

序文

- 4 美麗的河川—提供我們優質的休閒生活 ◎李鴻源
- 6 創建台灣「自行車島」 ◎劉金標
- 8 讓台灣的河川找回生命力 ◎余範英

◎攝影/ 宋營



第1部份 推薦路線

基隆河、新店溪、大漢溪、淡水河

- 大台北區親水單車路線———12
- 新店溪 山光水色野趣多———18
- 蘭陽溪 宜蘭「雙園」單車專用道———24
- 平林溪 美景在喘息中迎面而來———29
- 大安溪 農村景色美如畫———34
- 舊濁水溪 悠閒踩踏鄉間路———40
- 八掌溪 絕佳遊憩風景線———45
- 曾文溪 探訪全台最大的七股潟湖———50
- 美濃溪 一路的文學詩意———56

- 隘寮北溪 高山挑戰級路線——62
- 吉安溪 可觀山又可望海——67
- 秀姑巒溪 體驗大川澎湃生命力——73
- 卑南溪 全台首條環鎮單車專用道——78

第2部份—徵文路線

- 三峽大豹溪 緩坡柏油路好踩踏——86
- 大漢溪鳶山水庫 路況佳騎乘輕鬆——88
- 三重蘆洲河堤 水、島、水鳥身邊繞——90
- 基隆暖暖西勢坑溪 車少景美路平坦——96
- 基隆友蚋溪 鄉野山徑優雅自然——96
- 宜蘭河上游 觀天鵝湖特殊山色——98
- 苗栗明德水庫 環湖半日悠哉踏——101
- 永和山水庫環湖 農場果園竹林多——104
- 貓羅溪 高手親子都可遊——108
- 濁水溪集集段 河床開闊山色青河——111
- 台南運、四草 適合親子全家遊——114
- 花蓮清水溪 優游原住民風情——117