

No.	ポイント(交差点名)	信号	形状	進行先		距離			備考
				方角	道路	区間(km)	合計(km)	PC間(km)	
1	Départ JR・近鉄鳥羽駅				R42	0.0	0.0		Start 7:00 駅前からR42に合流。
2	鳥羽IC	S	+	右折	R42	3.3	3.3		→二見・夫婦岩 正面自動車専用道路。
3	茶屋	S	+	右折	R42	5.4	8.7		→津・伊勢
4	通町IC.	S	+	右折	R23	3.7	12.4		→津・松阪 高架道路をくぐってから右折して側道を登る。ここから南勢バイパス。交通量が多いので注意。
5	PC1ファミリーマート明和23号バイパス店			左		14.2	26.6		レシート取得。取得後直進。 Open 7:48 ~ Close 9:21
6			分岐	左車線	R23	12.3	38.9		↑四日市・津 左車線を進む。
7			+	左折	県道580	0.1	39.0		バイパスを降りてすぐに左折。信号まで行かない!
8	小津町南	S	+	直進	県道580	0.1	39.1		
9			+	左折	県道580	3.6	42.7		左折したらすぐに踏切。
10	島田橋南	S	+	右折	県道580	2.7	45.4		中村川を渡る。
11			+	左折	県道580	0.2	45.6		←ヒプノス嬉野の看板あり。
12			+	右折	県道580	7.4	53.0		→美杉・白山
13	関ノ宮	S	+	直進	県道664	4.3	57.3		↑胃山 直進して踏切を渡る。
14	ハツ山橋北	S	+	左折	県道662	1.1	58.4		←名張・R165 雲出川を渡って左折。
15	算所	S	+	右折	県道664	0.3	58.7		→R165 右奥にハツ山郵便局。
16	垣内	S	+	左折	R165	3.0	61.7		ここから青山峠の登り(約6.5km)。この先路面凍結には十分注意。(標高約480m)
17	PC2ファミリーマート青山店			左		15.3	77.0		レシート取得。取得後直進。 Open 9:16 ~ Close 12:08
18		S	+	左折	R369	29.6	106.6		←御杖・曾爾
19			+	右折	市道	0.2	106.8		川沿いの道へ。
20		S	+	直進	県道31	0.6	107.4		交差点左奥がPC3。
21	PC3ローソン榛原萩原店			左		0.0	107.4		レシート取得。取得後直進。 Open 10:09 ~ Close 14:08
22		S	+	直進	県道198	0.4	107.8		↑大宇陀
23	中西バス停前	S	逆Y	直進	R370	1.3	109.1		
24	野依	S	Y	右前方	R370	2.9	112.0		左折車に注意!
25	内原	S	+	左折	R166	0.1	112.1		←東吉野・R370
26	三茶屋	S	+	右折	県道28	9.1	121.2		→大淀・R169
27	河原屋西	S	+	右折	R169	8.1	129.3		→檀原・大淀 交差点左にローソンあり。
28	桜橋北詰	S	+	左折	県道37	1.0	130.3		吉野川を渡る。
29			+	右折	県道37	0.2	130.5		
30		S	+	左折	県道39	2.0	132.5		
31	小島	S	+	左折	県道137	15.2	147.7		吉野川を渡る。
32	野原東1丁目	S	+	直進	市道	1.7	149.4		
33	野原西6丁目	S	+	左折	R168	1.7	151.1		右手に五條病院。
34	丹原	S	+	右折	県道55	0.8	151.9		→橋本 横断注意。
35			Y	左前方	県道55	1.5	153.4		
36			逆Y	左折	県道55	0.2	153.6		左手に坂合部郵便局。合流注意。
37	橋本橋南詰		+	直進	R370	6.9	160.5		↑和歌山・高野・九度山
38	PC4ローソン橋本清水店			左		1.6	162.1		レシート取得。取得後直進。 Open 11:46 ~ Close 17:48
39		S	+	左折	R370	2.3	164.4		←和歌山・高野
40	九度山	S	五叉路	直進	県道13	1.7	166.1		↑和歌山・R24
41	丹生橋東詰	S	+	左折	県道13	0.8	166.9		丹生橋を渡る。
42	丹生橋西詰	S	+	右折	県道13	0.1	167.0		丹生橋を渡ったら道なりに右折。
43	市場	S	+	直進	県道130	22.3	189.3		↑岩出 右手にローソンあり。
44		S	Y	左前方	市道	0.8	190.1		
45		S	+	右折	R424	2.1	192.2		
46	野上新橋西詰	S	+	右折	R370	8.7	200.9		→有田川・海南・R42 右手にセブンイレブン。
47	竜部池	S	+	右折	R370	2.7	203.6		

48	Arivée セブンイレブン海南重根店			左折		0.2	203.8		レシート取得。取得後直進。 Open 12:53 ~ Close 20:30
49	六堂ノ辻	S	+	右折	R370	3.5	207.3		
50		S	+	左折	市道	0.2	207.5		
56			+	右折	市道	0.3	207.8		
57	ゴール受付 海南nobinos			左		0.1	207.9		4階会議室Aにてゴール受付。受付時間16:00～21:00。時間外に到着した方は電話ください。駐輪場に自転車を停めてお越しく下さい。自転車は盗難防止のため必ずロックしてきてください。