

| | ポイント | 道路 | 道路 | 区間 | 合計 | 備考 | P C 開閉時間 | P C 開閉時間 |
|----|-------------------------------|-----|-----------------|------|-------|--|------------------------------|------------------------------|
| 1 | スタート | 直進 | 市道 | 0.0 | 0.0 | | 6:00~6:30 | 6:30~7:00 |
| 2 | 姫路体育館前S | 右折 | 市道(市役所北通り) | 0.1 | 0.1 | (注) 感知機信号です。 | | |
| 3 | 手柄山公園東S | 左折 | 県道62 | 0.8 | 0.9 | | | |
| 4 | 市之橋S | 右折 | 県道5 | 2.3 | 3.2 | | | |
| 5 | 城見台公園前S | 左折 | 県道518 | 0.8 | 4.0 | | | |
| 6 | 中之町S | 右折 | 市道 | 1.9 | 5.9 | | | |
| 7 | 大日S | 左折 | 国道312 | 0.9 | 6.8 | | | |
| 8 | 福崎新町S | 直進 | 県道405 | 12.7 | 19.5 | | | |
| 9 | Y字路 | 左方向 | 県道405 | 0.1 | 19.6 | | | |
| 10 | 十字路 | 右折 | 県道405 | 0.5 | 20.1 | 左手に福崎駅がみえてきます。信号がないので注意。 | | |
| 11 | Y字路 | 右方向 | 県道215 | 3.5 | 23.6 | 細い川沿いの道へ。 | | |
| 12 | 変形十字路 | 直進 | 県道404 | 0.2 | 23.8 | | | |
| 13 | T字路 | 右折 | 町道→市道 | 18.4 | 42.2 | ※目印ないので注意 直進した場合少し上るが合流する。 | | |
| 14 | T字路 | 右折 | 市道 | 0.2 | 42.4 | 市川沿い→生野町内を走る。 | | |
| 15 | 口銀谷S | 直進 | 県道429 | 6.4 | 48.8 | 右にずれるが但陽信用金庫を左手に見ながら直進 | | |
| 16 | 変形十字路 | 左折 | 県道429 | 0.2 | 49.0 | 正面に但陽信用金庫本館 | | |
| 17 | T字路 | 右折 | 国道312 | 0.3 | 49.3 | | | |
| 18 | 十字路S | 左折 | 市道 | 15.0 | 64.3 | ※目印無し | | |
| 19 | 十字路 | 右折 | 県道104 | 0.2 | 64.5 | 橋を渡ってすぐ。 | | |
| 20 | 通過チェック①JR竹田駅 | 直進 | 県道104 | 0.8 | 65.3 | 左側、敷地内に入り竹田駅を背景に自転車を撮る。その後もと来た道に戻り直進。 | | |
| 21 | 変形十字路S | 左折 | 市道 | 5.2 | 70.5 | 通学路。走行注意。 | | |
| 22 | T字路 | 左折 | 県道104 | 0.2 | 70.7 | | | |
| 23 | T字路 | 右折 | 市道 | 0.8 | 71.5 | 右折後高架下をくぐる。 | | |
| 24 | 寺谷S | 左折 | 県道104→県道2 | 0.4 | 71.9 | | | |
| 25 | 上小田北S | 直進 | 国道312 | 12.3 | 84.2 | | | |
| 26 | 祢布S | 右折 | 市道 | 6.4 | 90.6 | | | |
| 27 | T字路 | 左折 | 県道1 | 3.1 | 93.7 | 93.6km付近右側、人工集塔がある。 | | |
| 28 | T字路 | 右折 | 県道713 | 1.0 | 94.7 | | | |
| 29 | PC1 但馬コウノトリ空港 | 左側 | 県道713 | 3.5 | 98.2 | コウノトリのモニュメントと一緒に自転車を撮ること。写真のプロパティが通過時間。その後直進。 | 06/10 08:55 ~ 06/10 12:36 | 06/10 09:25~06/10 13:06 |
| 30 | T字路 | 右折 | 県道242 | 4.3 | 102.5 | | | |
| 31 | 福田西S | 右折 | 国道178 | 1.2 | 103.7 | | | |
| 32 | Y字路 | 左方向 | 市道 | 2.0 | 105.7 | ※側道へ。陸橋へ上がらない。 | | |
| 33 | T字路 | 右折 | 県道8 | 0.3 | 106.0 | | | |
| 34 | 堀川橋西詰S | 左折 | 県道239 | 0.8 | 106.8 | | | |
| 35 | T字路 | 右折 | 国道312 | 1.8 | 108.6 | | | |
| 36 | 鎌田S | 左折 | 県道160 | 0.2 | 108.8 | | | |
| 37 | T字路 | 右折 | 市道 | 1.0 | 109.8 | | | |
| 38 | 通過チェック②コウノトリの郷公園 | 右側 | 市道 | 0.3 | 110.1 | 右側駐車場の奥、物産展こつとり本舗の前にあるモニュメント『幸のリング』もしくは『コウノトリの郷 周辺案内図』と一緒に写真を撮ること。その後来た道に戻る。 | | |
| 39 | T字路 | 左折 | 県道160 | 0.3 | 110.4 | | | |
| 40 | 鎌田S | 右折 | 国道312 | 1.0 | 111.4 | | | |
| 41 | 下宮地蔵S | 右折 | 国道178 | 0.3 | 111.7 | | | |
| 42 | 柴町S | 左折 | 府道670 | 7.4 | 119.1 | | | |
| 43 | 土居S | 右折 | 府道11 | 0.8 | 119.9 | | | |
| 44 | T字路S | 左折 | 国道178 | 0.4 | 120.3 | | | |
| 45 | T字路 | 右折 | 市道 | 2.0 | 122.3 | | | |
| 46 | 通過チェック③ 丹後ジャーシー牧場 ミルク工房 そら | 右側 | 市道 | 0.9 | 123.2 | 看板『丹後ジャーシー牧場 ミルク工房 そら』と自転車を一緒に撮ること。後、来た道に戻る。 | | |
| 47 | T字路 | 左折 | 国道178 | 0.8 | 124.0 | 標識『宮津・大宮』方面へ | | |
| 48 | T字路(甲山) | 左折 | 府道615 | 0.2 | 124.2 | | | |
| 49 | 十字路 | 左折 | 国道312 | 2.4 | 126.6 | 右手にスーパーにしがき | | |
| 50 | 十字路S(水戸谷) | 左折 | 県道2号 | 26.6 | 153.2 | | | |
| 51 | 五差路S | 左折 | 国道178 | 5.0 | 158.2 | | | |
| 52 | T字路s | 左折 | 市道 | 3.3 | 161.5 | | | |
| 53 | PC2 丹後国分寺跡 | 右側 | 市道 | 0.3 | 161.8 | 看板『丹後国分寺跡』と自転車を一緒に撮ること。後、来た道に戻る。 | 06/10 10:46 ~06/10 16:48 | 06/10 11:16 ~06/10 17:18 |
| 54 | T字路S | 左折 | 国道178 | 0.3 | 162.1 | | | |
| 55 | T字路s | 右折 | 市道 | 1.8 | 163.9 | | | |
| 56 | T字路 | 右折 | 市道 | 0.1 | 164.0 | | | |
| 57 | 通過チェック④ 看板『特別名勝 天橋立』 | 右側 | 市道 | 2.8 | 166.8 | 看板『特別名勝 天橋立』と自転車を一緒に撮ること。後、直進。 | | |
| 58 | T字路 | 左折 | 市道 | 0.1 | 166.9 | | | |
| 59 | T字路S | 右折 | 府道2 | 0.1 | 167.0 | | | |
| 60 | T字路 | 左折 | 国道176 | 4.4 | 171.4 | | | |
| 61 | T字路s | 右折 | 府道2 | 1.5 | 172.9 | 右折後、橋を渡る | | |
| 62 | T字路 | 左折 | 府道2 | 0.2 | 173.1 | | | |
| 63 | 十字路S(四辻中) | 右折 | 府道76 | 3.7 | 176.8 | | | |
| 64 | 十字路S | 左折 | 府道626→府道705 | 0.1 | 176.9 | この先丹後ちりめん街道のまちなみ。1.8 0 キロ地点旧加悦町役場あります。 | | |
| 65 | T字路 | 右折 | 町道 | 4.2 | 181.1 | | | |
| 66 | 十字路 | 右折 | 町道 | 2.9 | 184.0 | これよりのぼり区間。斜度きつめです。 | | |
| 67 | Y字路 | 右方向 | 町道 | 0.7 | 184.7 | | | |
| 68 | T字路 | 左折 | 町道 | 1.2 | 185.9 | | | |
| 69 | T字路 | 左折 | 町道 | 0.2 | 186.1 | | | |
| 70 | T字路 | 右折 | 国道176 | 0.6 | 186.7 | 国道176に合流 | | |
| 71 | 下天津S | 右折 | 国道176→国道175 | 12.8 | 199.5 | | | |
| 72 | T字路s | 左折 | 府道527 | 2.4 | 201.9 | | | |
| 73 | 十字路S | 右折 | 府道523→府道24→府道55 | 3.9 | 205.8 | | | |
| 74 | T字路 S | 左折 | 国道175 | 47.4 | 253.2 | 標識『多可町・黒田庄市街地』方面へ。直進してバイパスに入らない。 | | |
| 75 | 上戸田南S | 右折 | 国道427→県道54 | 4.6 | 257.8 | | | |
| 76 | 高田井南S | 左折 | 県道346 | 2.0 | 259.8 | | | |
| 77 | PC3ファミリーマート 西脇野村町店 | 右折 | 県道346 | 1.9 | 261.7 | 左側。レシート取得後直進。 | 06/10 13:49 ~ 06/11 23:28 | 06/10 14:19 ~ 06/11 23:58 |
| 78 | 水尾橋S | 左折 | 市道 | 4.4 | 266.1 | | | |

| | | | | | | | | |
|----|------------------------|-----|-------------------|-----|-------|---|-------------------------|-------------------------|
| 79 | 明楽寺S | 左折 | 県道24 | 1.4 | 267.5 | | | |
| 80 | 十字路S | 右折 | 県道23 | 8.4 | 275.9 | 標識『宍粟・福崎』方面へ | | |
| 81 | 笠屋S | 左折 | 県道117 | 0.8 | 276.7 | | | |
| 82 | Y字路 | 左方向 | 市道→県道218 | 8.6 | 285.3 | | | |
| 83 | 十字路 | 左折 | 市道 | 4.6 | 289.9 | 橋を渡ってすぐ左折。銀の馬車道 | | |
| 84 | 保城北 | 左折 | 国道312→県道516→県道401 | 1.2 | 291.1 | 往路と合流後そのまま直進 | | |
| 85 | 阿成鹿古 S | 右折 | 市道 | 8.7 | 299.8 | | | |
| 86 | ゴールPC ファミリーマート姫路玉地店 | 右折 | 市道（駅南大通） | 0.8 | 300.6 | 交差点にあります。レシート取得。 | 06/10 15:00~06/11 02:00 | 06/10 15:30~06/11 02:30 |
| 87 | 姫路南ランプ北 S | 左折 | 市道 | 1.5 | 302.1 | ここから住宅街の中を走ります。夜間なので静かに！！ | | |
| 88 | 十字路 | 右折 | 市道 | 0.3 | 302.4 | 角に公園あります | | |
| 89 | ゴールPC・受付 | 右側 | | 0.1 | 302.5 | ゴール受付 ROSE HAIME 1F レンタルスペース AIRIS 駐輪スペースに自転車を置いて下さい。 | ゴール受付は6/11 3時まで | |

通過チェック①JR竹田駅



PC1 但馬コウノトリ空港



通過チェック②コウノトリの郷公園



通過チェック③丹後ジャージー牧場 ミルク工房 そら



PC2 丹後国分寺跡



通過チェック④ 看板『特別名勝 天橋立』

