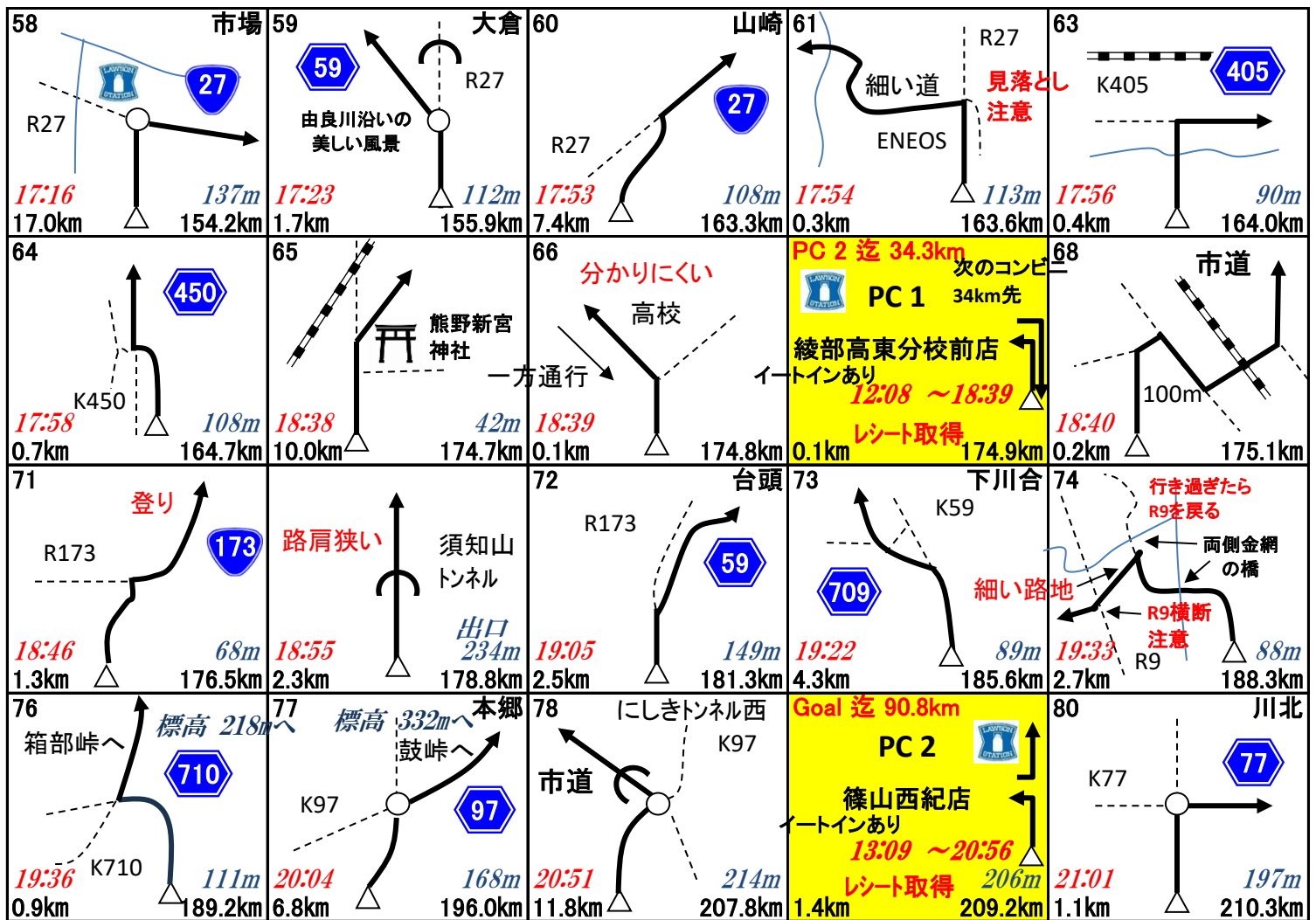
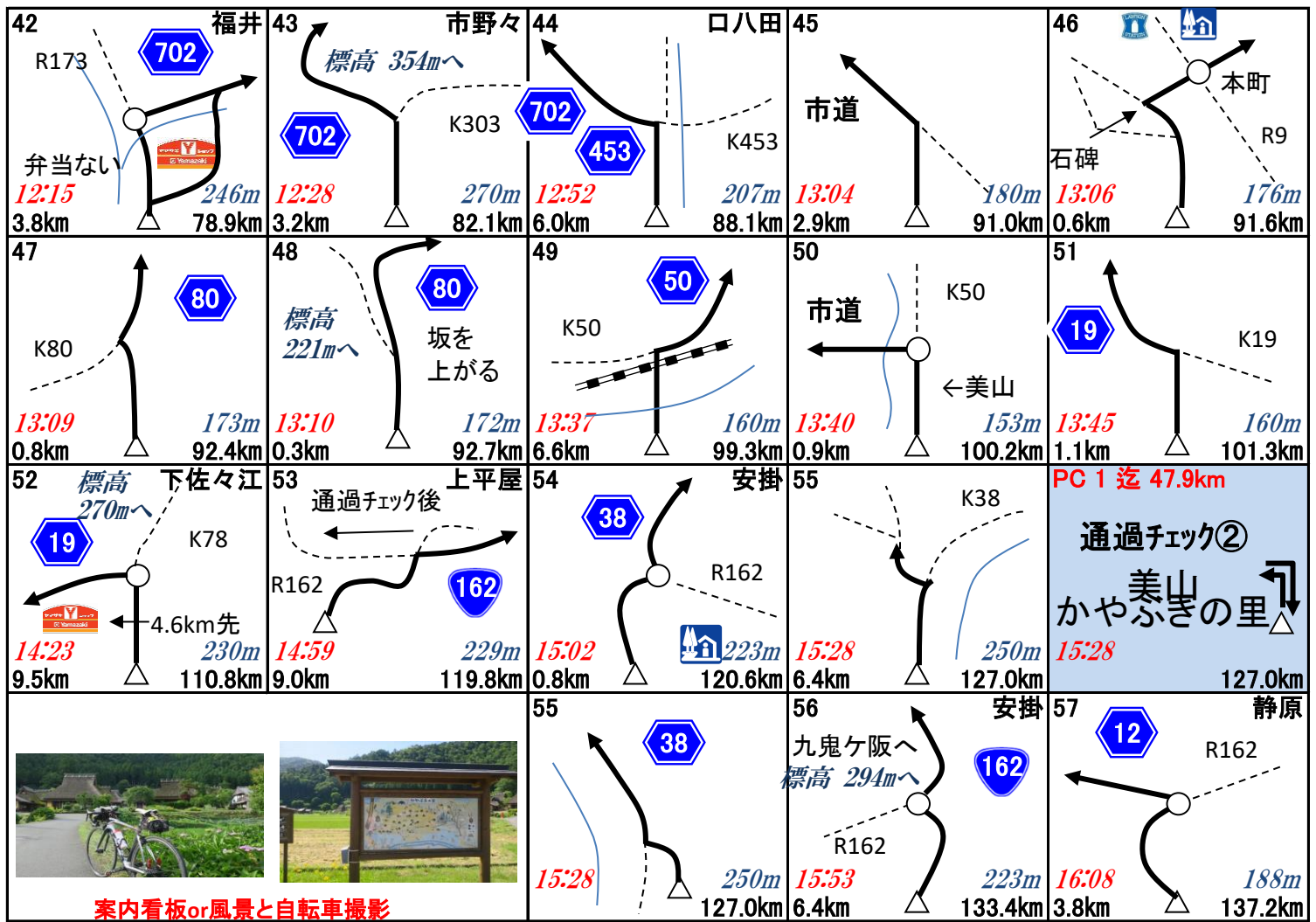


<p>コース番号 交差点名</p> <p>信号有り 信号無し</p> <p>V15時刻 区間距離</p> <p>標高 総距離</p>	<p>PC 1 迄 174.9km</p> <p>start 明石 大蔵海岸</p> <p>7:00 ~7:30</p>	<p>2 大蔵海岸西</p> <p>7:00 0.2km</p>	<p>3 錦江橋南詰</p> <p>7:06 1.3km</p>	<p>5 明石港前</p> <p>7:07 0.3km</p> <p>ジェノバ ライン 1.9km</p>
<p>6 樽屋町</p> <p>7:09 0.5km</p>	<p>7 市道8号</p> <p>7:11 0.4km</p> <p>復路 2.8km</p>	<p>8 市道117号</p> <p>7:13 0.5km</p> <p>3.3km</p>	<p>9 市道</p> <p>7:14 0.3km</p> <p>3.6km</p>	<p>10 市道</p> <p>7:19 1.3km</p> <p>4.9km</p>
<p>12 玉津橋</p> <p>7:22 0.7km</p> <p>復路 5.7km</p>	<p>14</p> <p>7:28 1.4km</p> <p>7.2km</p>	<p>15 K377</p> <p>7:37 2.1km</p> <p>9.3km</p>	<p>16 K83</p> <p>7:46 2.3km</p> <p>11.6km</p>	<p>17 急な登り 藤原橋</p> <p>8:00 3.4km</p> <p>K65 57m 15.0km</p>
<p>19</p> <p>8:01 0.3km</p> <p>91m 15.4km</p>	<p>20 K65 蘭王</p> <p>8:04 0.8km</p> <p>124m 16.2km</p>	<p>21 高和志染線 市道</p> <p>8:07 0.6km</p> <p>129m 16.8km</p>	<p>22 志染駅前</p> <p>8:23 4.0km</p> <p>130m 20.8km</p>	<p>23 宿原</p> <p>8:31 2.0km</p> <p>62m 22.8km</p>

<p>24 宿原西</p> <p>8:32 0.2km</p> <p>59m 23.0km</p>	<p>25 細川なか</p> <p>8:44 3.0km</p> <p>57m 26.0km</p>	<p>26 桃坂</p> <p>8:59 3.9km</p> <p>143m 29.9km</p>	<p>27</p> <p>9:14 3.6km</p> <p>86m 33.5km</p>	<p>28 吉井</p> <p>9:19 1.3km</p> <p>70m 34.8km</p>
<p>29 天神西</p> <p>9:34 3.7km</p> <p>82m 38.5km</p>	<p>30 三本峠</p> <p>10:13 9.9km</p> <p>182m 48.4km</p>	<p>31 丹波立杭焼の窯元</p> <p>10:16 0.7km</p> <p>234m 49.1km</p>	<p>32 石畳細い道</p> <p>10:24 2.1km</p> <p>189m 51.2km</p>	<p>PC 1 迄 123.6km</p> <p>通過チェック① 丹波焼 最古の登り窯</p> <p>10:25 0.1km</p> <p>197m 51.3km</p>
<p>看板or窯自体と自転車撮影</p>	<p>34</p> <p>10:26 0.3km</p> <p>190m 51.6km</p>	<p>35 上小野原</p> <p>10:39 3.3km</p> <p>276m 54.9km</p>	<p>36</p> <p>10:49 2.4km</p> <p>211m 57.3km</p>	<p>酒造</p> <p>10:52 0.9km</p> <p>208m 58.2km</p>
<p>37</p> <p>10:56 0.9km</p> <p>192m 59.1km</p>	<p>38 八上下</p> <p>11:30 8.6km</p> <p>213m 67.7km</p>	<p>39 八上上</p> <p>11:36 1.4km</p> <p>211m 69.1km</p>	<p>40 般若寺</p> <p>11:38 0.4km</p> <p>211m 69.5km</p>	<p>41 丹波細工所</p> <p>12:00 5.6km</p> <p>232m 75.1km</p>



<p>81</p> <p>21:54 13.3km</p> <p>94m 223.6km</p>	<p>82</p> <p>21:56 0.4km</p> <p>97m 224.0km</p>	<p>84</p> <p>22:03 1.7km</p> <p>96m 225.8km</p>	<p>85</p> <p>22:28 6.3km</p> <p>75m 232.1km</p>	<p>83</p> <p>22:53 6.2km</p> <p>238.3km</p>
<p>86</p> <p>22:54 0.3km</p> <p>238.6km</p>	<p>87</p> <p>23:04 2.6km</p> <p>64m 241.2km</p>	<p>88</p> <p>23:26 5.5km</p> <p>69m 246.7km</p>	<p>89</p> <p>23:32 1.4km</p> <p>95m 248.1km</p>	<p>90</p> <p>0:03 7.7km</p> <p>255.8km</p>
<p>Goal 迄 42.8km</p> <p>通過チェック③</p> <p>五百羅漢巨大モニュメント</p> <p>0:08 1.4km</p> <p>76m 257.2km</p> <p>石仏モニュメントと自転車撮影</p>	<p>92</p> <p>0:10 0.4km</p> <p>257.6km</p>	<p>93</p> <p>0:13 0.7km</p> <p>258.3km</p>	<p>94</p> <p>0:14 0.3km</p> <p>258.6km</p>	<p>91</p> <p>0:03 7.7km</p> <p>255.8km</p>
<p>95</p> <p>0:16 0.6km</p> <p>259.2km</p>	<p>96</p> <p>0:29 3.2km</p> <p>262.4km</p>	<p>97</p> <p>0:41 2.9km</p> <p>265.3km</p>	<p>98</p> <p>0:45 1.0km</p> <p>266.3km</p>	<p>99</p> <p>0:53 2.1km</p> <p>268.4km</p>
<p>100</p> <p>1:05 3.0km</p> <p>271.4km</p>	<p>101</p> <p>1:13 2.0km</p> <p>273.4km</p>	<p>102</p> <p>1:17 0.9km</p> <p>274.3km</p>	<p>103</p> <p>1:25 2.1km</p> <p>276.4km</p>	<p>104</p> <p>1:34 2.2km</p> <p>278.6km</p>
<p>105</p> <p>1:44 2.6km</p> <p>20m 281.2km</p>	<p>106</p> <p>1:47 0.7km</p> <p>27m 281.9km</p>	<p>107</p> <p>2:00 3.2km</p> <p>55m 285.1km</p>	<p>108</p> <p>2:02 0.5km</p> <p>73m 285.6km</p>	<p>109</p> <p>2:16 3.4km</p> <p>104m 289.0km</p>
<p>290km辺りから1kmほど路肩狭い大型車に注意</p> <p>110</p> <p>2:48 8.2km</p> <p>16m 297.2km</p>	<p>受付 迄 1.4km</p> <p>Finish</p> <p>明石西新町店 15:49 ~ 3:00</p> <p>シート取得</p> <p>2.8km</p> <p>300.0km</p>	<p>112</p> <p>3:00 0.2km</p> <p>300.2km</p>	<p>113</p> <p>3:04 0.8km</p> <p>301.0km</p>	<p>ブルベカードにゴールタイム、メダル要否を記入の上受付して下さい。</p>
<p>114</p> <p>3:05 0.3km</p> <p>301.3km</p>	<p>受付</p> <p>平野ビル3F 16:03 ~ 3:29</p> <p>0.1km</p> <p>301.4km</p>	<p>ビルは明石焼きGoと双月堂の間</p>	<p>ブルベカードにゴールタイム、メダル要否を記入の上受付して下さい。</p>	<p>ブルベカードにゴールタイム、メダル要否を記入の上受付して下さい。</p>