

交差点名 Dep8:00 8:30高塚公園 高塚台7北 田井南 神出ハイパス 神出町北		0.0km 0.0km 1.7km 1.7km 3.7km 5.4km 1.3km 6.7km 0.3km 8:00 8:06 8:21 8:26 標高97m 西神 インダストリアルパーク トレ 高塚公園 65 65 175 65 175 65 65 通過チェック迄34.2km PC1迄60.7km 閉鎖時間基準デ14.9km/h 参加者位置	
五軒屋 6.2km 12.9km 21.3km 34.2km 148 65 372 372 三浦産婦人科 ファミリーマート 豊国南 標高35m 0.3km レシート取得 ローソン 姫路飾東豊国店 079-251-0220 通過チェック,PC1迄26.5km 10:18 0.5km 34.7km 播但連絡道 庄 GS 豊国南 0.2km 1.3km 36.0km 10:24 播但連絡道 山陽道 相合池 1.4km 37.4km 10:29 播但連絡道 標高95m 下りへ 路面悪い狭い		御蔭 1.8km 39.2km 4.4km 43.6km 1.8km 45.4km 1.7km 47.1km 1.5km 48.6km 218 218 410 312 312 播但連絡道 豊富ランプ 標高30m 播但連絡道 船津ランプ セブンイレブン 播但連絡道 中国道 コメリ 標高65m 播但連絡道 福崎南ランプ 0.1km	
落合橋東詰 1.8km 50.4km 10.3km 60.7km 312 34 市川 標高140m 【PC1】PC2迄32.1km 閉鎖時間基準=15.0km/h Open9:48 ~ 12:04 レシート取得 ローソン 神崎南インタ 0790-32-3367 神崎総合病院前 1.2km 61.9km 12:07 312 8 神崎総合病院 標高150m 6.2km 68.1km 12:32 367 8 住吉神社 高坂峠 (トンネル)へ 1.8km 135m 寺内 8.2km 76.3km 13:05 8 427 標高130m		高岸 3.3km 79.6km 4.1km 83.7km 6.7km 90.4km 1.4km 91.8km 1.0km 92.8km 427 427 346 427 175 566 294 標高110m キリン堂 標高90m 西脇市役所 杉原川 春日橋東詰 上戸田北 上戸田南 かおるちゃんラーメン 0.5km レシート取得 ローソン 西脇上戸田店 0795-23-0115 【PC2】PC3迄62.1km 閉鎖時間基準=15.0km/h Open10:44 ~ 14:12	
鹿野東 1.4km 94.2km 6.3km 100.5km 11.3km 111.8km 1.1km 112.9km 12.9km 125.8km 294 566 372 311 176 372 176 372 372 12 標高70m しら坂トンネル迄 4.7km160mの上り 標高185m 階段 古市駅 踏切 標高215m 標高215m 復路 12		小野新 4.7km 130.5km 0.4km 130.9km 0.4km 131.3km 4.7km 136.0km 1.3km 137.3km 173 173 173 173 12 372 12 372 12 308 標高242m 16:42 レシート取得 ローソン 篠山安田 0795-57-1700 標高248m 安田西 安田の大杉 16:43 17:04 17:09 標高235m	
城東トンネル 3.1km 140.4km 1.9km 142.3km 2.3km 144.6km 10.3km 154.9km 9.3km 164.2km 12 12 37 37 37 37 176 37 標高400m ルート最高点 標高330m 国道176号 母子 三田 【PC3】46.6km to Finish 閉鎖時間基準=14.7km/h Open12:34 ~ 18:20 レシート取得 エポック高平 0795-60-8055 高平小学校 三輪 三田駅 18:56			

