

81,82 稲荷山駅入口:83 2.1km 331.8km 0.5 km 77 2:07	見六橋:84,85 長野市岡田町南:86 3.4km 335.2km 10.2km 345.4km 0.4 km 末広町 長野駅 3:01	善光寺:87,88 通過チェック2 1.9km 347.3km 0.3km 347.6km 参道へ この先 押し歩き 仁王門 善光寺 善光寺に来たと分かるよう 自転車を撮影 3:09 3:10		
89 長野市城山 0.3km 347.9km 公園 37 3:11	90,91 上松:92 稲田1丁目:93 吉:94 東町 1.4km 349.3km 湯谷小学校西 0.6 km 37 3:17	2.2km 351.5km 60 3:26	4.5km 356.0km 60 3:44	3.1km 359.1km 117 399 3:56
95 2.7km 361.8km 117 4:07	96 2.6km 364.4km 117 4:17	97 通過チェック3 3.4km 367.8km セブンイレブン 中野市 豊津店 レシート取得 4:31	98 豊田飯山インター入口 3.9km 371.7km 452m 96 IC 4:46	99 0.8km 372.5km 460m 96 4:50
100 2.6km 375.1km 635m 96 5:00	101 6.2km 381.3km ↑ 黒姫駅 野尻湖 646m 96 5:25	102 0.8km 382.1km 692m 360 5:28	103 1.1km 383.2km 721m 360 5:32	104 2.0km 385.2km 673m 360 5:40
105 0.3km 385.5km 360 5:42	106,107 0.7km 386.2km 野尻湖 0.3 km 18 5:44	108,109 15.6km 401.8km 市屋 584 6:47	110 坂本 3.0km 404.8km 182m 344 6:59	111 3.4km 408.2km 7:12
112 2.3km 410.5km 61m 63 7:22	113,114 通過チェック4 16.3km 426.8km セブンイレブン 上越五智1丁目店 0.2 km 西本町三 レシート取得 468 7:22	115 郷津 3.5km 430.3km 8 この先交通量多く びき自転車道 通行可 8:41	116 押上東 35.1km 465.4km 222 8 11:01	117,118 大町2丁目 2.1km 467.5km 222 大町 11:10
119 寺島 1.3km 468.8km 8 11:15	120,121 通過チェック5 15.6km 484.4km 親不知コミュニティ ロード展望台 0.1 km ここに来たと分かるよう 自転車撮影 8 12:17	122 1.0km 485.4km 8 12:21	123 5.3km 490.7km 8 374 12:42	124 境 1.7km 492.4km 8 12:49

125 1.6km 494.0km 越中宮崎駅 12:56	126,127 6.9km 500.9km 0.2km 13:23	128 入善西町 3.4km 504.3km 117 2 13:37	129 浜石田 14.0km 518.3km 2 14:33	130,131 寿町 0.6km 518.9km FamilyMart さみ井 0.3km 14:35
132 4.9km 523.8km 2 14:55	133 三ヶ(北) 2.2km 526.0km 1 15:04	134 岩瀬浜駅前 16.4km 542.4km 1 岩瀬浜駅 16:09	135,136 千原崎 1.9km 544.3km 415 415 岩瀬西宮 16:17	137 四方荒屋 2.5km 546.8km 415 16:27
138 四方 1.0km 547.8km 415 16:31	139 堀岡古明神 5.9km 553.7km 0.1km 16:54	140 PC4;次ゴール51.1km 0.1km 553.8km ローソン射水海竜町店 open 21:16 ~ 16:56 レシート取得	141 あいのかぜプロムナード 1.6km 555.4km 自転車押し歩き エレベーターへ 17:03	142 0.7km 556.1km 17:07
143 0.5km 556.6km 海王丸 17:09	144,145 庄川本町 3.8km 560.4km 415 415 0.5km 庄川 庄西町 17:27	146 能町(東) 2.8km 563.2km 415 57 17:41	147 守護町 3.8km 567.0km 225 32 17:59	148 西中野 17.0km 584.0km 8 8 19:21
149 1.3km 585.3km 471 270 19:27	150 泉町 0.8km 586.1km 471 19:31	151 野端 1.2km 587.3km 274 42 19:36	152 末友 4.8km 592.1km 359 往路 19:59	153 宮野町 10.8km 602.9km 304 20:51
154 FINISH 1.7km 604.6km 304 ローソン金沢不動寺町店 open 12:00 ~ 21:00 レシート取得	155,156 吉原町 1.9km 606.5km 359 森本南 0.7km	157 鳴和 4.1km 610.6km 359 159	158 本町二丁目 2.6km 613.2km FamilyMart	159 FINISH受付 0.5km 613.7km (社)療術師会ビル3F ゴールタイム 走行時間記入 署名・カード提出 open 12:00 ~ 21:00