

					0.0		4:30スタート
ポイント	道路	道路	区間	合計	備考	PC開閉時間	
1	HAT神戸なぎさ公園	市道	0.0	0.0	4:30スタート公園を出て右へ	4:30~5:00	
1	渚中学校西S	右折 市道	0.4	0.4			
2	十字路S	左折 市道	1.2	1.6			
3	味泥S	右折 国道43	0.3	1.9			
4	(高速道路入り口分岐)	直進 国道43	9.3	11.2	左に高速入り口が分岐するので入らないこと この以前にも以後にもいつか高速にあがる入り口がでてくるので気を付けること		
5	東本町S	左折 県道339	10.0	21.2			
6	稲川橋S	右折 国道2号	0.9	22.1			
7	淀川大橋北詰S	左折 市道	3.9	26.0	堤防にあがる道に登る		
8	サイクリングロード入口・車止め	右折 河川敷 サイクリングロード	0.2	26.2	一方通行逆に上がり切ったところの車止めから、河川敷の道におりる。以後河川敷道。		
9	Y字路・サイクリングロードを離れる	左方向 堤防道路へ	9.1	35.3	豊橋大橋へ上がっていく		
10	T字路	右折 豊里大橋 歩道	0.1	35.4	豊里大橋歩道をいく		
11	ト字路	右折 堤防道路	0.6	36.0	歩道から堤防道路へ		
12	ト字路	Vターン 堤防道路をおり、市道へ	0.1	36.1	堤防道路をおりて、車止めを越えて市道へ合流		
13	ト字路	右折 市道	0.5	36.6			
14	十字路S	左折 市道	0.7	37.3	線路をくぐって線路沿いの道へ		
15	十字路S	右折 市道	0.5	37.8	守口駅前道なり右折 ローターにはいらない		
16	ト字路S	右折 市道	0.2	38.0			
17	変形五差路S	直進(左から二番目の道) 市道	0.5	38.5			
18	殿島町S	左折 国道163	0.8	39.3			
19	東中野S	直進 国道163	5.9	45.2			
20	Y字路	左側道 旧163	0.1	45.3	清滝生駒道路にあがらない、交野・JR忍が丘方向		
21	三叉路	左直進 旧163	0.3	45.6	清滝生駒道路にあがらない		
22	T字路	右折 旧163	0.3	45.9	清滝生駒道路をくぐる		
23	T字路	右折 旧163	0.2	46.1	左旋回でUの字に回る。もう一度清滝生駒道路をくぐって旧R163へ		
24	清滝峠	直進 旧163	2.9	49.0	240m		
25	ト字路	左折 旧163	0.4	49.4	左折見落としやすいので気を付けること		
26	乾谷西S	右折 県道52	9.3	58.7			
27	神功5丁目S	交差点渡ってすぐ側道左折 市道	1.1	59.8	神功5渡って直ぐ目の前の川沿いの道へ入る		
28	Y字路	右方向 市道 県道176 県道52	2.6	62.4			
29	西大寺橋東詰S	左折 県道52	0.9	63.3			
30	二条町S	右折 県道52	0.2	63.5			
31	PC1ファミリーマート 奈良二条大路店	左手 県道52	1.1	64.6	レシートを取得してください	open: 06:23 close: 08:46	
32	二条大路南5S	左折 県道1	0.1	64.7			
33	二条大路南3S	左折 みやと通 県道751 国道163	0.7	65.4			

34	川ノ尻S	右折	市道	6.1	71.5		
35	木津S	左折	国道24 国道163	1.8	73.3		
36	上狛4丁町S	右折	国道163	1.1	74.4		
37	Y字路S	右折	県道82	16.2	90.6	左手163は自転車通行不可	
38	T字路S	右折	国道163	3.2	93.8		
39	ト字路	右折	市道 大和街道	10.4	104.2		
40	鍵屋辻	右折	市道 大和街道 伊賀街道	1.7	105.9	伊賀の市街へ	
41	T字路	右折→左折→右折	伊賀街道	1.3	107.2	正面神社 左手にみて回り込む。	
42	T字路S	右折	国道163	1.4	108.6		
43	PC2 ファミリー マート中瀬イン ター店	右手	国道163	1.0	109.6		open: 07:42 close: 11:46
44	新長野トンネル	直進	国道163	18.9	128.5		
45	ト字路	右折	県道28	11.3	139.8		
46	三叉路	左折	県道659	0.1	139.9		
47	ト字路	右折	橋渡る 市道	1.7	141.6		
48	十字路S	左折	県道503	1.0	142.6		
49	十字路	左折		4.5	147.1	踏切わたって左折	
50	十字路S	左折	県道15	0.4	147.5		
51	ト字路	右折	県道58	0.2	147.7	線路を渡らない	
52	T字路S	左折	県道58 初瀬街道	0.2	147.9	川合高岡駅前	
53	宮古西S	右折	県道58	3.6	151.5		
54	松坂インター入 口	左折	県道59 市道	7.5	159.0	五曲橋わたり直進	
55	T字路	右折	旧伊勢街道	6.7	165.7	168.5km地点に外宮まで四里の石 碑	
56	櫛田S	右折	県道37	4.6	170.3		
57	櫛田橋南詰S	左折	県道428 旧伊勢街道	0.4	170.7		
58	通過チェック1a 従是外宮三里 石碑	左手	県道428 旧伊勢街道	1.6	172.3	通過チェック1は 1a(自転車と写 真),1b(レシート),1c(自転車と写 真)、いずれでも可	
59	通過チェック1b ファミリーマート 明和斎宮店	右側	県道428 旧伊勢街道	2.6	174.9	通過チェック1は 1a(自転車と写 真),1b(レシート),1c(自転車と写 真)、いずれでも可	
60	通過チェック1c 従是外宮二里 石碑	左手 角にあり	県道428 旧伊勢街道	2.6	177.5	通過チェック1は 1a(自転車と写 真),1b(レシート),1c(自転車と写 真)、いずれでも可	
61	明野S	右折	県道428 旧伊勢街道	1.4	178.9		
62	T字路S	右折	県道428 県道38	2.6	181.5		
63	ト字路	左折	宮川橋 旧伊勢街道	0.3	181.8		
64	十字路	左折	市道	1.1	182.9	山田上口駅前通過	
65	十字路	左折	市道 踏切わたる	1.3	184.2		
66	十字路S	右折	市道	0.2	184.4		
67	神久S	左折	県道102 国道42	1.3	185.7		
68	JR二見浦駅前S	左方向	国道42	5.8	191.5	国道を鳥羽二見岩方向へ	
69	ト字路	左折	市道	0.7	192.2		
70	T字路	右折	参詣道	0.2	192.3		
71	通過チェック2 二見興玉神社	Uターン		0.2	192.5	夫婦岩説明の案内板 または鳥居 など二見興玉神社とわかる写真を 自転車と撮ってくること	
72	ト字路	左折	市道	0.2	192.7		
73	T字路	右折	国道42	0.1	192.8		

74	茶屋S	右折	国道42	0.7	193.5		
75	十字路S	左折	県道102	0.2	193.7		
76	十字路	左折	県道715	2.3	196.0	汐合橋渡ってすぐ左折	
77	十字路	右折	県道715	1.0	197.0		
78	変形四差路	右折(右奥の道へ)	里道	2.3	199.3	高架くぐってすぐ一番細い道へ右折	
79	伊勢IC南S	直進	里道	1.0	200.3		
80	ゴール ファミリーマート 伊勢楠部店	左手	国道23号	0.0	200.3	レシート取得後Utターン	open: 10:23 close: 18:00
81	十字路	右折	市道 県道715	0.2	200.5		
82	T字路	左折	市道 県道715	1.4	201.9		
83	ト字路	右折	市道	0.3	202.2		
84	競技場前S	右折	県道32	0.2	202.4		
85	宇治浦田東S	右折	市道	0.3	202.7	内宮目の前 混雑しているので橋を渡ったら歩くことを推奨	
86	ゴール受付 宇治公民館	左手	市道	0.2	202.9		

通過チェック1a
従是外宮三里
石碑



通過チェック1c
従是外宮二里
石碑



通過チェック2
二見興玉神社 写真例



宇治公民館遠景

観光案内所の前を過ぎて、この奥に入って回り込んでください



入口は奥に回り込まないと見えません



お疲れ様でした

