

| No | 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 | | | JR敦賀駅 | | | K23→K225 | 0.0 | | 西へ | |
| 2 | ト | S | 坂尻 | | 右折 | 若狭梅街道 | 12.8 | 12.8 | | |
| 3 | T | S | | X | 左折 | K224 | 7.0 | 19.8 | | |
| 4 | Y | S | | X | 右方向 | 若狭梅街道 | 0.3 | 20.1 | | |
| 5 | + | S | | X | 右折 | K22 | 10.9 | 31.0 | | |
| 6 | T | | | X | 右折 | R162 | 3.6 | 34.6 | | |
| 7 | + | S | 小浜NTT前 | | 右折 | K24 | 12.7 | 47.3 | 左にファミリーマートあり | |
| 8 | + | S | | X | 左折 | 市道→K235 | 0.4 | 47.7 | | |
| 9 | T | | | X | 右折 | R27 | 4.0 | 51.7 | 合流注意 | |
| 10 | + | | | X | 左折すぐ右折 | 市道→R27 | 30.1 | 81.8 | R27跨線橋は自転車通行禁止 | |
| 11 | T | S | 北吸 | | 右折 | R27 | 2.1 | 83.9 | | |
| | + | S | 中舞鶴歩道橋 | | 左折 | R27 | 1.8 | 85.7 | | |
| 12 | + | S | PC1 ローソン 舞鶴上福井店 | | 左側 | | 8.5 | 94.2 | OPEN/ 06:46 ~ 10:16 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 (イートインあり) | 94.2 |
| 13 | T | S | 八田 | | 右折 | R178 | 3.0 | 97.2 | | |
| 14 | Y | | | | 左側 | 市道→K604 | 12.7 | 109.9 | 側道へそれ集落へ | |
| 15 | + | S | 上司 | | 左折 | K605 | 2.2 | 112.1 | | |
| 16 | 逆Y | S | | | 直進 | R178 | 0.2 | 112.3 | | |
| 17 | + | S | | | 左折 | 市道→K235 | 5.5 | 117.8 | | |
| 18 | Y | S | 文珠 | | 右折 | 市道 | 1.7 | 119.5 | 天橋立へ | |
| 19 | ト | | | | 右折 | 市道 | 0.1 | 119.6 | 天橋立へ | |
| 20 | I | | 通過チェック 廻旋橋 | | | | 0.0 | 119.6 | | |
| 21 | T | | | | 左折 | R178 | 3.0 | 122.6 | 左折後すぐにししがきあり | |
| 22 | + | S | 男山 | | 右折 | K53 | 3.5 | 126.1 | 右にファミリーマートあり | |
| 23 | + | | 延利 | | 左折 | K655 | 4.4 | 130.5 | | |
| 24 | + | S | 周枳 | | 右折 | R312 | 5.0 | 135.5 | 大通りに出る | |
| 25 | ト | S | 長岡大橋 | | 直進 | R312 | 3.3 | 138.8 | | |
| 26 | T | | | | 左折 | R312 | 3.2 | 142.0 | 147km比治山トンネル 歩道広く安全 | |
| 27 | Y | S | 本願寺前 | | 右へ | R178 | 19.8 | 158.6 | | |
| 28 | Y | S | 十楽 | | 左へ | K11 | 0.5 | 159.1 | | |
| 29 | T | | | X | 右折 | K11 | 0.7 | 159.8 | | |
| 30 | Y | S | 須地 | | 左へ | K11 | 0.6 | 160.4 | 軽い上り Peak135m | |
| 31 | + | | | X | 右折 | K11 | 5.9 | 166.3 | | |
| 32 | T | | | | 左折 | K3 | 4.4 | 170.7 | | |
| 33 | + | S | 城崎温泉口 | | 右折 | K9 | 2.0 | 172.7 | | |
| 34 | I | S | PC2 ファミリーマート城崎温泉店 | | 左側 | | 0.2 | 172.9 | OPEN/ 09:05 ~ 15:32 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 | 78.9 |
| 35 | Y | | | | 右方向 | K9 | 0.7 | 173.6 | 上り Peak180m | |
| 36 | + | | | | 左折 | K11 | 7.3 | 180.9 | 左折後すぐローソンありこの先約60kmルート上にコンビニ無し | |
| 37 | T | S | 佐津 | | 右折 | K11 | 10.3 | 191.2 | | |
| 38 | Y | S | 一本松 | | 右方向 | 市道 | 6.5 | 197.7 | | |
| 39 | + | | | X | 左折 | 市道 | 0.6 | 198.3 | 橋渡らない | |
| 40 | T | | | X | 右折 | 市道 | 0.0 | 198.3 | 橋を渡る | |
| 41 | + | S | 一日市 | | 左折 | 市道 | 0.2 | 198.5 | | |
| 42 | ト | S | 香住小学校前 | | 右折 | K4 | 1.2 | 199.7 | 直進300mでローソンあり | |
| 43 | Y | S | 下浜 | | 左方向 | K4 | 1.8 | 201.5 | | |
| 44 | I | | 道の駅あまるべ | | 左側 | K4 | 6.0 | 207.5 | 補給ポイント | |
| 45 | + | | | X | 左折 | K263 | 9.8 | 217.3 | デリーストアステップ過ぎてすぐ | |
| 46 | T | S | 戸田口 | | 右折 | R178 | 1.0 | 218.3 | マーケット、ドラッグストアあり 左折200mでローソンあり | |
| 47 | Y | | | | 左方向 | R178→K128 | 0.6 | 218.9 | 踏切わたらない | |
| 48 | ト | | 東浜海岸→ | | 右折 | 市道 | 11.7 | 230.6 | 下っている途中 見落としポイント この先道幅狭い | |
| 49 | T | | | | 右折 | R178 | 2.4 | 233.0 | | |
| 50 | + | S | 浦富海岸 | | 右折 | R178 | 2.7 | 235.7 | 239.4kmポイントにファミリーマートあり | |
| 51 | T | | | | 右折 | K328 | 5.3 | 241.0 | 鳥取→へ | |
| 52 | ト | | | X | 右折 | K319 | 1.4 | 242.4 | エネオスGSあり この先浮き砂注意 | |
| 53 | I | | 通過チェック 鳥取大砂丘 | | 左側 | | 4.8 | 247.2 | 砂丘会館横の鳥取大砂丘時計と自転車を撮影する事 チェック後直進 | |
| 54 | + | S | 鳥取砂丘入口 | | 右折 | K265→K318 | 0.5 | 247.7 | | |
| 55 | T | S | 満川 | | 左折 | R9 | 11.2 | 258.9 | | |
| 56 | Y | | | | 左方向 | 市道 | 3.5 | 262.4 | R9からそれる トンネル回避 | |
| 57 | T | | | | 右折 | R9 | 2.4 | 264.8 | R9にもどる | |
| 58 | + | S | 八東水 | | 右折 | R9 | 5.5 | 270.3 | | |
| 59 | + | S | 原 | | 左折 | K22 | 11.7 | 282.0 | | |
| 60 | + | S | 上井町2丁目 | | 左折 | K22 | 10.9 | 292.9 | 右折するとJR倉吉駅 | |
| 61 | + | S | 竹田橋東詰 | | 左折 | K21 | 1.5 | 294.4 | | |

| | | | | | | | | | |
|-----|----------|----------------------------|--|------|-----------|------|-------|--|-------|
| 62 | I | PC3 ローソン 三朝温泉店 | | 右側 | | 4.8 | 299.2 | OPEN/ 12:59 ~ 23:56 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 | 126.1 |
| 63 | ト | | | 右折 | K273 | 1.0 | 300.2 | 青看板 三朝温泉へ | |
| 64 | I | 三朝温泉河原風呂 | | 左側 | K273 | 1.5 | 301.7 | 入湯してタイトル回収! | |
| 65 | T | | | 左折 | K21 | 0.2 | 301.9 | この先上り Peak552m | |
| 66 | I | 通過チェック 三徳山三佛寺 | | 右側 | K21 | 6.9 | 308.8 | 三徳山三佛寺と分かる物と自転車を撮影する事 チェック後直進(この先酷い上り) | |
| 67 | T S | 新鹿野大橋東詰 | | 右折 | K21 | 17.3 | 326.1 | | |
| 68 | 十 S | 上光 | | 右折 | K21 | 4.0 | 330.1 | | |
| 69 | I | PC4 ローソン 鳥取行徳店 | | 左側 | K43 | 14.3 | 344.4 | OPEN/ 06/05 14:23 ~ 06/06 02:56 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 | 45.2 |
| 70 | 十 S | 吉方温泉 | | 右折 | K323 | 1.7 | 346.1 | | |
| 71 | 十 S | 若葉台 | | 右折 | R29 | 5.6 | 351.7 | 青看板 姫路若桜へ | |
| 72 | I | 道の駅 若桜 | | 左側 | R29 | 21.3 | 373.0 | ここ手前のローソン八頭八東店で補給すること | |
| 73 | I | 戸倉トンネル | | 直進 | R29 | 14.7 | 387.7 | Peak712m | |
| 74 | 十 | 出会橋 | | 左折 | K48 | 6.0 | 393.7 | 新戸倉スキー場看板有り 若杉峠へ | |
| 75 | T | | | 左折 | K6 | 17.5 | 411.2 | 青看板 八鹿へ 1km先にミニフレッシュあり | |
| 76 | 十 S | | | X 右折 | K271 | 14.2 | 425.4 | 薄緑色の橋をわたる | |
| 77 | 十 | | | X 直進 | K271 | 0.4 | 425.8 | 集落へ 道幅狭い | |
| 78 | T | | | X 右折 | R9 | 1.4 | 426.8 | R9に合流 歩道走行推奨 | |
| 79 | 十 S | 宮田 | | 左折 | K10 | 4.4 | 431.2 | この先R9を極力回避するルートになっています | |
| 80 | 十 S | 糸井橋 | | 右折 | K104 | 0.3 | 431.5 | | |
| 81 | I | 通過チェック ファミリーマート和田山林垣店 | | 左側 | K104 | 0.9 | 432.4 | レシートを取得する事 チェック後直進 (イートインあり) | |
| 82 | 十 S | 中学校前 | | 左折 | K273 | 2.4 | 434.8 | | |
| 83 | 十 S | | | 右折 | K273→市道 | 1.5 | 436.3 | | |
| 84 | ラウンドアバウト | | | 左方向 | K273 | 5.1 | 441.4 | | |
| 85 | ラウンドアバウト | | | 右方向 | 市道 | 1.7 | 443.1 | 道の駅やくのあり | |
| 86 | T | | | 左折 | R9 | 0.5 | 443.6 | ドライブインやくの 長浜ラーメンあり | |
| 87 | 十 S | 日置 | | 右折 | K526→R429 | 2.9 | 446.5 | 出光GSあり | |
| 88 | 逆Y S | 新庄 | | 直進 | R175 | 18.1 | 464.6 | | |
| 89 | ト S | 下篠尾 | | 左折 | K523 | 0.6 | 465.2 | | |
| 90 | 十 S | | | 右折 | K523 | 0.3 | 465.5 | 福知山駅方面へ | |
| 91 | ト S | 右に福知山城 | | 直進 | K523 | 2.1 | 467.6 | | |
| 92 | 十 S | 松縄手 | | 左折 | K8 | 0.7 | 468.3 | | |
| 93 | 十 S | 土師 | | 左折 | K8 | 0.5 | 468.8 | | |
| 94 | T S | JR石原駅前 | | 右折 | K8 | 4.0 | 472.8 | 476km付近 俺たちのジョイフルあり | |
| 95 | T S | 味方 | | 右折 | R27 | 8.0 | 480.8 | 正面にマクドナルドあり | |
| 96 | 十 S | PC5 ローソン京丹波升谷店 | | 右側 | K12 | 18.4 | 499.2 | OPEN/ 06/05 19:26 ~ 06/06 13:16 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 左折 | 154.8 |
| 97 | T S | 静原 | | 左折 | R162 | 16.9 | 516.1 | この先上り Peak402m 522km付近商店たなせん 554km付近にファミリーマートあり | |
| 98 | 十 S | 湯岡橋東詰 | | 右折 | R27 | 43.3 | 559.4 | | |
| 99 | 十 S | 多田 | | 左折 | 市道 | 0.8 | 560.2 | | |
| 100 | T | | | 右折 | K24 | 0.7 | 560.9 | | |
| 101 | 十 S | | | 左折 | 市道 | 9.6 | 570.5 | 左に商店、自販機あり | |
| 102 | ト | 若狭梅街道を行く | | 右折 | 市道 | 5.3 | 575.8 | | |
| 103 | T S | | | 左折 | K244 | 11.0 | 586.8 | | |
| 104 | Y S | | | 右方向 | 市道 | 0.2 | 587.0 | | |
| 105 | T S | 坂尻 | | 左折 | K225 | 7.1 | 594.1 | 最後の上り 関峠Peak114m | |
| 106 | I | FINISH ローソン若葉町店 | | 左側 | K225 | 9.5 | 603.6 | OPEN/ 06/05 22:48 ~ 06/06 20:00 ・ゴールのタイム、総走行時間を自分で記入。 チェック後教養駅に向かう | 104.4 |
| 107 | | FINISH受付 教養駅交流施設オルパーク2F | | | | 3.3 | 606.9 | OPEN/ 06/06 12:00頃 CLOSE/ 06/06 21:30頃 ・メダルの購入か否かを記入(メダル代1000円) ・完走の署名 カード提出お願いします。 | |