單車上的計速器從三十、四十至五十不斷地加快，讓我的心臟幾乎停止，在如此超快速的下坡吹著風，早已忘掉上坡時的疲勞與辛苦。如今只有一個「爽」字可以形容此刻的心情。

舊百吉隧道 重見天日

舊百吉隧道，長約四百公尺，原屬北橫段貫臺七線公路要道，在民國八十二年封閉，去年在縣政府撥款整修下，封閉已久的舊百吉隧道，不僅讓綠色隧道重生，人、車將各有專屬的隧道可供通行，舊隧道洞內伸手不見五指，如今已架設燈具供照明。隧道內也保存日據時代，臺灣因應產業需要的輕便型交通工具——軌道車輛，名叫「臺車」，輕便鐵軌如今也經整修後，煥然一新，出隧道沿線景觀

，結合周邊步道、林相，景致如此優美，值得外界尋幽探訪。

揭開後慈湖的神祕面紗

軍事管制近半世紀的後慈湖，在諸多傳說及桃園縣長極力推動下，繼去年的局部開放後，今年五月一日已全面開放遊客觀光，蒙上已久的神祕面紗，如今已揭開。占地約七公頃的後慈湖，有著宛如世外桃源般的天然



舊百吉隧道。

環境，寧靜的湖面上呈現著群山倒影，當微風輕拂湖面，光影婆娑起舞，有著人間仙境般的觀感。沿著步道前往戰備坑道，低海拔的熱帶雨林即是蔣介石、宋美齡的祕密花園；為了保育坑道內臺灣特有葉鼻蝠，戰備坑道雖無法進入，但可從四號辦公室的現場畫面中，一窺坑道內蝙蝠的生態情境！但需注意的是：後慈湖為管制區，民眾需透過預約報名方可入園。

赫赫有名的神牛坡

還好，這趟行程我們選擇的是下坡，聽說有許多單車選手拿這個路段來練腳力，最多一次來回騎七趟，不得不佩服他們的體力。

健康城市、快樂單車瘋

如今在各縣市政府的強力規畫下，許多的縣市目前都已規畫完整的單車路線，如今騎腳踏車的人並非因應油價高漲而選擇騎車，應該說：全民瘋單車的時代已經來臨，不論是小折、登山車、公路車，在大街小巷、高山上都得到單車族，單車運動已經讓全民為之瘋狂，許多單車迷也會利用假日相約去騎單車，這股熱潮除單車之外，同時帶動許多商機，更刺激了全民消費的欲望，在這不景氣中，顯得格外的突出、也格外的特別。

買小折車前先評估需求

買車就像買鞋一樣，鞋要合腳才能穿得舒適、走得有勁，單車也是一樣要合自己的身材，騎得才會開心！以下提供兩點參考意見：

一、如果只是想上下班通勤，進公司可以折起

來放在辦公室，騎乘路線也多在平路居多的話，那選擇一輛六至八速的城市折疊車，就可滿足你的需求。

舊百吉隧道。

二、如果還想要能爬爬坡或長途騎乘，那就得選擇最起碼大盤（前）要有二盤以上，十六至十八速以上至二十七速小折，才足以應付爬坡路段，在此也要提醒大家，並非變速越多就越好騎，而是在自己體能訓練上要循序漸進的增進，老實說就是腳力要夠，才不會運動過度而受到運動傷害喔。

單車配備不可少

騎單車有很多裝備不能少，最重要的就是保護生命安全的安全帽，安全帽要選擇質量輕，又具有保護作用的，而且最好顏色鮮明，讓其他駕駛人一眼就能看到，如此才能確保安全無虞；還要加裝前後燈，以及多功能馬錶，還有一定要裝個水壺架攜帶水壺，適時的補充水分，隨時隨地注意安全，才能讓你騎得更健康、更長久。

路線規畫

一、石門水庫前的橋後右轉——石門水庫（溪洲公園停車場）——環湖公路——出來後直接接百吉隧道出口——復興鄉——角阪山——東眼山——復興鄉——慈湖——大溪——神牛坡——石門水庫（停車場）——全程約七十公里，至高點東眼山海拔一千兩百多公尺，約六小時。

二、石門水庫前的橋後左轉——慈湖——神牛坡——百吉隧道——復興鄉——角阪山——東眼山——環湖公路——石門水庫（停車場）。

筆者在東眼山與車友留影。

