

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		金沢駅				0.0	0.0	05:00スタート	
2	+	S	堀川町	左折	K200→市道	0.1	0.1		
3	+			右方向	市道	6.6	6.7	踏切を渡る	
4	+	S	アカシア	右折	市道→K162→K227	0.3	7.0		
5	T	S	ニツ屋	左折	R159→R249	20.2	27.2		
6	+		PC1 ファミリーマート志賀高浜店 (イートインあり)	左側	R249	26.4	53.6	OPEN/ 06:35 ~ 08:42 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	53.6
7	+			左折	市道	0.2	53.8		
8	+	S	今市橋詰	左折	市道	0.8	54.6		
9	+	S	川尻橋詰	右折	K38	0.5	55.1		
10	+			X 左折	市道	9.3	64.4	通行止め迂回路 左折後300mで右折	
11	+			X 左折	K48	1.4	65.8		
12	Y			X 左方向	K48	0.8	66.6		
13	+			X 直進	市道	0.9	67.5	蔵門へ	
14	逆Y	S		X 直進	K38	1.0	68.5		
15	T	S	牛下	左折	R249	0.9	69.4		
16	+	S	増穂	左折	K49	5.6	75.0		
17	I		通過チェック ヤセの断崖	右側	K49	13.7	88.7	有人チェック スタッフにベルベカードを提出しサインをもらう事 スタッフ不在の場合はヤセの断崖に来たと分かる写真を撮影する	
18	T			左折	R249	1.9	90.6	青看板 輪島へ 103km付近コンビニ、ドラッグストアあり 以降130km付近まで補給無し	
19	+			左折	K38	17.0	107.6	S浦上を過ぎてすぐ左折 青看板 大沢へ	
20	T			左折	K38	6.1	113.7	青看板 大沢へ	
21	I		通過チェック 間垣の里	右側	K38	5.8	119.5	田中屋旅館前で間垣の里らしい風景を撮影する チェック後直進	
22	Y			X 右方向	K38	11.1	130.6		
23	+	S	住吉神社西	左折	K134	0.5	131.1		
24	T			X 左折	市道	0.4	131.5	朝市通りへ 自転車は押し歩き この区間自由にどうぞ	
25	T			X 右折	市道	0.5	132.0		
26	T			X 左折	R249	0.2	132.2		
27	I		PC2 ファミリーマート輪島塚田町店 (イートインあり)	右側	R249	1.2	133.4	OPEN/ 08:56~ 13:56 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	79.8
28	+	S		左折	K28	28.9	162.3		
29	I		通過チェック 道の駅狼煙	右側		16.1	178.4	有人チェック スタッフにベルベカードを提出しサインをもらう事 スタッフ不在の場合は道の駅狼煙に来たと分かる写真を撮影する チェック後直進	
30	+			X 直進	K28	10.9	189.3	旧道へ	
31	T			X 左折	K28	1.8	191.1		
32	I		PC3 ファミリーマート珠洲野々江店	左側	市道→R249	6.6	197.7	OPEN/ 10:51 ~ 18:56 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 Y路左方向 市道へ	64.3
33	+	S	鶴飼	直進	R249	5.8	203.5	左折して車鑑島観光もあり	
34	Y			X 右方向	市道	5.3	208.8		
35	+			X 右折	市道	0.6	209.4	橋を渡ってすぐ、左にあさくら呉服店有り	
36	+	S	松波	左折	K35	0.4	209.8		
37	+	S	総合運動公園前	右折	K35	1.4	211.2		
38	I		通過チェック イカの駅	左側	市道	7.7	218.9	イカのオブジェと自分の自転車を撮影する チェック後直進	
39	+			右折	市道	0.7	219.6	青看板 穴水へ	
40	+	S	小木高瀬口	右折	K35	1.0	220.6	トンネルあり	
41	I			X 直進	K35	0.6	221.2	道なり直進	
42	+	S	縄文真脇	左折	K35	0.4	221.6		
43	+			X 左折すぐ右折	町道	5.9	227.5	左折後100mで右折	
44	+			X 右折	K35	0.4	227.9	町中に向かう	
45	I		通過チェック ファミリーマート能都宇出津店	右側	市道	0.6	228.5	レシートを取得する事 チェック後折り返し	
46	+	S	宇出津新町	右折	市道→R249	0.3	228.8	237kmに日帰り風呂なごみがあります	
47	+	S	鶴川駅前	左折	K34	9.5	238.3		
48	T			X 右折すぐ左折	K34	5.3	243.6	右折後100mで左折	
49	I		通過チェック 鹿波看板	右側	K34	9.6	253.2	鹿波看板と自分の自転車を撮影する事 (見落とし注意) チェック後直進	
50	+			X 左折	K34→市道	1.7	254.9	左折後100m先直し海まで出る	
51	T			X 左折	K34	0.8	255.7	迷ったら海沿いを行け	
52	T			X 左折	R249	6.6	262.3	迷ったら海沿いを行け	
53	+	S	金毘羅	左折	R249	6.1	268.4	穴水市街へ コンビニ数件あり	
54	+			X 左折	K256	12.4	280.8		
55	+			X 左折	K256	2.4	283.2		
56	Y			X 左方向	K257→K47	3.2	286.4		
57	I		PC4 ファミリーマート七尾能登島店	左側	K47	10.6	297.0	OPEN/ 13:57 ~ 4/23 00:52 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	99.3
58	+	S	和倉温泉東	左折	K248	9.0	306.0		

59	+	S	和倉温泉駅前		左折	K1	0.8	306.8		
60	Y	S	津向町		左方向	市道	3.3	310.1		
61	ト			X	右折	市道	2.4	312.5		
62	T	S	矢田新町		左折	R160	0.1	312.6		この先のコンビニで補給しておくこと 30kmほどコンビニ無し
63	ト	S	大田		右折	R160	2.6	315.2		海沿いには帝国ホテル多数あり
64	+			X	左折	K373	26.5	341.7		デイリーヤマザキ過ぎてすぐ
65	+	S	間島(北)		左折	市道→K302	1.6	343.3		1kmほどで道の駅氷見あり
66	+	S	南大町		左折	市道	2.4	345.7		
67	ト			X	右折	市道	2.8	348.5		高架橋
68	+	S	上泉東		左折	市道→k373→市道	1.6	350.1		
69	+	S	東海老坂		左折	R160	3.5	353.6		
70	+	S	西海老坂		右折	K32	1.7	355.3		
71	+	S	PC5 ローソン高岡北インター店 (イートインあり)		左側	K32	0.7	356.0		OPEN/ 15:45~ 4/23 04:44 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
72	+	S	西中野		右折	R8	15.0	371.0		道の駅メルヘンおやべ有り
73	+	S	メルヘンおやべ		左折	K32→R471	0.4	371.4		
74	+	S	泉町		右折	市道	1.9	373.3		
75	T	S	野端		左折	K42→K274	1.2	374.5		
76	+	S	末友		右折	R359	4.9	379.4		最後の上り 内山峠へ
77	+	S	宮野町		右折	R359	10.8	390.2		
78	ト	S	不動寺西		直進	R304	1.7	391.9		右にローソンあり
79	T	S	森本		左折	R359	2.3	394.2		
80	+	S	鳴和		右折	K159	3.6	397.8		
81	ト	S	FINISH ファミリーマート金沢本町二丁目店		左側	市道	2.5	400.3		OPEN/ 17:08~ 4/23 08:00 レシート取得して通過時間を自分で記入。 チェック後 右折
82			受付会場 療術師会館ビル 3F				0.5	400.8		OPEN/ 0:00頃 GLOSE/ 4/23 9:00頃 9:00以降はガストで ・メダルの購入か否かを記入(メダル代1000円) ・完走の署名 カード提出をお願いします。

