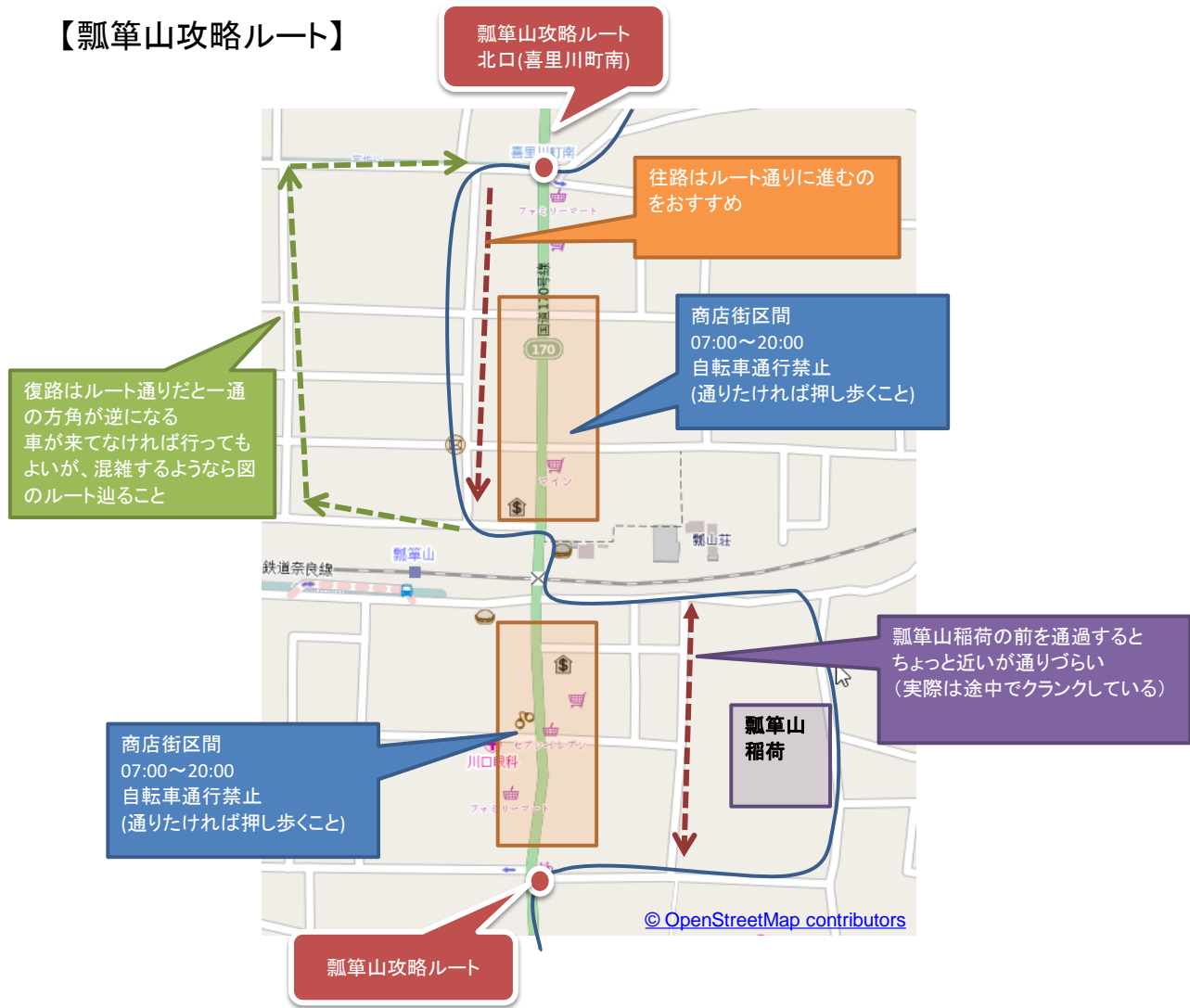


	形状	信号	ポイント	標識	現在地からの進行先		現在地までの		備考	PC間
					方角	道路	区間	合計		
1			淀川河川公園			市道	0.0	0.0	05:30スタート 桜町信号から府道横断して南へ	
2	三叉路				右直進	市道	0.1	0.1	一通(自転車除く)を逆走	
3	ト				右折	市道→府道21	0.2	0.3	突き当たり踏切わたって右 ひらかたパークの外周と京阪電車の間を走る	
4	T S		香里南口		左折	R170	3.6	3.9	R170外環状線と合流	
5	+	S	寝屋川警察署前		直進	R170	1.3	5.2		
6	Y				左直進	市道	0.1	5.3	ニコニコパチンコのY分岐	
7	Y				左直進	市道→R170(旧道)	0.1	5.4	ローソンのほうに分岐。生活道路に入っていく。視界悪し	
8	+	S	西中野		直進	府道160→府162	3.0	8.4		
9	T S				左折	市道	1.7	10.1		
10	Y				× 右折	市道	0.4	10.5	踏切越えて川沿いにR170に復帰する わかりづらければこのポイント無視してもよい(ちょっと遠い)	
11	+	S	北条交番前		右折	R170(旧道)	0.3	10.8		
12	Y				直進	R170(旧道)	4.0	14.8	ここ左直進して東高野街道入ってもよい (早朝で空いているのでどちらでもよい)	
13	+	S	喜里川町南 (ファミリーマート ひょうたん山北)		直進	R170(旧道)	2.9	17.7	枚方200km和歌山城と違って通過可能 ※3ページ目 図参照	
14	+	S	四条町		直進	R170(旧道)	0.5	18.2		
15	T S		安堂		左折	R25	9.0	27.2		
16	+	S	国豊橋北詰		右折	R25	1.4	28.6	国豊橋は右歩道を渡るのをお勧め(次すぐ右折)	
17	ト	S			× 右折	市道	0.2	28.8	橋を渡ってすぐの信号右折	
18	+				× 左折	市道	0.2	29.0	踏切わたってすぐ左折	
19	+	S	原川東		直進	府道27	0.1	29.1		
20	五叉路S		(駒ヶ谷駅前)		× 直進	市道	3.2	32.3	長い下りのあと突き当たりに見える交差点を直進。駅前踏切を通過	
21	T				左折	府道27	0.5	32.8		
22	+	S	通過チェック ローソン 羽曳野大黒店		左側	府道27	0.7	33.5	レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進(南行)	33.5
23	ト	S	大ヶ塚		右折	府道33	4.0	37.5	戦国以来の寺内町	
24	T	S	金剛大橋東詰		右折	府道705	1.9	39.4		
25	+	S			× 左折	東高野街道	0.2	39.6	橋わたって連続する信号の2つ目を左折	
26	逆Y				× 右折	市道	0.5	40.1	一通(自転車除く)を逆走 このポイントわかりづらければ無視して突き当たりまで行ってもよい	
27	+				左折	市道	0.1	40.2	すぐ左折	
28	+	S	西口駅前		直進	府道203	0.2	40.4	駅横の踏切を通過 完全なる自由が見えてくる	
29	+				× 直進	市道	0.5	40.9	どんだん直進して陸橋からR170バイパスに出ること そのままR170バイパスを越えてもよいが歩行者に注意	
30					左折	R170バイパス	0.1	41.0	陸橋からバイパスに出た場合はそのまま王将まで自歩道を通過	
31	ト	S	登美ヶ丘南(餃子の王将)		右折	府道202	1.6	42.6	狭い登りで車にで抜かれるのが嫌な者はNo.29の陸橋を越えてくること (陸橋でバイパス越えると左自歩道に合流できるが 登美ヶ丘南を渡ると自歩道に入れない)	
32	+				左側道 降りる	府道202(側道) →府道34	2.2	44.8	右手に狭山池が見え、R310と交差するポイント ここだけは本線が自転車通行禁止。必ず側道に降りること	
33	+				左側道 降りる	府道34	1.6	46.4	再び本線が自転車通行禁止になるポイントが来たら左側道に降りる	
34	T S		晴美台一丁		左折	府道38→府208	0.3	46.7	河内国と和泉国の国境の丘陵を直線的にぶち抜いている	
35	T S		城山台四丁		左折	市道→府230	6.2	52.9		
36	T S		PC1 ファミリーマート 岸和田インター西 (岸和田和泉インター西)		左側	府道40	6.7	59.6	OPEN/ 07:16 ~ 09:30 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 信号左折	26.1
37	+	S	積川神社南		直進	府道40	1.7	61.3	R170バイパスを通過	
38	+	S	内畑町		× 右折	R170(旧道)	1.4	62.7	バイパス交差点と異なり 全く国道には見えない田舎道に突入したら正解	
39	+				左折	R170(旧道)	5.2	67.9	赤い欄干の橋わたって水間寺へ	
40	+	S	大久保東		左折	府道62	4.3	72.2	← 犬鳴山	
41	ト	S	大久保東2		右折	府道30	0.3	72.5	→ 日根野	
42	+	S	白水池(ローソン 泉佐野日根野店)		直進	府道30	1.9	74.4	ここ右折して日根野駅横の踏切を渡ってもよい が、日根野の踏切は全然開かない (車庫の出入りや閑空快速が増解結したりする)	
43	+	S			右折 →左折	市道(側道)	0.1	74.5	次の信号右折 側道入らずにライトつけてトンネルをくぐってもよい が怖いので側道から回り込む。どちらでもよい	
44	T				右折	府道248	1.3	75.8	阪和線の踏切渡る	
45	+	S	長滝東(ローソン 泉佐野長滝店)		左折	府道30	0.4	76.2		
46	+	S	新家(ローソン 泉南新家店)		左折	府道30	2.1	78.3	← 和歌山 阪和線の踏切渡る	
47	+	S	(新家駅)		右折	府道30	0.3	78.6		
48	+	S	泉南IC(ファミリーマート泉南インター店)		直進	府道30 →紀州街道	3.8	82.4	↑ 幅員減少	
49	逆Y				直進	府道64	1.3	83.7	泉佐野200~600のコースに合流	
50			(雄ノ山峠)		直進	県道64	5.9	89.6	標高188m 府県境は2kmほど手前で越える。和歌山へ	
51	Y				× 左直進	(旧県64)	1.6	91.2	枚方200和歌山城コースと分岐	
52	T				右折	(旧県64)	2.0	93.2	コインランドリー	
53	+	S	山口(マクドナルド 24号川辺店)		直進	県道64	0.5	93.7		
54	Y S		川辺		左折	県道64	1.2	94.9	南へ進み川辺大橋渡る(歩道を通行すること)	
55	T S		川辺橋南詰		左折	県道14	1.1	96.0		
56	ト				右折	県道158	0.2	96.2	土手道から右下へ下る	
57	T				左折 すぐ右	県道158・里道	0.2	96.4	ライオンズマンションの駐車場へ入るように?下る	

58		(布施屋駅)	× 直進	里道	0.2	96.6	踏切渡って道なり直進。軽トラ1台分の道幅。注意!!!		
59	+		× 右折	里道	0.1	96.7	十字路右角に布施屋自治会館あり 右折したあとすぐ左折あり!注意!		
60	逆Y	S		右折	県道9	1.0	97.7		
61	+	S	井ノ口	左折	県道9	0.6	98.3	伊太祁曾方面へ	
62	T		(伊太祁曾神社)	右折	県道9	4.3	102.6	紀伊国一之宮 主神はスサノオの子 木の神イソタケル	
63	T			右折	県道160	2.0	104.6		
64	+			左折	県道9→市道	0.2	104.8	阪和自動車道高架をくぐってすぐ左折	
65	T			左折	県道136	1.4	106.2		
66			(海南市-和歌山市 境界)	直進	県道136	0.3	106.5	往路は海南市に入る直前で合流 復路は和歌山市に入った直後に分岐 と覚えておくとよい	
67	+	S	亀川郵便局北	直進	県道136	0.7	107.2		
68	+	S	大野中(セブンイレブン・海南大野中)	右折	R370	2.7	109.9		
69	+	S		左折	市道	0.8	110.7	JR沿いの一方通行。左車線に入る	
70	+			右折 →左折	市道	0.5	111.2	進入禁止標識がでたら右車線に入る 一通(自転車除く)の逆走になるので注意	
71	T			右折	市道	0.6	111.8	左鉄道アンダーパス	
72	+	S	(藤白南Sの横)	左横断	市道	0.1	111.9	R42を横切る。国道アンダーパスの通路使ってもよい	
73	T			右折	R42	0.9	112.8		
74	+	S	新町	右折	市道	11.9	124.7		
75	逆Y			左直進	R480	2.3	127.0		
76	+	S	保田橋北詰	右折	県道172	0.5	127.5	水色のトラス橋で有田川渡る	
77	逆Y			直進	県道20	1.6	129.1	鳥居くぐって県20合流 こちらはスサノオを祀る須佐神社	
78	T			右折	市道	6.3	135.4	厳密にいうと直進もできる(隘路)	
79	+			左折	県175	0.2	135.6	左に二車線の道路に入る	
80	Y	S	なぎさ大橋北詰	右直進	市道	0.4	136.0		
81	T	S		右折	県道23	5.4	141.4		
82	Y			× 右直進	市道	3.5	144.9	←白崎と出てくるが左に行かない!	
83	+			直進	県道24	2.3	147.2		
84			PC2 道の駅 白崎海洋公園	右側	県道24	5.2	152.4	OPEN/ 09:58 ~ 15:38 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 折り返し	92.8
85	+			直進	市道	5.2	157.6		
86	逆Y			直進	県道23	2.3	159.9		
87	+			右折	県道23	5.8	165.7		
88	+			左折	県175	1.4	167.1	熊野古道のポール	
89	Y	S	なぎさ大橋北詰	直進	県175	0.4	167.5		
90	T			右折	市道	0.4	167.9		
91	+			左折	県道20	0.2	168.1		
92	Y			右直進	県道172	6.3	174.4	須佐神社 鳥居	
93	T	S	保田橋北詰	左折	R480	1.5	175.9		
94	Y			右降りる	市道	0.6	176.5		
95	T	S	新町	右折	R42	2.2	178.7		
96	+			左折	市道	12.0	190.7		
97	+	S	藤白南	横断 すぐ右	市道	0.9	191.6	アンダーパストンネルを使ってもいい	
98	+			左折	市道	0.1	191.7	鉄道アンダーバスをくぐらず左に線路沿いに進む	
99	+	S		右折	R370	1.1	192.8		
100	+	S	大野中(セブンイレブン・海南大野中)	左折	県道136	0.8	193.6		
101	+	S	亀川郵便局北	直進	県道136	2.7	196.3		
102			(海南市-和歌山市 境界)	直進	県道136	0.7	197.0	往路は海南市に入る直前で合流 復路は和歌山市に入った直後に分岐	
103	+			× 右折	市道→県道9	0.3	197.3		
104	T			右折	県道160	1.4	198.7		
105	+			左折	県道9	0.3	199.0		
106	+		(伊太祁曾神社)	左折	県道9	1.9	200.9		
107	T	S	井ノ口	左横断	県道9	4.4	205.3		
108	Y	S		左折	里道	0.6	205.9		
109	+			× 左折	里道	0.9	206.8	自治会館	
110			(布施屋駅)	× 直進	県道158・里道	0.1	206.9		
111	+			右折	県道158	0.3	207.2		
112	T			左折	県道14	0.1	207.3		
113	+	S	川辺橋南詰	右折	県道64	0.2	207.5	右歩道へ	
114	X	S	川辺	× 右折	県道64	1.1	208.6	往路と同じように右の脇道へ	
115	+	S	山口(マクドナルド 24号川辺店)	直進	(旧県64)	1.2	209.8		
116	+			左折	(旧県64)	0.5	210.3	コインランドリー	
117	逆Y			直進	県道64	2.0	212.3	枚方200和歌山城コースと合流	
118			(雄ノ山峠)	直進	府道64	1.7	214.0	激坂 標高188m 大阪へ	
119	Y			× 右折	紀州街道 →府道30	5.8	219.8	泉佐野200~600のコースと別れる 和泉鳥取の踏切わたらないこと!	
120	+	S	泉南IC(ファミリーマート泉南インター店)	直進	府道30	1.4	221.2		
121	+		(新家駅)	左折	府道30	3.8	225.0	阪和線の踏切渡る	
122	+	S	新家(ローソン 泉南新家店)	右折	府道30	0.3	225.3		
123	+	S	長滝東(ローソン 泉佐野長滝店)	右折	府道248	2.0	227.3	阪和線の踏切渡る どうでも良いがここを左折すると羽倉崎(泉佐野のゴール受付)である	
124	+			× 左折	市道(農道)	0.4	227.7	帰りのこのポイントわかりづらい!	
125	T			左折 →右折	市道	1.3	229.0	突き当たってトンネル上を回り込む	
126	+	S		左折	府道30	0.1	229.1		

127	T	S	大久保東2		左折	府道62	2.0	231.1	
128	+	S	大久保東		× 右折	R170(旧道)	0.2	231.3	↑ 国道170 0.5km → 富田林34km 0.5km先はバイパスのことなのでここで曲がること
129	T				右折	R170(旧道)	4.3	235.6	→ 富田林29km
130	+	S	内畑町		左折	府道40	5.3	240.9	
131	ト	S	PC3 ファミリーマート 岸和田インター西 (岸和田和泉インター西)		右側	府230→市道	2.9	243.8	91.4 帰りはこのPCは右側にあるので要注意！ 信号を渡る時間ロスを考えて十分な余裕をもって向かうこと OPEN/ 12:45 ~ 21:46 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 信号右折
132	ト	S	城山台四丁		× 右折	府208→府道38	6.9	250.7	→ 狭山 行きは突き当たりだが、帰りは何の変哲もない交差点 高台にあるので通過するとロスが大きい。要警戒！
133	+	S	晴美台一丁		右折	府道34	6.2	256.9	
134	+				左側道 降りる	府道34(側道) 府道202	1.5	258.4	帰日も狭山池、R310との交差点ポイントは側道に降りる
135	ト	S	小金平		× 右折	府道203	3.7	262.1	帰りは王将に降りない
136	+	S			直進	府道203	0.5	262.6	R170バイパス交差点を右側横断歩道で渡る
137	+	S			左折	府道203	0.2	262.8	
138	T				右折	府道203	0.1	262.9	往路合流
139			西口駅前		直進	市道	0.5	263.4	
140	X				右折	市道	0.2	263.6	一通の細かい道に入る
141	逆Y				左直進	東高野街道	0.1	263.7	
142	T	S			右折	府道705	0.5	264.2	
143	+	S	金剛大橋東詰		左折	府道33	0.2	264.4	
144	T	S	大ヶ塚		左折	府道27	1.9	266.3	
145			通過チェック ローソン 羽曳野大黒店		右側	府道27	4.1	270.4	26.6 帰りはこのチェックは右側にあるので要注意！ レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 直進(北行)
146	ト				× 右折	市道	0.5	270.9	→ 大黒寺 帰りは真っ暗で見落としやすい！
147	五叉路S		(駒ヶ谷駅前)		直進	府道27	0.6	271.5	
148	+	S	原川東		直進	市道	3.2	274.7	一通(自転車除く)を逆走
149	T				右折	市道	0.1	274.8	
150	+	S			左折	R25	0.2	275.0	
151	T	S	国豊橋北詰		左折	R25	0.2	275.2	
152	ト	S	安堂		右折	R170(旧道)	1.4	276.6	
153	+	S	四条町		右折	※4ページ目 図参照 【瓢箪山攻略ルート】	9.0	285.6	※4ページ目 図参照 【瓢箪山攻略ルート】南口へ
154	+	S	喜里川町南 (ファミリーマート ひょうたん山北)		左折	R170(旧道)	1.1	286.7	※4ページ目 図参照 【瓢箪山攻略ルート】北口から 帰りは東高野街道に入らない(帰りは暗い生活道路)
155	+	S	北条交番前		直進	R170(旧道)	6.9	293.6	往路と別れる
156	+	S	東中野		直進	市道(東高野街道)	1.6	295.2	
157	+	S	ファミリーマート 四條畷岡山東店		右折	市道→府道20	0.6	295.8	
158	+	S	(ローソン 交野星田北三丁目店)		左折	市道	3.7	299.5	まいどおおきに食堂 交野星田北
159	逆Y	S			右折	市道	1.9	301.4	
160	+	S	ローソンストア100 枚方山之上		左側	市道	1.9	303.3	
161	四叉路S		枚方消防署前		左直進	市道	1.2	304.5	
162	X	S	枚方市役所前		左折	府道20	0.2	304.7	
163			ゴール受付2 ガストビオルネ枚方		直進	府道20	0.2	304.9	34.5 OPEN/ 21:30頃 CLOSE/ 1/29 01:30 ・ゴールのタイム、総走行時間を自分で記入。 ・メダルの購入か否かを記入(メダル代1000円) ・完走の署名 カード提出をお願いします。
164	+	S	関西医大病院前		直進	市道	0.2	305.1	
165			ゴール受付1 ラポール枚方4F 研修室3		右側		0.2	305.3	0.4 OPEN/ 15:00頃 CLOSE/ 21:00頃 ・ゴールのタイム、総走行時間を自分で記入。 ・メダルの購入か否かを記入(メダル代1000円) ・完走の署名 カード提出をお願いします。

【瓢箪山攻略ルート】



【ラポール枚方 駐輪場→ゴール受付】

