

<p>キューシート番号 交差点名</p> <p>信号有り 信号無し</p> <p>V15時刻 区間距離 総距離</p>	<p>PC1 迄 111.6km</p> <p>Strat HATなぎさ公園</p> <p>4:00 ←start時間 ~4:30</p>	<p>2 渚中学校西</p> <p>市道</p> <p>0.5km 0.5km</p> <p>4:02</p>	<p>3</p> <p>市道</p> <p>ENEOS</p> <p>1.2km 1.7km</p> <p>4:06</p>	<p>4 味泥</p> <p>コンビニ 点在</p> <p>R2</p> <p>4:07</p> <p>0.2km 1.9km</p>
<p>5</p> <p>高速道路出口 いくつかあります 注意 高速道路入口 入るな</p> <p>9.3km 11.2km</p>	<p>6 東本町</p> <p>R43</p> <p>5:24</p> <p>10.0km 21.2km</p>	<p>7 稲川橋</p> <p>コンビニ 点在</p> <p>R2</p> <p>5:28</p> <p>0.9km 22.1km</p>	<p>8 淀川大橋北詰</p> <p>車止め</p> <p>一方通行注意 道狭い</p> <p>3.9km 26.0km</p>	<p>9</p> <p>以後 河川敷道 サイクリングロード 車止め多し</p> <p>5:44</p> <p>0.2km 26.2km</p>
<p>10</p> <p>堤防 道路へ</p> <p>6:21</p> <p>9.1km 35.3km</p>	<p>11 豊里大橋</p> <p>R479</p> <p>6:21</p> <p>0.1km 35.4km</p> <p>歩道走行</p>	<p>12</p> <p>R479</p> <p>市道</p> <p>車止め</p> <p>堤防道路</p> <p>6:24</p> <p>0.6km 36.0km</p> <p>下りない</p>	<p>14</p> <p>市道</p> <p>6:26</p> <p>0.5km 36.6km</p>	<p>15</p> <p>市道</p> <p>6:29</p> <p>0.7km 37.3km</p>
<p>16</p> <p>守口駅</p> <p>6:31</p> <p>0.5km 37.8km</p>	<p>18 巢本西</p> <p>一方通行</p> <p>歩道or 北大阪 サイクリン better</p> <p>R1</p> <p>6:51</p> <p>5.0km 42.9km</p>	<p>19 宮前町東</p> <p>R1</p> <p>163</p> <p>6:52</p> <p>0.1km 43.0km</p>	<p>20 猪鼻橋</p> <p>R163</p> <p>交通量が少ない 時間帯ならR163 直進可</p> <p>6:53</p> <p>0.4km 43.4km</p>	<p>21</p> <p>車止め</p> <p>自歩道へ</p> <p>6:54</p> <p>0.3km 43.7km</p>

<p>22</p> <p>鉄板の橋</p> <p>6:58</p> <p>0.8km 44.5km</p>	<p>23</p> <p>170</p> <p>R170</p> <p>7:00</p> <p>0.7km 45.2km</p>	<p>24</p> <p>R170</p> <p>清滝川</p> <p>7:01</p> <p>0.1km 45.3km</p>	<p>25</p> <p>7:05</p> <p>1.1km 46.4km</p>	<p>27</p> <p>163</p> <p>見落とし 注意</p> <p>←伊賀 木津川市</p> <p>7:20</p> <p>0.6km 50.2km</p>
<p>R163直進の場合</p> <p>旧163</p> <p>清滝生駒 道路</p> <p>交野 JR忍ヶ丘駅</p> <p>東中野</p> <p>7:02</p> <p>2.2km 45.6km</p>	<p>26</p> <p>旧163</p> <p>清滝峠</p> <p>標高 240m</p> <p>7:18</p> <p>2.9km 49.6km</p>	<p>24</p> <p>本コース</p> <p>旧163</p> <p>200m</p> <p>7:05</p> <p>0.3km 46.3km</p>	<p>27</p> <p>163</p> <p>見落とし 注意</p> <p>←伊賀 木津川市</p> <p>7:20</p> <p>0.6km 50.2km</p>	<p>27</p> <p>163</p> <p>見落とし 注意</p> <p>←伊賀 木津川市</p> <p>7:20</p> <p>0.6km 50.2km</p>
<p>28</p> <p>R163</p> <p>7:56</p> <p>8.9km 59.1km</p>	<p>29</p> <p>R163</p> <p>K52</p> <p>52</p> <p>標高 60m</p> <p>7:58</p> <p>0.4km 59.5km</p>	<p>30 神功5</p> <p>Big Boy</p> <p>K52</p> <p>ならやま大通り</p> <p>8:02</p> <p>1.1km 60.6km</p>	<p>31</p> <p>八幡 神社</p> <p>52</p> <p>176</p> <p>市道</p> <p>8:12</p> <p>2.6km 63.2km</p>	<p>32 西大寺橋東詰</p> <p>52</p> <p>8:16</p> <p>0.9km 64.1km</p>
<p>33 二条町</p> <p>K104</p> <p>平城宮跡</p> <p>52</p> <p>8:17</p> <p>0.2km 64.3km</p>	<p>34 二条大路南5</p> <p>1</p> <p>平城京 朱雀大路跡</p> <p>8:19</p> <p>1.1km 65.4km</p> <p>通過チェック① ファミリーマート 奈良二条大路店 レシート取得</p>	<p>35 二条大路南3</p> <p>163</p> <p>75</p> <p>みやと 通り</p> <p>8:24</p> <p>0.7km 66.2km</p>	<p>36 川の尻</p> <p>R163</p> <p>市道</p> <p>8:49</p> <p>6.1km 72.3km</p>	<p>36 川の尻</p> <p>R163</p> <p>市道</p> <p>8:49</p> <p>6.1km 72.3km</p>

<p>37 本津駅前 木津</p> <p>8:56 1.9km 74.2km</p>	<p>38 雲村</p> <p>8:58 0.4km 74.6km</p>	<p>39</p> <p>9:17 4.8km 79.4km</p>	<p>40</p> <p>9:22 1.3km 80.7km</p>	<p>41 海住山寺口</p> <p>9:26 0.9km 81.6km</p>
<p>42</p> <p>10:10 11.1km 92.7km</p> <p>X 自転車 通行不可</p>	<p>43</p> <p>10:23 3.1km 95.8km</p>	<p>44</p> <p>11:05 10.5km 106.3km</p>	<p>45</p> <p>11:12 1.7km 108.0km</p>	<p>41 伊賀市街地</p> <p>11:13 0.3km 108.3km</p>
<p>46</p> <p>11:17 1.0km 109.3km</p>	<p>47</p> <p>110.6km</p> <p>標高 145m</p>	<p>44 Goal 迄 90.7km</p> <p>PC 1 ファミリーマート 中瀬インター店 レシート取得</p> <p>7:18 ~ 11:26</p> <p>標高 150m</p> <p>111.6km</p>	<p>49</p> <p>12:42 18.9km 130.5km</p> <p>標高 373m</p>	<p>50</p> <p>13:27 11.3km 141.8km</p> <p>標高 63m</p>
<p>51</p> <p>13:27 0.1km 141.9km</p>	<p>52</p> <p>13:34 1.7km 143.6km</p>	<p>53</p> <p>13:38 1.0km 144.6km</p>	<p>54</p> <p>13:56 4.5km 149.1km</p>	<p>55</p> <p>13:58 0.4km 149.5km</p>
<p>56</p> <p>13:58 0.1km 149.6km</p>	<p>57 宮古西</p> <p>14:14 3.9km 153.5km</p> <p>走行可 なお登り</p>	<p>58</p> <p>14:18 1.0km 154.5km</p> <p>0m</p>	<p>59 松阪インター入口</p> <p>14:44 6.6km 161.1km</p> <p>IC</p>	<p>60</p> <p>15:11 6.7km 167.8km</p>
<p>従是外宮 四里 石碑</p> <p>15:22 2.8km 170.6km</p>	<p>61 榑田</p> <p>15:29 1.8km 172.4km</p>	<p>62 榑田橋南詰</p> <p>15:31 0.5km 172.9km</p>	<p>Goal 迄 27.8km</p> <p>通過チェック 2a 従是外宮 三里 石碑</p> <p>15:38 自転車と写真</p> <p>174.5km</p>	<p>2a~2c いずれか一つ</p>
<p>通過チェック 2b ファミマ 明和齋宮店</p> <p>15:48 レシート取得</p> <p>177.0km</p>	<p>通過チェック 2c 従是外宮 二里 石碑</p> <p>15:58 自転車と写真</p> <p>179.7km</p>		<p>66 明野</p> <p>16:04 1.4km 181.1km</p>	<p>67</p> <p>16:14 2.5km 183.6km</p>
<p>68</p> <p>16:15 0.3km 183.9km</p> <p>宮川橋</p>	<p>69</p> <p>16:20 1.1km 185.0km</p>	<p>70</p> <p>16:25 1.4km 186.4km</p>	<p>71</p> <p>16:26 0.1km 186.5km</p>	<p>72 神久</p> <p>16:31 1.3km 187.8km</p> <p>K102</p>

<p>73 JR二見浦駅前</p> <p>茶屋</p> <p>16:54 5.8km</p>	<p>74 市道</p> <p>16:57 0.7km</p>	<p>75</p> <p>16:58 0.2km</p>	<p>Goal 迄 7.7km</p> <p>通過チェック③</p> <p>二見興玉神社 夫婦岩説明案内板 or鳥居など と自転車写真</p> <p>16:58 0.1km</p>	
		<p>77 市道</p> <p>夫婦岩 表参道</p> <p>17:00 0.4km</p>	<p>78 市道</p> <p>17:01 0.4km</p>	<p>79 市道</p> <p>400m</p> <p>17:02 0.3km</p>
<p>81</p> <p>17:05 0.2km</p>	<p>82</p> <p>夕目橋</p> <p>17:12 1.8km</p>	<p>83</p> <p>17:16 1.0km</p>	<p>84</p> <p>里道</p> <p>17:25 2.3km</p>	<p>85 伊勢IC南</p> <p>Goal</p> <p>17:29 0.9km</p>
<p>受付迄 2.7km</p> <p>Goal</p> <p>ファミリーマート 伊勢楠部店 レシート取得</p> <p>9:53 ~ 17:30</p> <p>0.9km</p>	<p>87 伊勢IC南</p> <p>伊勢神宮 内宮へは こちらも可</p> <p>0.3km</p>	<p>88</p> <p>1.2km</p>	<p>87</p> <p>0.2km</p>	<p>88</p> <p>1.2km</p>
<p>89</p> <p>0.3km</p>	<p>90 競技場前</p> <p>0.2km</p>	<p>91 宇治浦田東</p> <p>おかげ 横丁</p> <p>伊勢神宮 内宮 混雑にて 歩行推奨</p> <p>0.3km</p>	<p>92</p> <p>0.1km</p>	<p>Goal 受付</p> <p>宇治公民館</p> <p>0.1km</p>
		<p>ブルベカードにPC・ゴール時刻を記入し、 通過チェック写真とレシートの ご用意をお願いします。 受付 11:00~</p>		